

Grau de ansiedade entre acadêmicos de enfermagem durante a pandemia da covid-19

Grau de ansiedade entre acadêmicos de enfermagem durante a pandemia de covid-19

Grado de ansiedad entre académicos de enfermería durante la pandemia de covid-19

Jorge Luiz Lima da Silva¹, Giulia Lemos de Almeida², Cláudia Maria Messias³, Daiana Alves dos Santos⁴

Como citar esse artigo. Lima da Silva JL, de Almeida GL, Messias CM, dos Santos DA. Grau de ansiedade entre acadêmicos de enfermagem durante a pandemia de covid-19. Rev Pró-UniversUS. 2023; 14(2):02-07.



Resumo

Introdução: diante do cenário pandêmico, os acadêmicos de enfermagem precisaram se adaptar e conviver habitualmente com sentimentos de medo e ansiedade, além da expressiva quantidade de profissionais da saúde infectados e mortos. Estas questões podem desencadear crises na formação, e sua resiliência influencia diretamente em sua qualidade de vida. **Objetiva-se** descrever o grau de ansiedade de acadêmicos de enfermagem de universidade federal, durante a pandemia de covid-19. **Materiais e Métodos:** estudo epidemiológico descritivo de desenho seccional. População foi composta por 187 acadêmicos de enfermagem, foi realizado cálculo amostral. Aplicado formulário disponibilizado de forma remota, com análise descritiva dos dados. Pesquisa aprovada pelo comitê de ética sob o parecer 4.249.624. **Resultados:** apresentaram um grau de ansiedade mínima e leve em sua maioria, no entanto uma grande quantidade de alunos manifestou índices graves. Os sintomas mais frequentes, segundo o Inventário de Ansiedade de Beck, foram sensação de desequilíbrio, de desmaio e trêmulo, enquanto as questões de senso comum prevaleceram pensar demais, falta de paciência e preocupação constante. **Discussão:** estudos identificam como impacto de quarentenas e epidemias prévias, a ocorrência de distúrbios emocionais, depressão, irritabilidade e ansiedade. Somando ainda, o estado de vulnerabilidade em que se encontram os graduandos de enfermagem, estando mais suscetíveis a desequilíbrios de ordem mental. **Considerações finais:** é essencial haver uma preocupação maior com a saúde mental dos graduandos e dos recém-formados. A ansiedade é natural, no entanto, a intensificação dos sintomas de ansiedade exige a busca por atendimento especializado.

Palavras-chave: Saúde Mental; Covid-19; Estudantes de Enfermagem; Enfermagem.

Abstract

Introduction: Faced with the pandemic scenario, nursing students needed to adapt and habitually live with feelings of fear and anxiety, in addition to the significant number of infected and dead health professionals. These issues can trigger training crises, and their resilience directly influences their quality of life. **The objective is** to describe the degree of anxiety of nursing students from a federal university during the covid-19 pandemic. **Materials & Methods:** descriptive epidemiological study with a cross-sectional design. Population consisted of 187 nursing students, sample calculation was performed. Applied form made available remotely, with descriptive analysis of the data. Research approved by the ethics committee under opinion 4,249,624. **Results:** they presented a minimal and mild degree of anxiety for the most part, however a large number of students manifested severe indices. The most frequent symptoms, according to Beck Anxiety Scale, were feelings of imbalance, fainting and trembling, while common sense issues prevailed over thinking, lack of patience and constant concern. **Discussion:** studies identify the occurrence of emotional disturbances, depression, irritability and anxiety as the impact of previous quarantines and epidemics. In addition, the state of vulnerability in which nursing students find themselves, as they are more susceptible to mental imbalances. **Final Considerations:** it is essential to be more concerned with the mental health of undergraduates and recent graduates. Anxiety is natural, however, the intensification of anxiety symptoms requires the search for specialized care.

Key words: Covid-19; Nursing Students; Nursing.

