

Ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde**Anxiety in university beginners of health courses**

DOI:10.34119/bjhrv3n5-259

Recebimento dos originais: 08/09/2020

Aceitação para publicação: 16/10/2020

Maria Cristina Natasha Lima Cruz

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: natashacris0@gmail.com

Francisca Tatiana Dourado GonçalvesMestre em Saúde Coletiva pela Universidade Luterana do Brasil- ULBRA
Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: tatanadourado@yahoo.com.br

Karine Costa Melo

Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: karinemelo09@gmail.com

Alanna Nunes Soares

Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: alanna_ns@hotmail.com

Wenderson Costa da Silva

Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: wendersoncosta09@hotmail.com

Chrislayne Oliveira da Silva

Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: chris-layne10@hotmail.com

Zaira Arthemisa MesquitaMestre em Ciências e Saúde pela Universidade Federal do Piauí-UFPI
Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: Zaira.psicologia@hotmail.com

Berenice Ferreira Araújo

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: ferreiraberenice65@gmail.com

Evando Machado Costa

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: evandomachado@bol.com.br

Antônio Honorato do Nascimento Neto

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: honoratom12@outlook.com

Mayra Christhini da Silva Oliveira

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: mayarachristhini25@gmail.com

Rayssa Patricia Damascena Rodrigues

Discente do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: rayssar382@gmail.com

Alessandra Ferreira das Chagas

Licenciatura em Geografia pela Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: 18alenzo@gmail.com

Camila Cardoso Ibiapina

Especialista em Gestão de Pessoas pelo Instituto Federal do Piauí-IFPI

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UNIFACEMA

Endereço: R. Aarão Réis, 1036-1136 - Centro, Caxias - MA, 65604-010

E-mail: camila_ibiapina@yahoo.com.br

RESUMO

O transtorno de ansiedade é considerado uma associação de sentimentos, como o medo, a angústia e a preocupação. Esse transtorno vem sendo considerado o mal do último século, dadas as mudanças significativas ocorridas na atual sociedade moderna, tecnológica e competitiva. A entrada do estudante no ensino superior é cercada de muita expectativa, nesse contexto, o ambiente

universitário gera um cenário desgastante que pode provocar transtornos ansiosos nos estudantes. Dessa forma, objetivou-se investigar os níveis de ansiedade em alunos universitários de 1º período nos cursos da área da saúde da UniFacema. Esse estudo trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória, descritiva, de corte transversal, com abordagem quantitativa. A amostra desse estudo foi constituída por 199 acadêmicos de ambos os sexos, dos primeiros períodos de cursos na área da saúde. Utilizou-se como instrumentos de coleta de dados um questionário sociodemográfico e a Escala de Ansiedade de Zung. Como resultados constatou-se que ser do sexo feminino, ser divorciado, mudar da sua localidade para estudar, cursar Odontologia ou Educação Física configuraram-se como fator de risco para ansiedade. Conclui-se que o início da graduação é um momento novo e que muitas vezes podem deixar o sujeito ansioso, diante disso, foram observados níveis normais de ansiedade e ainda, ansiedade leve. Neste ponto, observa-se a importância de uma abordagem multidisciplinar a estes acadêmicos, com ênfase nos cuidados psicológicos, destacando o papel do psicólogo para a prevenção de quadros de ansiedade patológica.

Palavras-chave: Ansiedade, Estudante, Prevalência.

ABSTRACT

Anxiety disorder is considered an association of feelings, like the fear, anguish and worry. This disorder has been considered the evil of the last century, given the significant changes that have taken place in today's modern, technological and competitive society. The student's entrance into higher education is surrounded by much expectation, in this context, the university environment generates an exhausting scenario that can cause anxious disorders in students. Thus, the objective was to investigate anxiety levels in university students of the first period in UniFacema health courses. This study is a field research, exploratory, descriptive, cross-sectional, with a quantitative approach. The sample of this study consisted of 199 students of both sexes, of the first periods of courses in the health area. A sociodemographic questionnaire and the Zung Anxiety Scale were used as instruments of data collection. As results it was found that being female, being divorced, moving from their locality to studying, attending Dentistry or Physical Education were configured as a risk factor for anxiety. It is concluded that the beginning of the graduation is a new moment and that can often leave the subject anxious, in front of this, normal levels of anxiety were observed and also, mild anxiety. At this point, we note the importance of a multidisciplinary approach to these academics, with emphasis on psychological care, highlighting the role of the psychologist for the prevention of pathological anxiety.

