

FATORES ASSOCIADOS À ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

FACTORS ASSOCIATED TO ANXIETY AND DEPRESSION IN NURSING ACADEMICS

FACTORES ASOCIADOS A LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

Priscila Cabral de Souza¹
Randson Souza Rosa²
Cristian Lucas dos Santos Bezerra³
André Santos Freitas⁴
Luana Araújo dos Reis⁵
Frank Evilácio de Oliveira Guimarães⁶

Resumo

A prevalência da ansiedade e da depressão entre estudantes da área de saúde é superior à da população em geral. A formação acadêmica é considerada estressora e as situações vivenciadas durante esse período se assemelham às que serão enfrentadas na vida profissional. Elas podem interferir de forma negativa nesse processo, bem como na saúde dos estudantes. Este estudo tem o objetivo de analisar os fatores associados à ansiedade e à depressão em acadêmicos de enfermagem. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, consultada na Biblioteca Virtual de Saúde, nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola, em trabalhos que abordam a ansiedade e a depressão em graduandos de enfermagem entre os anos de 2010 e 2020. Consideraram-se 53 artigos; após os critérios de inclusão e exclusão e realizada a leitura dos títulos e resumos, permaneceram 5 para a construção do estudo. Os resultados foram agrupados em duas categorias: (a) fatores associados à prevalência da ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem; e (b) ansiedade, depressão e suas repercussões em estudantes de enfermagem. Os resultados dessa pesquisa evidenciam que os estudantes de enfermagem apresentam níveis moderados a graves de ansiedade e níveis leves a moderados de depressão.

Palavras-chave: ansiedade; depressão; estudantes; enfermagem.

Abstract

Anxiety and depression prevalence among health care students is higher than in the general population. Academic education viewed as stressful, and the situations experienced by students during this period are like those that will be faced in professional life, which may negatively interfere in this process, as well as in the health of these students. This study objective is to analyze the factors associated with anxiety and depression in nursing students. It is an integrative literature review, consulted in the Virtual Health Library, in Portuguese, English and Spanish, which addresses anxiety and depression in nursing students in the last 10 years. The analysis of 53 articles was performed, and after the inclusion and exclusion criteria and reading of titles and abstracts, a total of 5 articles remained for the study construction. The analysis results were grouped into two categories: (a) factors associated to anxiety and depression prevalence in nursing students (b) anxiety, depression and its dimensions among nursing students. This research results show that nursing students have moderate to severe anxiety levels, and moderate to moderate depression levels.

¹ Graduada em Enfermagem pela Universidade Católica do Salvador, Faculdade de Enfermagem, Salvador (BA), Brasil. priscila.souza@ucsal.edu.br.

² Doutorando em Saúde Coletiva (PPGSC/UEFS). Mestre em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié (BA), Brasil. enfrandson@gmail.com.

³ Pós-Doutora em Bioética pelo Instituto de Bioética da Universidade Católica Portuguesa, Professora do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde, Jequié (BA), Brasil. rboery@uesb.edu.br.

⁴ Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário São Camilo, Salvador (BA), Brasil. enfoandrefreitas@hotmail.com.

⁵ Pós-Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal da Bahia; Professora do Instituto Multidisciplinar em Saúde, Vitória da Conquista (BA), Brasil. luareis1@hotmail.com.

⁶ Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal da Bahia, Salvador (BA), Brasil. frankevilacio@hotmail.com.

Keywords: anxiety; depression; students; nursing.

Resumen

La prevalencia de ansiedad y depresión entre estudiantes del área de la salud es mayor que la de la población general. La formación académica es considerada como estresante y las situaciones vividas durante este período son similares a las que se enfrentarán en la vida profesional. Ellas pueden interferir negativamente en ese proceso, así como en la salud de los estudiantes. Este estudio tiene el objetivo de analizar los factores asociados a la ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería. Se trata de una revisión integrativa de la literatura, consultada en la Biblioteca Virtual en Salud, en portugués, inglés y español, en trabajos que abordan la ansiedad y la depresión en graduandos de enfermería entre los años 2010 y 2020. Se consideraron 53 artículos; una vez aplicados los criterios de inclusión y exclusión y realizada la lectura de los títulos y resúmenes, restaron 5 para la construcción del estudio. Los resultados fueron agrupados en dos categorías: (a) factores asociados a la prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes de enfermería y (b) ansiedad, depresión y sus repercusiones en estudiantes de enfermería. Los resultados de esta investigación muestran que los estudiantes de enfermería presentan niveles moderados a severos de ansiedad y niveles leves a moderados de depresión.