Resumen

Introducción: Ante el escenario de la pandemia, los estudiantes de enfermería necesitaron adaptarse y vivir con sentimientos de miedo y ansiedad, además del importante número de profesionales de la salud infectado y muertos. Estos problemas pueden desencadenar crisis en el entrenamiento, y su resiliencia influye en su calidad de vida. **Se objetiva** describir el grado de ansiedad de estudiantes de enfermería de universidad federal durante la pandemia de covid-19. **Materiales y Métodos:** estudio epidemiológico descriptivo con diseño transversal. La población estuvo constituida por 187 estudiantes de enfermería, se realizó el cálculo de la muestra. Formulario aplicado disponible a distancia, con análisis descriptivo de los datos. Investigación aprobada por el comité de ética bajo el dictamen 4.249.624. **Resultados:** presentaron un grado de ansiedad mínimo y leve en su mayoría, sin embargo una gran cantidad de estudiantes manifestaron índices severos. Los síntomas más frecuentes, según Escala de Ansiedad de Beck, fueron sentimientos de desequilibrio, desmayos y temblores, mientras que los problemas de sentido común prevalecieron sobre el pensamiento, la falta de paciencia y la preocupación constante. **Discusión:** estudios identifican ocurrencia de trastornos emocionales, depresión, irritabilidad y ansiedad como impacto de cuarentenas y epidemias anteriores. Además, el estado de vulnerabilidad en el que se encuentran los estudiantes de enfermería, siendo más susceptibles a los desequilibrios mentales. **Consideraciones finales:** es fundamental preocuparse más por la salud mental de los estudiantes de grado y recién graduados. La ansiedad es natural, sin embargo, la intensificación de síntomas de ansiedad obliga a la búsqueda de atención especializada.

Palabras clave: Diabetes mellitus; Educación permanente; Equipo de enfermería.

Afiliação dos autores:

¹Docente do Curso de Enfermagem (Doutor em Saúde Pública Ensp/ Fiocruz) / Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: jorgeluzlima@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2370-6343>

²Discente (Graduação em Enfermagem) / Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: giulialesmos@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1783-3298>

³Docente do Curso de Enfermagem (Doutora em Enfermagem EEEAN/ UFRJ) / Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: marimessia1512@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1323-0214>

⁴Enfermeira Residente em Enfermagem Clínica e Cirúrgica / Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio), Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: daianaalvesjorge@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7560-2554>

* E-mail de correspondência: jorgeluzlima@gmail.com

Recebido em: 17/01/22. Aceito em: 23/02/23.

Introdução

A enfermagem que nós conhecemos no século XXI é um dos pilares dos sistemas de saúde ao redor do mundo, o conhecimento e habilidades apresentados por esses profissionais possui a capacidade de melhorar o bem-estar da população. Para atingir esse potencial, é necessária uma formação de qualidade para a aquisição de princípios científicos, destreza técnica, raciocínio crítico e tomada de decisão, fundamental para proporcionar um cuidado integral e humanizado¹. Durante a graduação, além de começar a assumir a responsabilidade por outras vidas, enfrenta-se diversos desafios desde adaptações na rotina até mudança de cidade, podendo ser intimidante.

Diante das novas demandas como estudante de um curso de saúde, entrega de trabalhos, articulação teórico-prático, competitividade do mercado de trabalho, atualizações constantes e desenvolvimento de pesquisas podem sobrecarregar os alunos e causar danos à saúde. Entende-se que os estudantes são expostos a diversas situações estressantes e esse novo contexto gera pressões psicológicas, proporcionando sentimentos como angústia, estresse e ansiedade². Dessa forma, uma grade curricular extensa e carga horária elevada tende levar ao esgotamento físico-mental do universitário, resultando na insatisfação e evasão do curso.