Keywords: Anxiety, Students, Prevalence.

1 INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade é considerado uma associação de sentimentos, como o medo, a angústia e a preocupação, podendo ser reflexo de uma desordem cerebral ou de problemas médicos que incluem transtornos psiquiátricos. Mesmo sendo um problema mundial experienciado durante muitas fases da vida, ainda não tem um conceito definido (COSTA et al., 2017).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5 (2014) apresenta os transtornos de ansiedade como aqueles que compartilham aspectos do medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais correlacionadas. Eles comumente desencadeiam uma modificação no estado físico e psíquico, levando a uma tensão e projeção dos acontecimentos

aumentada (ALVES, 2014). O diagnóstico prévio e encaminhamento para o tratamento farmacológico e/ou psicológico tem impacto positivo na diminuição desses sintomas (SLAVIN; SCHINDLER; CHIBNAL, 2014).

Os casos de ansiedade patológica têm se expandido visivelmente, de acordo com estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgada em fevereiro de 2017, onde 9,3% (18.657.943) das pessoas que vivem no Brasil foram afetadas por eles. Esse transtorno vem sendo considerado o mal do último século, dadas as mudanças significativas ocorridas no âmbito cultural e econômico e as exigências advindas de uma sociedade moderna, tecnológica e competitiva, atingindo principalmente os jovens em etapa transitória entre o fim da adolescência e o início da vida adulta, caracterizando um período marcado por mudanças psicossociais importantes (OPAS, 2017).

Encarregada por preparar o ser humano para momentos de ameaça e perigo, a ansiedade juntamente com o medo, abrange fatores cognitivos, comportamentais, afetuosos, biológicos e neurológicos que definem a percepção do sujeito ao meio, ocasionando reflexos específicos a um tipo de ação (CARDOZO et al., 2016).

A entrada do estudante no ensino superior é cercada de muita expectativa, além disso, as condições que estes se submetem para cumprir as exigências envolvidas acabam causando um gasto psicológico abundante fazendo com que os estressores se acumulem acarretando um quadro significativo de estresse (CARVALHO et al., 2015).

De acordo com Alves (2014), os universitários da área da saúde estão mais predispostos a manifestar sintomas ansiosos no decorrer do curso, podendo atrapalhar seu futuro profissional. Esse público se torna mais vulnerável a desenvolver ansiedade patológica por incontáveis motivos, como rompimentos na vida social, transição da vida escolar para a vida universitária, maior cobrança familiar e pessoal, entre outras (TOTI; BASTOS; RODRIGUES, 2018).

Nesse contexto, o ambiente universitário gera um cenário desgastante que pode provocar transtornos ansiosos nos estudantes. Assim, este estudo teve como problemática: “Qual a prevalência de ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde?”. Dessa forma, objetivou-se de forma geral investigar os níveis de ansiedade em alunos universitários de 1º período nos cursos da área da saúde da UniFacema.

2 REFERENCIAL TEÓRICO**A ansiedade e seus conceitos básicos**

A ansiedade pode ser definida como uma resposta do organismo necessária para enfrentar situações que colocam o indivíduo em perigo e geralmente está associada ao medo, se caracterizando por tensão e desconforto diante de algo estranho ou desconhecido (GOMES et al., 2013). Para caracteriza-la, é importante ressaltar que todos os indivíduos podem ter ansiedade em algum momento da vida, o que a caracteriza como patológica é o exagero ou desproporcionalidade ao estímulo ofertado ou, ainda, um grande grau de divergência em relação ao que se espera de indivíduos em uma determinada faixa etária, sendo definida como um estado emocional com componentes biopsicossociais que afetam o indivíduo durante seu desenvolvimento (GOMES; FERNANDES; NÓBREGA, 2016).