Palabras-clave: ansiedad; depresión; profesionales de enfermería.

1 Introdução

Esta pesquisa apresenta reflexões sistemáticas sobre a ansiedade e a depressão em universitários, com destaque nos acadêmicos do curso de enfermagem.

O ingresso no ensino superior exige do estudante recursos cognitivos e emocionais para decisões importantes. Em um estudo realizado com 705 alunos de enfermagem, com o objetivo de avaliar o estresse durante o período de graduação, evidenciou-se um predomínio médio e alto de estresse entre os graduandos (BUBLITZ *et al.*, 2016).

Não há um conceito estabelecido de saúde mental por se tratar de algo complexo e subjetivo. A Organização Mundial da Saúde percebe os problemas que a afetam como diferentes combinações de percepções, pensamentos, emoções, comportamentos anormais e a forma como o indivíduo interage com eles. Os determinantes para o desenvolvimento de transtornos incluem não apenas atributos individuais, como capacidade de administrar emoções, pensamentos e comportamentos com outros seres, mas também fatores sociais, econômicos, políticos, ambientais, estresse e mais (MENTAL..., 2019).

A ansiedade é tratada pela literatura como uma emoção normal da vivência humana. Está associada à percepção do ambiente, voltada para um perigo percebido, de forma consciente ou não, como um estado de alerta (ALVES, 2014). Claudino e Cordeiro (2016) reafirmam esse conceito, explicando a ansiedade como uma reação natural e fundamental para a autopreservação. Porém, a sua apresentação excessiva e de longa duração podem produzir repercussões negativas no indivíduo, limitando, dificultando ou até impossibilitando a sua capacidade de adaptação.

A depressão é um transtorno mental com grande impacto global, presente em cerca de 264 milhões de pessoas no mundo. A sua manifestação pode ser perda de prazer, interesse, sono ou apetite, sentimento de baixa autoestima e culpa, cansaço e dificuldade de concentração, bem como várias queixas físicas sem explicação (MENTAL..., 2019).

O Ministério da Saúde constata que a ansiedade é parte do cotidiano de 86,5% dos brasileiros (PAGNO, 2020). As particularidades específicas da educação superior geram grande impacto na saúde mental e na qualidade de vida dos futuros profissionais de saúde. Santiago *et al.* (2021) ressaltam a necessidade urgente de intervenção, através de novas pesquisas e iniciativas institucionais, a fim de promover saúde, diagnóstico e tratamento precoce e oferecer aos estudantes uma experiência mais humanizada.

Leão *et al.* (2018) asseveram que a prevalência da ansiedade e da depressão entre estudantes da área de saúde é superior às da população em geral. Associada a isso, verificou-se maior incidência no uso de substâncias (álcool, tabaco etc.) como forma de reduzir o estresse e a ansiedade gerados pela vida acadêmica (BENETON; SCHMITT; ANDRETTA, 2021).

A formação acadêmica é avaliada como estressora, e as situações vivenciadas durante esse período se assemelham às que serão enfrentadas na vida profissional; podem interferir de forma negativa nesse processo, bem como na saúde dos estudantes (BUBLITZ *et al.*, 2016). Considerando a saúde mental como parte importante do processo de formação acadêmica, justifica-se este trabalho no sentido de identificar os sinais de ansiedade e depressão durante o período de graduação.

Este estudo tem como objetivo analisar os fatores associados à ansiedade e depressão em acadêmicos de enfermagem.