O desequilíbrio da saúde mental altera o modo de pensar, sentir e agir, desencadeando perturbações comportamentais. Ou seja, em situações de estresse do dia a dia, o organismo responde em uma quantidade patológica de ansiedade ocasionando taquicardia, hiperventilação, tremores e palpitações³. Essas reações intensas prejudicam o cotidiano dos indivíduos, as atividades potencialmente estressantes, gerando grande sofrimento antecipadamente e acabam necessitando da participação de outras pessoas para sua realização, afetando a qualidade de vida do sujeito.

Para uma formação de futuros enfermeiros de qualidade é essencial considerar a saúde mental dos acadêmicos, promovendo, desta forma, o bem-estar e qualidade de vida. O âmbito da psique está relacionado à capacidade do indivíduo enfrentar obstáculos e ser resiliente frente às dificuldades do cotidiano, conseguindo lidar com a ansiedade e estresse diário, continuando interessado e sendo capaz de contribuir para a sociedade, promovendo paz e estabilidade nas comunidades⁴. Assim, cabe a todos os envolvidos na graduação, desde professores a universitários, identificar as falhas no processo e buscar solucioná-las.

A ansiedade é considerada por muitos estudiosos como o mal do século, que por ser uma reação ao perigo iminente, ao ser acionada diante de situações do cotidiano, podem causar sofrimento psíquico no indivíduo⁵. Dessa forma, os transtornos de ansiedade podem prejudicar a realização de atividades diárias,

afetando não apenas a pessoas acometidas, mas os que estão ao seu redor também. Esta condição causa elevado impacto ao redor do mundo, se destacando como a segunda causa principal de incapacitação entre os quadros mentais. Só no Brasil acomete cerca de 18,6 milhões de cidadãos, liderando o ranking de países mais ansiosos⁶.

Ainda assim, durante os últimos dois anos, perdura-se uma crise global devido ao SARS-Cov-2, um vírus que se espalhou por todos os continentes, matando milhões de pessoas. Devido a sua alta taxa de transmissão e a sobrecarga do sistema de saúde, foram impostas medidas de isolamento social e suspensão de serviços presenciais. Pôde-se afirmar que juntamente com a pandemia surgiu um estado de pânico, histeria coletiva e a sensação do distanciamento que desencadeiam os desequilíbrios no bem-estar social⁷.

Diante do cenário pandêmico, os acadêmicos precisaram se adaptar às atividades a distância, convivendo habitualmente com sentimentos de dúvida, medo, decepção, ansiedade, raiva, tristeza e angústia⁸. Os alunos de enfermagem, em particular, foram sujeitos às alterações rápidas, desde suspensão das aulas a teleatendimento, além da contemplação das dificuldades profissionais e o risco em que iriam se submeter. O testemunho da expressiva quantidade de profissionais da saúde infectados e mortos pode desencadear crises na formação, e estados emocionais negativos⁹.

O estresse e a ansiedade podem ser entendidos como reações físicas e emocionais, em momentos de crise, a forma que o indivíduo lida com as situações e sua resiliência influenciam diretamente em sua qualidade de vida. Dessa forma, objetiva-se descrever o grau de ansiedade de acadêmicos de enfermagem na pandemia.

Materiais e Método

A pesquisa se deu por meio de estudo epidemiológico descritivo de desenho seccional. Estudo trabalhou com a ideia de censo, objetivando alcançar o máximo de alunos no menor tempo possível. No entanto, foi realizado o cálculo amostral, considerando erro amostral de 5%, nível de confiança de 95%, com valor resultante de 162 do universo de 468 estudantes de graduação. A população foi composta por 187 acadêmicos de enfermagem.

Para a abordagem dos participantes, foram explicados os propósitos da pesquisa e apresentação do termo de consentimento livre e esclarecido. Participaram da pesquisa indivíduos adultos de 18 a 60 anos, de ambos os sexos, acadêmicos de enfermagem cientes dos propósitos do estudo e que assinaram o consentimento livre esclarecido, foram excluídos aqueles que não estavam regularmente matriculados no curso, os que abandonaram a faculdade e recém transferidos de outras universidades a menos de um semestre.