Manifestada pelos indivíduos diante de situações estressantes, a ansiedade pode ser classificada como algo benéfico quando relacionada ao mecanismo de “luta ou fuga”, ocorrendo quando o sistema nervoso central lança adrenalina e hormônios corticoides na corrente sanguínea; no entanto, essa sensação, em razão do mesmo mecanismo, pode gerar alterações nos sinais vitais, como aumento da pressão arterial, sudorese, palpitações, calafrios, vômitos, aumento da frequência respiratória e cardíaca (SAMPAIO et al., 2013).

Esse transtorno também pode estar relacionado a patologias preexistentes no sujeito. Um estudo realizado por Motta et al. (2015) com 3.538 adolescentes, onde 73,3% apresentavam algum grau de disfunção temporomandibular (DTM), mostrou que dos indivíduos que eram acarretados pelo problema, 80,8% apresentavam algum nível de ansiedade, independentemente do sexo.

A ansiedade é um diagnóstico de enfermagem frequente para pacientes que serão submetidos a cirurgias, principalmente para aqueles que não receberam informações acerca do procedimento que será realizado. Diante do exposto, é notado que a saúde e o grau de conhecimento influenciam o grau de ansiedade do sujeito (GONÇALVES; MEDEIROS, 2016).

É notado ainda que, a ansiedade pode influenciar vida do indivíduo em diversos níveis, podendo prejudicar inclusive o desempenho acadêmico de alunos do ensino superior. Para minimizar este risco, diversas metodologias de aprendizagem ativa estão sendo pesquisadas e colocadas em prática, como a Metodologia dos Trezentos, que estimula a colaboração entre os alunos através de grupos de estudo, onde os mesmos despertam o senso de ajudar o outro a superar suas dificuldades (FRAGELLI, 2015).

O mundo universitário como gerador de ansiedade

Antigamente, o ingresso ao ensino superior não era possibilidade para pessoas com baixo poder aquisitivo, as vagas na educação superior se destinavam a famílias que eram possuidoras de algum privilegio social. Na atualidade, essa realidade vem se transformando, cada vez mais pessoas de diferentes classes sociais ingressam em universidades públicas ou em faculdades particulares, seja através de bolsas ou por financiamento (DIAS; SÁ, 2014).

O início da graduação pode ser de fato o momento mais complicado de se enfrentar, é observado que durante o primeiro ano da graduação o índice de evasão tende a ser maior, já que se trata de um momento de adaptação. Dessa maneira, atualmente, o maior problema não se trata apenas de conseguir entrar na universidade, mas sim manter-se nela de forma efetiva e eficaz. O novo universo, as novas pessoas, costumes e regras, acabam sendo conflitantes para o estudante, que por não conseguir se adequar ao meio acaba abandonando o curso durante os primeiros anos (COULON, 2017).

Segundo Marchi et al. (2013), a entrada do estudante na universidade acaba por ser um momento de forte carga emocional e física, devido as poucas horas de sono, alimentação desregulada, pressões internas e familiares, dificuldades financeiras, falta de lazer, convívio com colegas, além de longas horas de estudos e tarefas da faculdade, que podem leva-lo a exaustão e ansiedade, interferindo em aspectos cognitivos e afetando o seu desempenho em geral.

Similar a isso, Martincowski (2013) revela que a entrada na universidade é marcada por um momento de transição, adaptação e realização, seja ela pessoal ou profissional, todavia também pode ser caracterizada como um momento de angústia, conflitos e decisões, causando no estudante sentimentos de desilusão e ansiedade. O estudo feito por Pinho et al. (2013) corrobora com esta afirmativa quando diz que a vida acadêmica possibilita que o estudante tome para si mais responsabilidades sobre as tarefas do seu dia a dia, fazendo com que esse processo de mudança se torne um momento que exige muito mais do que esses jovens poderiam estar acostumados, podendo desencadear quadros de ansiedade.