2 Metodologia

O presente estudo é uma revisão integrativa sobre a ansiedade e depressão experimentadas por estudantes durante os estudos de enfermagem nos anos de 2010 a 2020. A revisão integrativa é um método de pesquisa que sintetiza as pesquisas disponíveis sobre determinada temática, orienta a prática fundamentada em conhecimento científico, possibilitando a diminuição de vieses e erros (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para o desenvolvimento desta revisão integrativa foram seguidas 6 etapas; a primeira consistiu na formulação do problema e da questão de pesquisa. Na segunda estabeleceram-se critérios de inclusão e exclusão para a busca na literatura. Na terceira definiram-se as informações a serem extraídas dos textos selecionados. Na quarta, fez-se a avaliação dos

estudos obtidos na revisão. Na quinta, realizou-se interpretação dos resultados e, na sexta, a apresentação da síntese do conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

O portal de dados utilizado para a consecução dos artigos foi a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), que permite uma busca simultânea em outras bases de dados, através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram empregados os seguintes descritores: ansiedade, depressão e estudantes de enfermagem. Utilizou-se o operador *booleano* “AND” para a associação dos descritores com as palavras-chave: “ansiedade AND depressão AND estudantes de enfermagem”.

Selecionaram-se artigos disponíveis na íntegra, no período de 2010 a 2020, nos idiomas inglês, português e espanhol, com o objetivo de encontrar evidências científicas sobre a saúde mental dos estudantes de enfermagem. Definiu-se um corte temporal de 10 anos, visando a utilização de artigos atuais sobre a temática.

Os critérios de inclusão permitiram a busca de artigos disponíveis na íntegra, que tratassem o tema em estudo. Foram excluídos aqueles que não se enquadraram nos critérios, assim como os artigos duplicados, as revisões de literatura, dissertações de mestrado, teses de doutorado e relatos de experiência.

Em um primeiro momento, buscou-se em todas as bases de dados o cruzamento entre os descritores Ansiedade “AND” Depressão “AND” Estudantes de Enfermagem. Foram encontrados 53 artigos. Após a aplicação dos filtros (critérios de inclusão e exclusão) e retirados os artigos duplicados, foram selecionados 15 para a leitura integral.

Lidos os 15 trabalhos, foram excluídos 5 por não atenderem aos critérios de inclusão e exclusão preestabelecidos, resultando uma amostra final de 10 artigos a serem revisados.

3 Resultados

Para analisar os dez artigos selecionados, criou-se um quadro para a coleta e síntese dos dados obtidos, com o objetivo de organizar de forma estruturada as informações coletadas e elaborar um banco de dados. No quadro 01, os artigos foram agrupados seguindo um roteiro estruturado, com as seguintes informações: autor/ano, título, objetivo, tipo de estudo e principais resultados.

Quadro 1: análise dos estudos de acordo com autor, ano, título, objetivo, tipo de estudo e principais resultados. Salvador 2021

AUTOR/ANO	TÍTULO	PERIÓDICO	OBJETIVO	METÓDO /LOCAL	PRINCIPAIS RESULTADOS
Teixeira <i>et al.</i> , 2020.	A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de COVID-19	SCIELO	Sistematizar os principais problemas que estão afetando os profissionais de saúde envolvidos diretamente no enfrentamento da pandemia de COVID-19 e apontar ações e estratégias para a proteção e a assistência à saúde desses profissionais.	Artigo original realizado em Salvador, Bahia.	O principal problema é o risco de contaminação que tem gerado afastamento do trabalho, doença e morte, além de intenso sofrimento psíquico, que se expressa em transtorno de ansiedade generalizada, distúrbios do sono, medo de adoecer e de contaminar colegas e familiares.
Santos <i>et al.</i> , 2021.	Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19.	BDENF	Analisar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e fatores associados em profissionais da equipe de enfermagem durante a pandemia da Covid-19.	Estudo seccional do tipo web survey, com 490 profissionais de enfermagem dos serviços de média e alta complexidade em um estado do nordeste do Brasil.	A ocorrência de sintomas sugestivos de transtornos mentais (ansiedade e depressão) estava relacionada a profissionais de enfermagem do sexo feminino, cor ou raça parda, com renda mensal inferior a 5 salários-mínimos que trabalhavam no setor privado, ter sintomas de Síndrome de Burnout e morar com os pais. As ocorrências foram mais acentuadas quando os serviços não apresentavam condições adequadas de trabalho, em especial para o enfrentamento da pandemia de Covid-19.
Pang <i>et al.</i> , 2021.	Fatores preditivos de ansiedade e depressão entre enfermeiras que lutam contra a doença coronavírus em 2019 na China.	MEDLINE	Explorar os fatores associados à ansiedade e depressão entre enfermeiros que lutam contra o COVID - 19 na China.	Um desenho de estudo transversal foi usado para investigar a prevalência e os fatores associados à ansiedade e depressão em	A COVID-19 causou níveis significativos de ansiedade e depressão entre os enfermeiros na linha de frente da doença. No presente estudo, as prevalências de ansiedade e depressão foram de 47,52% e 56,74%, respectivamente. As três variáveis mais importantes que podem explicar os níveis de ansiedade e depressão foram resiliência, estilos de