O instrumento utilizado foi um questionário estruturado com perguntas fechadas pelo formulário eletrônico *online* disponibilizado, por meio da plataforma *Google Docs*. A avaliação da ansiedade dos acadêmicos foi realizada, por meio da Escala de Ansiedade de Beck (BAI) que é indicada para indivíduos entre 17 e 80 anos de idade, utilizada para classificá-los em categorias da ansiedade. Foi desenvolvida pelo pesquisador Beck, Epstei, Brown e Stter, no *Center for Cognitive Therapy (TCC)* da Universidade de Pensilvânia em 1988. Consiste em um questionário de autorrelato que analisa a intensidade dos sintomas característicos da ansiedade através de 21 questões de múltipla escolha¹⁰.

As perguntas da escala são sobre como o participante tem se sentido na última semana em relação aos sintomas da ansiedade (como angústia, nervosismo e taquicardia) e tem 4 níveis de intensidade possíveis, utilizando uma série escalar de 0 a 3 pontos. Para cada item há um escore individual: Não - 0; Levemente: não me incomodou muito - 1; Moderadamente: foi ruim, mas consigo suportar - 2; Severamente: quase não aguentei - 3. A soma desses escores individuais pode variar de 0 a 63. Os resultados do BAI variam em: ansiedade mínima (escores de 0 a 10), leve (escores de 11 a 19), moderada (escores de 20 a 30), e grave (escores de 31 a 63)^{11,12}. Durante a realização do questionário emergiram opiniões do senso comum acerca de sinais e sintomas considerados relacionados à ansiedade, sendo assim acrescentadas ao questionário.

A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética da Fundação Cultural de Campos – Centro Universitário Fluminense sob o número do parecer 4.249.624.

Resultados

Segundo a intensidade, 53 indivíduos apresentaram ansiedade mínima e leve. E 36 tiveram escore para moderada, e 45 para ansiedade grave. Sendo a média 20,2; a mediana 17; a moda 9; e o desvio padrão 13,2. Os escores do BAI são apresentados na figura 1.

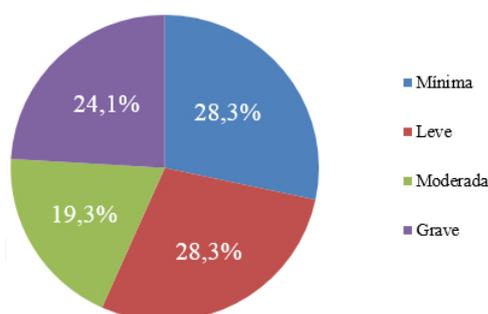


Figura 1. Escores do grau de ansiedade segundo a Escala de Ansiedade de Beck, entre acadêmicos de enfermagem, de universidade federal, 2020 (N = 187).

Fonte: pesquisa dos autores, 2023.

Os dados das questões do BAI são apresentados na tabela 1. Cada pergunta foi identificada como uma variável com resposta positiva ou negativa para compreendermos melhor a apresentação dos indicadores de ansiedade da escala. Mais da metade dos indivíduos respondeu positivamente todos os tópicos, desde manifestações físicas a psíquicas.

Tabela 1. Frequência de respostas da Escala de Ansiedade de Beck, entre acadêmicos de enfermagem, de universidade federal, 2020 (N = 187).

ESCALA DE ANSIEDADE DE BECK	N	%
Sente ou sentiu dormência ou formigamento		
Sim	140	74,9
Não	47	25,1
Sente ou sentiu sensação de calor		
Sim	142	75,9
Não	45	24,1
Sente ou sentiu tremores nas pernas		
Sim	153	81,8
Não	34	18,2
Se sente ou sentiu incapaz de relaxar		
Sim	147	78,6
Não	40	21,4
Sente ou sentiu medo que aconteça o pior		
Sim	150	80,2
Não	37	19,8
Sente ou sentiu atordoado ou tonto		
Sim	138	73,8
Não	49	26,22
Sente ou sentiu palpitação ou aceleração no coração		
Sim	145	77,5
Não	42	22,5
Se sente ou sentiu sem equilíbrio		
Sim	159	85,0
Não	28	15,0
Sente ou sentiu aterrorizado		
Sim	146	77,5
Não	41	21,9
Sente ou sentiu nervoso		
Sim	145	77,5
Não	42	22,5
Sente ou sentiu sensação de sufocação		
Sim	153	81,8
Não	34	18,2
Se sente ou sentiu tremores nas mãos		
Sim	149	79,7
Não	38	20,3

Tabela 1 (cont.). Frequência de respostas da Escala de Ansiedade de Beck, entre acadêmicos de enfermagem, de universidade federal, 2020 (N = 187).

ESCALA DE ANSIEDADE DE BECK	N	%
<i>Sente ou sentiu trêmulo</i>		
Sim	153	81,8
Não	34	18,2
<i>Sente ou sentiu medo de perder o controle</i>		
Sim	142	75,9
Não	45	24,1
<i>Sente ou sentiu dificuldade de respirar</i>		
Sim	151	80,7
Não	36	19,3
<i>Se sente ou sentiu medo de morrer</i>		
Sim	143	76,5
Não	44	23,5
<i>Sente ou sentiu assustado</i>		
Sim	133	71,1
Não	54	28,9
<i>Sente ou sentiu indigestão ou desconforto no abdômen</i>		
Sim	146	78,1
Não	41	21,9
<i>Sente ou sentiu sensação de desmaio</i>		
Sim	154	82,4
Não	33	17,6
<i>Se sente ou sentiu rosto avermelhado</i>		
Sim	160	85,6
Não	27	14,4
<i>Sente ou sentiu suor (não devido ao calor)</i>		
Sim	154	82,4
Não	33	17,6

Legenda: N= total de participantes que assinalaram sim, %= frequência relativa

Fonte: pesquisa dos autores, 2023.

Os dados das questões gerais de ansiedade são apresentados na tabela 2. Estas são opiniões do senso comum dos alunos, acerca de sinais e sintomas considerados relacionados à ansiedade. A maioria dos sujeitos respondeu positivamente as perguntas acerca de procrastinação, preocupação constante, falta de paciência, pensar demais, insônia e problemas de memória. Enquanto as variáveis referentes a medos irrealis, ataque de pânico e problemas respiratórios tiveram, majoritariamente, respostas negativas. Importante ressaltar que essas informações foram colhidas de acordo com as interpretações dos participantes sobre a percepção de estar ansioso.

Tabela 2. Frequência de respostas a questões gerais de ansiedade, entre acadêmicos de enfermagem, de universidade federal, 2020 (N = 187).

SINAIS DE ANSIEDADE	N	%
<i>Procrastinação</i>		
Sim	144	77,0
Não	43	23,0
<i>Preocupação constante</i>		
Sim	159	85,0
Não	28	15,0
<i>Falta de paciência</i>		
Sim	156	83,4
Não	31	16,6
<i>Medos irrealis</i>		
Sim	62	33,2
Não	125	66,8
<i>Ataque de pânico</i>		
Sim	39	20,9
Não	148	79,1
<i>Pensar demais</i>		
Sim	169	90,4
Não	18	9,6
<i>Insônia</i>		
Sim	102	54,5
Não	85	45,5
<i>Problemas de memória</i>		
Sim	107	57,2
Não	80	42,8
<i>Problemas respiratórios</i>		
Sim	58	31,0
Não	129	69,0

Legenda: N= total de participantes que assinalaram sim, %= frequência relativa.

Fonte: pesquisa dos autores, 2023.