				enfermeiras da linha de frente que lutam contra o COVID-19 na China.	enfrentamento e qualidade do sono.
Humerez; Ohl; Silva, 2020.	Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem.	BDENF	Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem brasileiros no contexto da pandemia COVID-19.	Artigo original com avaliação quantitativa dos dados, realizado em São Paulo.	O atual surto da doença causada pelo Coronavírus, a COVID-19, está ocasionando prejuízos enormes para todo o mundo e tende a provocar pânico generalizado na população. Diante dessa realidade, os profissionais da enfermagem fazem parte de um dos grupos mais afetados, expostos ao risco de contágio e da dor emocional que afeta consideravelmente a saúde mental.
Cai <i>et al.</i> , 2020.	Enfermeiras enfrentaram altos riscos de problemas psicológicos durante a epidemia de COVID-19 em um estudo longitudinal em Wuhan, China.	MEDLINE	Avaliar a magnitude do estado psicológico e fatores de risco associados entre enfermeiras no centro de pandemia em Wuhan, China.	O questionário foi elaborado para obter informações básicas dos participantes e incluiu quatro escalas de avaliação psicológica. As enfermeiras do hospital-abrigo Wuchang Fangcang também foram incluídas na segunda pesquisa.	Durante a pandemia, mais de um terço das enfermeiras sofreu de depressão, ansiedade e insônia. No período do surto, os enfermeiros apresentaram riscos significativamente maiores para sintomas de depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (PTSD) do que aqueles no período estável ($P < 0,01$). As enfermeiras dos hospitais-abrigo de Fangcang sofreram um risco significativamente maior de problemas psicológicos do que as de outras unidades.
Sampaio; Sequeira; Teixeira, 2020.	Saúde mental das enfermeiras durante o surto de COVID-19	MEDLINE	Descrever o estado de saúde mental dos enfermeiros durante o surto de Covid-19 e explorar os fatores que podem acentuar as consequências	Realizamos um inquérito online para avaliar variáveis demográficas	Os enfermeiros portugueses apresentaram níveis mais elevados de depressão, ansiedade e stress, quando comparados com a

			negativas em sua saúde mental.	as, condições de trabalho, dinâmica familiar e variáveis de saúde mental em enfermeiros que trabalhavam em serviços de saúde, em Portugal, durante o surto de COVID-19.	população portuguesa em geral, durante o surto. De maneira geral, os enfermeiros que não consideraram a quantidade e a qualidade dos equipamentos de proteção individual adequados apresentaram níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse.
Barbosa <i>et al.</i> , 2020.	Depressão e ansiedade na enfermagem em unidade de terapia intensiva.	LILACS	Identificar a prevalência de depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem que atuam em Unidade de terapia intensiva adulto.	Pesquisa descritiva, transversal com abordagem quantitativa, realizada em Caruaru, estado de Pernambuco.	Observou-se que 77% da amostra não apresenta sintomas depressivos. Já no que se refere aos sintomas ansiosos, 85% apresentaram grau mínimo de ansiedade. Os resultados desse estudo evidenciaram uma baixa prevalência de depressão e ansiedade. Tais resultados trazem aos gestores de saúde a possibilidade de atentar-se e rever as práticas adotadas nas instituições hospitalares.
Dal’Bosco <i>et al.</i> , 2020.	Saúde mental da enfermagem no enfrentamento do COVID-19 em um hospital universitário regional.	MEDLINE	Identificar a prevalência e fatores associados à ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento da COVID-19 em hospital universitário.	Estudo observacional transversal com 88 profissionais de enfermagem, provenientes de Ponta Grossa, Paraná.	Houve prevalência de ansiedade (48,9%) e de depressão (25%). A maioria da amostra foi composta por mulheres, com mais de 40 anos, casadas ou em união estável, de cor branca, com ensino superior ou pós-graduação, com renda superior a R\$3.000,00, concursadas, com regime de trabalho de 40 horas semanais e tempo de atuação no hospital de 1 a 5 anos.
Ramos-Toescher <i>et al.</i> , 2020.	Saúde mental de profissionais de enfermagem	SCIELO	Refletir sobre as implicações da pandemia de	Artigo reflexivo, com o	Em resposta à pandemia, uma crise em saúde mental pode

	durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio		coronavírus na saúde mental dos profissionais de enfermagem e os principais recursos de apoio em desenvolvimento.	suporte do Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde e Fundação Oswaldo Cruz.	estar a ocorrer entre os profissionais de enfermagem. Por estarem, diretamente, ligados ao atendimento de casos do novo coronavírus, experienciam situações estressoras, adicionais àquelas já vivenciadas nos serviços de saúde, incluindo preocupações, medo e insegurança com a saúde de si e da população. Como resultado, foi possível refletir acerca das principais implicações da pandemia para os profissionais de enfermagem e os principais recursos de apoio em desenvolvimento, especialmente relacionados a identificação e manejo de situações estressantes.
Miranda <i>et al.</i> , 2020.	Condições de trabalho e o impacto na saúde dos profissionais de enfermagem frente a COVID-19	BDENF	Refletir sobre as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem no enfrentamento ao novo coronavírus e apontar o impacto na vida desses profissionais em meio à pandemia.	Artigo reflexivo realizado em Curitiba – PR.	As fragilidades encontradas no cotidiano laboral dos profissionais de enfermagem são descritas pela literatura nacional e internacional, nas quais estão incluídas as más condições de trabalho, sobrecarga física e mental, baixa remuneração e ausência de Equipamentos de Proteção Individual adequados para o enfrentamento desse agravo.

Fonte: pesquisa - Ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19, 2021.

4 Discussão

Uma vez realizada a leitura e análise dos resultados dos artigos que compuseram a amostra final deste estudo, foi possível observar que a ansiedade se encontra presente com níveis moderados a extremamente graves na maioria dos estudantes de enfermagem. Para uma

melhor discussão acerca das informações encontradas, os resultados coletados foram agrupados por similaridade e delimitados em categorias: (a) Fatores sociodemográficos em estudantes de enfermagem com ansiedade e depressão; e (b) Fatores associados à prevalência da ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem.

4.1 Fatores sociodemográficos em estudantes de enfermagem com ansiedade e depressão

Com base na análise dos artigos da amostra, observou-se que o perfil sociodemográfico dos graduandos de enfermagem está composto por uma grande maioria do sexo feminino, entre 20 e 29 anos. Entre os estudos analisados, as mulheres apresentaram maiores níveis de depressão que os homens. Entretanto, é importante levar em consideração que a maioria da população da escola de enfermagem são mulheres, que naturalmente estão expostas a mudanças hormonais que interferem em suas vidas pessoais e nos aspectos acadêmicos (DIAZ-GODIÑO *et al.*, 2019).

Alguns resultados foram divergentes aos encontrados na literatura; um estudo da amostra evidenciou que, entre os homens, a prevalência da depressão era superior aos níveis encontrados entre as participantes do sexo feminino, ainda que o grupo masculino tivesse um número inferior de participantes (MOHEBBI *et al.*, 2019).

Barraza *et al.* (2015) realizaram um estudo com participantes dos cursos de enfermagem e medicina e, para ambos os cursos, identificaram-se valores acima da normalidade nos níveis de estresse e ansiedade.