Discussão

Entende-se que é necessária avaliação do estado de saúde dos acadêmicos para que sejam tomadas as devidas medidas para garantir sua integridade. Dessa forma, para analisar as manifestações psicológicas apresentadas, durante a crise de saúde vigente, foi utilizada a Escala de Ansiedade de Beck para medir a intensidade de sintomas de ansiedade. Esta possui significativa confiabilidade, sendo precisa em sua aplicabilidade e com boas características psicométricas, principalmente para indicativos fisiológicos¹³.

O BAI é o instrumento mais utilizado em

estudos sobre ansiedade no Brasil, principalmente naqueles com universitários de cursos da área de saúde como sujeitos. Como este, os trabalhos que usaram esse recurso, objetivaram avaliar a intensidade da ansiedade, a partir da mensuração dos sintomas por meio do autorelato. Compreende-se que as manifestações relatadas podem ou não estar relacionadas ao ambiente acadêmico, envolvendo reações emocionais, comportamentais, cognitivas e fisiológicas¹⁴.

Os resultados demonstraram homogeneidade na quantidade de casos para ansiedade mínima (28,3%) e leve (28,3%), com menos casos de ansiedade moderada (19,3%) e grave (24,1%), mostrando que a maior parte dos estudantes tem níveis de ansiedade mais baixos, enquanto que uma minoria tem níveis considerados mais altos. Escores semelhantes também foram constatados em pesquisas envolvendo futuros enfermeiros, apresentando 28,4% de ansiedade mínima em universidade estadual de Roraima¹⁵.

Outros estudos também realizados com acadêmicos de enfermagem corroboram com esse achado, apresentando prevalência da ansiedade mínima em Juiz de Fora e Viçosa^{14,16}. Entretanto, trabalhos realizados com estudantes de diferentes cursos da área de saúde resultaram em quantidade maior de casos de ansiedade moderada representado por 31,3% da população estudada em universidade do interior da Paraíba, e grave em até 26,9% dos sujeitos no campus de Lagarto em Sergipe^{17,18}.

Segundo o BAI, os três sintomas mais frequentes encontrados entre os estudantes foram sensação de desequilíbrio, de desmaio e trêmulo, enquanto os menos frequentes foram se sentir assustado, atordoado ou tonto, e ter medo de perder o controle. Alguns estudos mostram o nervosismo e incapacidade de relaxar como os mais prevalentes^{19,20}. A ansiedade se apresenta de diversas formas, a partir de manifestações físicas e psíquicas, podendo interferir nas atividades do cotidiano de acordo com sua gravidade.

De acordo com as questões gerais indicativas de ansiedade sugeridas pelos alunos, os sintomas mais frequentes são: pensar demais, falta de paciência e preocupação constante. Estudo realizado em Teresópolis com acadêmicos de medicina que utilizaram perguntas alternativas ao do BAI também trazem tópicos semelhantes aos propostos pelos estudantes, demonstrando consenso²¹. Revisão integrativa acerca de avaliação da ansiedade em estudantes de enfermagem aponta que os sinais e sintomas clínicos usados como referência são alterações na respiração, frequência cardíaca, temperatura corporal e presença de nervosismo²².

Compreende-se que os universitários se encontram em estado de vulnerabilidade devido ao planejamento da carreira profissional, gestão do volume de informações recebido, conciliação entre estudos e lazer, busca de independência e autonomia. Para os estudantes de enfermagem, soma-se ainda o estresse de

estágios práticos, qualidade do ensino e ao ambiente educacional, além do desgaste ligado ao contato com pessoas doentes e com a morte, estando assim mais suscetíveis a desequilíbrios de ordem psicológica²³.

No auge da pandemia, as circunstâncias excepcionais, os sentimentos de angústia e preocupação aumentam exponencialmente. O isolamento social, a duração da quarentena, o medo da infecção e transmissão, o excesso de informação e as *fake news*, além do desemprego e das perdas financeiras foram fatores que causaram efeitos negativos para os indivíduos. Estudos identificam como impacto de quarentenas e epidemias prévias, a ocorrência de distúrbios emocionais, depressão, irritabilidade e ansiedade²⁴.