O ensino superior exige dos discentes recursos cognitivos e emocionais para tomadas de decisões importantes (BUBLITZ, *et al.*, 2016). Analisando as faixas etárias dos participantes, o presente estudo constatou que a idade é um fator de risco e há maiores níveis de ansiedade e depressão em estudantes mais jovens, entre 20 e 29 anos de idade.

É possível que o ingresso precoce, sem o devido acompanhamento emocional desses alunos esteja associado aos altos níveis de ansiedade e depressão encontrados nos estudos. Diaz-Godiño *et al.* (2019) trazem outro fator importante a ser analisado: grande parte dos estudantes da amostra era do sexo feminino, o que pôde influenciar de forma tendenciosa a elevação dos níveis de ansiedade e depressão encontrados, tendo em vista as particularidades da fisiologia feminina. As mudanças hormonais podem interferir direta ou indiretamente em suas vidas acadêmicas.

Para Barraza *et al.* (2015), não foram encontradas distinções entre os níveis de ansiedade e depressão entre os acadêmicos de enfermagem e medicina quanto ao gênero ou faixa etária.

Isso favorece a elaboração de estratégias de intervenção, pois não seriam necessárias abordagens específicas para diferentes grupos. Já para Diaz-Godiño *et al.* (2019), a maioria dos estudantes de enfermagem não sofrem de depressão, porém houve uma associação significativa entre a idade e a presença de níveis de depressão.

Mohebbi *et al.* (2019) encontraram entre os acadêmicos de enfermagem menores escores de depressão em alunos dos semestres superiores. Esse fator pode estar associado ao fato de que os alunos dos semestres iniciais podem não estar familiarizados com as rotinas, com o ambiente acadêmico e hospitalar, o que traz maiores níveis de ansiedade durante o período de adaptação.

Em relação às outras características demográficas que podem estar associadas à ansiedade e depressão, em um estudo realizado em uma universidade peruana, constatou-se que os estudantes de enfermagem apresentavam estilos de vida pouco saudáveis, não apresentaram depressão e estresse, mas níveis moderados de ansiedade. Porém, entre os alunos do sexo feminino, jovens (20 a 29 anos), solteiras, sem filhos, e que só se dedicavam aos estudos, foram encontrados níveis de depressão leve, moderada, grave e extremamente grave (DIAZ-GODIÑO *et al.*, 2019).

Entre os estudos analisados, apenas Mohebbi *et al.* (2019) apresentaram o estado civil como um fator de risco para a ansiedade e depressão. O estudo revelou que ser solteiro estava relacionado a maiores pontuações de sintomas físicos, ansiedade, depressão e insônia, em comparação com os estudantes casados. A relação entre estado civil e o escore geral de saúde foi estatisticamente significativo, onde os estudantes casados obtiveram os melhores níveis de saúde; no entanto, não houve achados na literatura que justificassem os resultados encontrados.

Uma limitação ao traçar um perfil sociodemográfico dos alunos do curso de enfermagem que apresentavam indícios de ansiedade e depressão, foi a heterogeneidade da amostra, bem como a escassa quantidade de estudos realizados sobre a temática. Cada pesquisa foi realizada em um país diferente, onde questões socioeconômicas e culturais podem interferir no estilo de vida e na saúde mental dos estudantes. Outro fator que dificultou o traçado do perfil foram as diferentes ferramentas utilizadas para coletar os dados dos alunos, onde informações sobre o histórico familiar e o contexto socioeconômico dos alunos deixaram de ser abordadas.

4.2 Fatores associados à prevalência da ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem

A ansiedade costuma ser percebida como um estado de alerta, associado a uma percepção do ambiente aumentada, voltada a um perigo percebido de forma consciente ou não;

por outro lado, a depressão é descrita como um quadro multifatorial que pode envolver desde fatores genéticos até fatores ambientais em sua fisiopatologia (ALVES, 2014).

Entre os estudantes de enfermagem, observou-se alta prevalência nos níveis de ansiedade, depressão e estresse (SAMSON, 2019). A literatura explica esse fato como resultado do período de formação acadêmica, onde as situações vivenciadas se assemelham às que serão enfrentadas na vida profissional e podem interferir negativamente nesse processo de construção e na saúde mental dos estudantes (BUBLITZ *et al.*, 2016).