A ansiedade é um sentimento fisiológico do ser humano, presente em diversas situações do cotidiano nos motivando e estimulando de forma benéfica. No entanto, em quantidade patológica, pode afetar diversas áreas da vida e influenciar no bem-estar do indivíduo e de seus familiares³. Para um universitário com saúde plena, o ambiente acadêmico é repleto de obstáculos e demandas, ao apresentar desequilíbrio em algum dos âmbitos, as dificuldades se intensificam principalmente em tempos de pandemia.

O pânico de vivenciar algo jamais previsto para essa geração deixou os indivíduos desamparados e vulneráveis. Os futuros enfermeiros que enfrentavam cobranças e responsabilidades do cargo escolhido, passaram a lidar com a incerteza da graduação e a infecção de diversos profissionais durante o exercício da profissão²⁵. As consequências da pressão psicológica e as preocupações devem ser avaliadas e assim como a necessidade de intervenção caso prejudique a saúde mental, garantindo o bem-estar e qualidade de assistência.

Considerações Finais

Pode-se observar que os estudantes de enfermagem, durante a pandemia, apresentaram grau de ansiedade mínima e leve em sua maioria, no entanto quantidade relevante de estudantes apresentou índices graves. Os sintomas relatados variam em intensidade, afetando suas atividades e cotidiano, diminuindo sua autonomia e aumentando a insegurança. Em relação à pandemia, pode-se afirmar que aumentou os sentimentos de angústia, dúvida e medo na população estudada, principalmente ao refletir sobre a futura profissão e os riscos envolvidos. Os sintomas mais frequentes, segundo o BAI, foram sensação de desequilíbrio, de desmaio e trêmulo, enquanto as questões de senso comum, prevaleceu pensar demais, falta de paciência e preocupação constante.

Em âmbito acadêmico, gerou expectativa da formação de novos enfermeiros e a preocupação

com a qualidade de ensino que estavam recebendo, durante um cenário caótico. Esperançosos por uma sociedade mais empática com os trabalhadores da área da saúde, anseiam por sujeitos resilientes e competentes, com inteligência emocional, após enfrentar uma situação extraordinária como essa.

A pandemia causou grande impacto em toda a sociedade, trazendo diversas mudanças e a necessidade de adaptação dos indivíduos a um novo estilo de vida. A mudança de hábito obrigou a população a mudar drasticamente sua rotina, com o isolamento social e redução das interações presenciais adaptações que se tornaram necessários. Dessa maneira, a saúde mental dos indivíduos foi afetada, considerando ainda o excesso de informação propagado, acarretando em desequilíbrios que podem repercutir até o final da crise de saúde global.

Dessa forma, é essencial haver uma preocupação maior com a saúde mental dos graduandos e dos recém-formados. A ansiedade é natural, pois são muitas as incertezas, medos e solidão. No entanto, a intensificação dos sintomas de ansiedade exige a busca por atendimento especializado, como a ajuda psicológica. Sendo assim, é papel da universidade garantir o bem-estar dos alunos, necessitando de mais estudos para entender as consequências da pandemia em longo prazo.