Segundo Diaz-Godiño *et al.* (2019), a maioria dos estudantes de enfermagem participantes do estudo tinham estilos de vida pouco saudáveis e níveis moderados de ansiedade. Em seu estudo, Mohebbi *et al.* (2019) evidenciaram que, entre os participantes, apenas 30% gozavam de boa saúde mental. Os altos níveis de ansiedade e depressão encontrados entre os alunos de enfermagem podem também estar relacionados à indisponibilidade de serviços de acompanhamento psicológico em suas respectivas faculdades (SAMSON, 2019).

Em seu estudo, Samson (2019) descreve três estratégias de enfrentamento, focadas nos problemas mais comumente acusados pelos alunos. Elas podem ser divididas nas focadas no problema (ressignificação positiva, enfrentamento ativo e aceitação), e as focadas na emoção (autodistração, como assistir televisão, ler, religião, fazer compras, e a busca de suporte emocional). Entre os alunos do último ano, as estratégias mais utilizadas estiveram focadas no enfrentamento e resolução dos problemas; isso pode estar associado à orientação de familiares, docentes, ou como resultado da aplicação pessoal das técnicas de resolução de problemas aprendidas dentro do próprio curso de enfermagem.

O estilo de vida pouco saudável dos estudantes de enfermagem pode influenciar a sua saúde mental, pois favorece a deterioração da saúde e o aparecimento de doenças não transmissíveis, principalmente em países em desenvolvimento, cujas políticas de saúde mental ainda não atendem às necessidades populacionais (DIAZ-GODIÑO *et al.*, 2019).

Um fator importante a ser considerado quanto ao estado de saúde mental dos alunos, é a história anterior ao ingresso na universidade, bem como o histórico familiar, o contexto social em que o aluno está inserido, as limitações encontradas por ele para permanecer estudando, entre outros fatores. Entre os estudos que compuseram a amostra, apenas a pesquisa de Mohebbi *et al.* (2019) realizou um mapeamento dos alunos que possuíam diagnóstico de transtornos mentais anteriores ao ingresso na faculdade, o histórico familiar de saúde e se faziam uso de medicações para o tratamento de doenças associadas à saúde mental.

5 Conclusões

O curso de graduação em enfermagem é considerado estressante, pois os estudantes passam a vivenciar situações parecidas com as dos profissionais formados. A maioria dos estudantes, ainda em faixas etárias jovens, estão em processo de desenvolvimento emocional, com histórias anteriores ao ingresso na universidade que podem interferir diretamente na sua saúde mental. Também é importante ter em mente que outros fatores externos podem interferir, como o estado civil, o histórico familiar de saúde, a situação socioeconômica do jovem, se ele se dedica aos estudos ou precisa trabalhar e estudar etc.

De maneira indireta, os fatores associados identificados nos resultados desta pesquisa evidenciam que os estudantes de enfermagem apresentam níveis moderados a graves de ansiedade, e níveis leves e moderados de depressão. A amostra geral dos estudantes que participaram dos estudos eram mulheres, jovens, entre 20 e 29 anos e solteiras. Destaca-se o grande número de mulheres jovens com indícios de níveis moderados a graves de depressão e ansiedade.

Houve limitações para a realização deste estudo, devido à baixa quantidade de artigos publicados sobre o tema. Outra dificuldade foi a heterogeneidade da amostra, onde diferentes países, com culturas e realidades diferentes podem representar perfis para risco diferentes. Para um estudo mais aprofundado sobre a ansiedade e depressão entre os estudantes de enfermagem são necessários novos estudos, com o intuito de conhecer e auxiliar no processo de desenvolvimento de iniciativas tanto a nível institucional como no desenvolvimento de políticas públicas.

Este trabalho visa contribuir de forma positiva e favorecer o conhecimento a respeito dos fatores associados à depressão e ansiedade em acadêmicos de enfermagem, através da identificação de fragilidades associadas ao tema, mas são necessários novos estudos, em especial no Brasil, para que se tenha impacto positivo na vida desses futuros profissionais.