Referências

1. Ximenes Neto FRG, et al. Reflexões sobre a formação em Enfermagem no Brasil a partir da regulamentação do Sistema Único de Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2020;25 (1):37-46.
2. Amorim CB, et al. Dificuldades vivenciadas pelos estudantes de enfermagem durante a sua formação. *J. nurs. health.*, 2019;9(3):e199306.
3. Rabelo LM, Siqueira AKA, Ferreira LS. Desencadeadores do transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem: uma revisão sistemática. *Revista Liberum accessum*, 2021;7(1):1-15.
4. Palha J, Palha F. Perspetiva sobre a Saúde Mental em Portugal. *Gazeta Médica*, 2018;3(2).
5. Pimentel GS, Marques LB, Almeida MZT. Ansiedade: um olhar sobre a aflição psíquica na contemporaneidade. In: LÓSS, J. C. S.; CABRAL, H. B.; TEIXEIRA, F. L. F.; ALMEIDA, M. Z. T. Principais transtornos psíquicos na contemporaneidade: volume 1. Campos dos Goytacazes: Brasil Multicultural, 2019:97-105.
6. ESTADÃO CONTEÚDO. O Brasil é o país mais ansioso do mundo, segundo a OMS. *Revista Exame*, São Paulo, 2019. *Revista Nursing*, 2022. Disponível em: < <http://www.revistanursing.com.br/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo-segundo-a-oms/#:~:text=Dados%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de,no%20topo%20do%20ranking%20mundial.>>. Acesso em 02 nov 2022.
7. Hossain MM, Sultana A, Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. *PsyArXiv Preprints*, 2020:1-27.
8. Yosetake AL et al. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.*, 2018;14 (2):117-124.
9. Saidel MGB. et al. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. *Rev enferm UERJ*, 2020;28:e49923.
10. Moura AM, et al. Prevalência de transtorno de ansiedade em acadêmicos do curso de farmácia de uma instituição privada na Amazônia.

Rev. Saberes, 2018; 7(1).

11. Ferreira BC, Silva SM, Costa BV. Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. *Interdisciplinary Scientific Journal*, 2019; 6(5):330.
12. Lemos MF, et al. Preoperative education reduces preoperative anxiety in cancer patients undergoing surgery: Usefulness of the self-reported Beck anxiety inventory. *Rev Bras Anestesiol.*, 2019; 69(1):1-6.
13. Costa T, Pinto VB, Oliveira HPC. Elementos informacionais nos instrumentos de avaliação da ansiedade. *Revista de Saúde Digital e Tecnologias Educacionais*, 2022;7 (especial III):114-128.
14. Coelho LS, et al. Are symptoms of depression and anxiety in nursing students associated with their sociodemographic characteristics?. *Revista Brasileira de Enfermage.*, 2021;74 (suppl 3):e20200503.
15. Pacheco JB, Cardoso AS, Mourão RP. Transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública em Boa Vista – Roraima. *Brazilian Journal of Health Review*, 2021; 4(6):27674-27692.
16. Silva JGAR, Romarco EKS. Análise dos níveis de ansiedade, estresse e depressão em universitários da Universidade Federal de Viçosa (UFV). *Instrumento: Rev. Est. e Pesq. em Educação*, 2021; 23(1):134-150.
17. Silva APB. Análise dos sintomas de ansiedade e risco de cardiopatias em universitários. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências*, 2020;3(2):1336 – 1350.
18. Santos LA. A ansiedade e o distanciamento familiar em estudantes universitários. *REAS/EJCH*, 2020;12(11):e4933.
19. Andrade AM, Pires EU. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ. *Trab.En(Cena)*,2020; 5(1):248-268.
20. Fernandes MA, et al. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. *Rev Bras Enferm.*, 2018; 71, (suppl. 5):2169-75.
21. Campos JCL, Morgado FEF, Paiva SV, Sousa IDC. Avaliação do nível de ansiedade e depressão dos estudantes de medicina do UNIFESO. *Revista da JOPIC*, 2020; 3(7):40-55.
22. Braga SC, et al. Avaliação da ansiedade em estudantes de Enfermagem: revisão integrativa da literatura. *Research, Society and Development*, 2021;10(12):e354101220547.
23. Marchi KC, Bárbaro AM, Miaso AI, Tirapelli CR. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. *Rev. Eletr. Enf.*, 2013;15(3):731-9.
24. Barros MBA, et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*,2020;29(4):e2020427.
25. 25 SOUZA, L. B., et al. Estágio curricular supervisionado em enfermagem durante a pandemia de Coronavírus: experiências na atenção básica. *J. nurs. health.*, v. 10, p. e20104017, 2020.