Referências

ALVES, T. C. D. F. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 93, n. 3, 2014.

BARBOSA, M. B. T. *et al.* Depressão e ansiedade na enfermagem em unidade de terapia intensiva. **Revista Ciência Plural**, Natal, v. 6, n. 3, p. 93-107, set. 2020.

BARRAZA, R. L. *et al.* Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería. **Rev. chil. neuro-psiquiatr.**, Santiago, v. 53, n. 4, p. 251-260, 2015.

BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; ANDRETTA, I. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. **Revista SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 22, n. 1, jan./jun. 2021.

BUBLITZ, S. *et al.* Associação entre estresse e características sociodemográficas e acadêmicas de estudantes de enfermagem. **Texto & Contexto — Enfermagem**, Florianópolis, v. 25, n. 4, 2016.

CAI, Z. *et al.* Nurses endured high risks of psychological problems under the epidemic of COVID-19 in a longitudinal study in Wuhan China. **Journal of Psychiatric Research**, New York, v. 131, p. 132-137, dez. 2020.

CLAUDINO, J.; CORDEIRO, R.; Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem. O caso particular dos alunos da Escola Superior de Saúde de Portalegre. **Millenium — Journal of Education, Technologies, and Health**, Viseu, v. 32, p. 197-210, 2016.

DAL’BOSCO, E. B. *et al.* Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v. 73, supl. 2, 2020.

DIAZ-GODIÑO, J. *et al.* Lifestyles, depression, anxiety, and stress as risk factors in nursing apprentices: A logistic regression analysis of 1193 students in Lima, Peru. **J Environ Public Health**, [S. l.], nov. 2019. DOI 10.1155/2019/7395784.

HSIUNG, D. Y. *et al.* Screening nursing students to identify those at high risk of poor mental health: a cross-sectional survey. **BMJ Open**, [s. l.], v. 9, n. 6, 2019.

HUMEREZ, D. C.; OHL, R. I. B.; SILVA, M. C. N. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 25, 2020.

LEÃO, A. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. de C. P.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto — enferm.**, Florianópolis, v.17, n. 4, p.758-764, 2008.

MENTAL DISORDERS. **WHO**, Geneva, 2019.

MIRANDA, F.M.A. *et al.* Condições de trabalho e o impacto na saúde dos profissionais de enfermagem frente à Covid-19. **Cogitare enfermagem**, Curitiba, v. 25, 2020.

MOHEBBI, Z. *et al.* State of mental health and associated factors in nursing students from Southeastern Iran. **Invest Educ Enferm.**, Medellín, v. 37, n. 3, 2019.

PAGNO, M. Ministério da Saúde divulga resultados preliminares de pesquisa sobre saúde mental na pandemia. **FIOCRUZ, Canal Saúde**, Rio de Janeiro, 1.º out. 2020.

PANG, Y. *et al.* Predictive factors of anxiety and depression among nurses fighting coronavirus disease 2019 in China. **International Journal of Mental Health Nursing**, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 524-532, 24 jan. 2021.

RAMOS-TOESCHER, A.M. *et al.* Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 24, n. esp., 2020.

SAMPAIO, F; SEQUEIRA, C; TEIXEIRA, L. Nurses' Mental Health During the Covid-19 Outbreak. **Journal of Occupational & Environmental Medicine**, Hagerstown, MD, v. 62, n. 10, p. 783-787, 5 ago. 2020.

SAMSON, P. Role of coping in stress, anxiety, depression among nursing students of Purbanchal University in Kathmandu. **J Nepal Health Res Council.**, [s. l], v. 17, n. 3, p. 325-330, 2019.

SANTIAGO, M. B.; BRAGA, O. S.; SILVA, P. R.; CAPELLI, V. M. R; COSTA, R. S. L. Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador – BA, v. 10, n. 1, p. 73-84, 2021.

SANTOS *et al.* Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 25, n. esp., 2021.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, jan./mar. 2010.

TEIXEIRA *et al.* A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de COVID-19. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 9, set. 2020.