Chaves et al. (2015) propõem ainda que é importante perceber que esses quadros podem não estar relacionados apenas a entrada na universidade, mas também com fatores particulares de sua vida e a maneira como esse estudante os enfrenta. A morbidade psicológica causada por tais situações traz prejuízos à saúde, ao desempenho acadêmico e à qualidade de vida dos estudantes, além de interferir no meio social e familiar dos mesmos.

Os desafios de iniciar uma graduação longe de casa

No mundo de hoje, possuir uma formação superior é um requisito indispensável para conseguir um bom emprego, por isso, muitas pessoas optam por estudar em locais que possuam cursos com maior qualidade mesmo que tenham que se deslocar para outras cidades, ou ainda, estudar fora do país. As expectativas para iniciar a graduação ou intercâmbio, a nova rotina, novas pessoas, ou até mesmo uma nova cultura ou uma língua diferente, pode provocar estresse e ansiedade nos estudantes, que geralmente não duram muito tempo (GUIMARÃES et al., 2014).

Em um estudo realizado por Castro (2017) foi evidenciado que os acadêmicos podem enfrentar problemas decorrentes do estresse, que podem evoluir para quadros de ansiedade e depressão, onde dos estudantes que participaram da pesquisa, 62% apresentaram algum grau de estresse, que provocaram cansaço e desgaste físico e/ou psicológico nos mesmos, onde se observou que, os indivíduos que iniciaram cursos da área da saúde geralmente apresentaram tais problemas, pois as exigências destes cursos tendem a ser maiores (MOREIRA; VASCONCELLOS; HEATH, 2014).

A saudade de casa, a longa carga horária, a grande quantidade de disciplinas, a pouca privacidade nas casas estudantis, a difícil convivência com outras pessoas muitas vezes desconhecidas, e as novas regras e hábitos determinados na moradia estudantil são alguns fatores que fazem com que o estudante tenha maior dificuldade para se adaptar, contribuindo também para gerar ansiedade (LIMA; SACRAMENTO; DIAS, 2018).

Métodos e técnicas para gerenciar a ansiedade

Já que os níveis de ansiedade vêm crescendo cada vez mais entre a população, muito tem se falado sobre meios para reverter ou controlar este problema. Neste sentido, um estudo com pacientes que passariam por procedimentos cirúrgicos, demonstrou a importância de algumas estratégias de adaptação aos estressores, também chamadas de Coping, que podem ser divididas em Coping focalizado na emoção sentida ou no problema vivenciado. Foi observado que ambos trazem benefícios, porém, o Coping focalizado na emoção foi mais utilizado pelos participantes da pesquisa e os ajudou a enfrentar suas dificuldades em relação à cirurgia (SAMPAIO et al., 2013).

Para Willhelm, Andretta e Ungaretti (2015), a escolha de técnicas para auxiliar no tratamento de transtornos de ansiedade está associada ao caso do paciente em particular. Em um estudo de caso realizado com 3 pacientes foi observado que fatores como idade e rotina influenciaram na eficácia das técnicas nos participantes. O indivíduo que era idoso teve maior

aceitação do relaxamento passivo, a técnica de respiração diafragmática mostrou resultado para tratar o paciente que apresentava tensão e hiperventilação, já o paciente que era estudante teve mais afinidade com a técnica de relaxamento progressivo, evidenciando que apesar de serem eficazes, não se pode afirmar que uma técnica de relaxamento é universal.

Para minimizar riscos de desenvolver ansiedade patológica, o estudo de Campos e Pappamikail (2017), realizado com 25 estudantes residentes de uma escola técnica de Brasília, mostrou que técnicas de exercícios podem ser eficazes. Neste sentido, o Jump (atividade desportiva/artística que utiliza camas elásticas), foi escolhido para auxiliar os indivíduos ingressantes no curso a se adaptarem e interagirem com outras pessoas, mostrando resultados positivos e fazendo com que os estudantes se sentissem mais acolhidos, aliviando a tensão por não estarem em casa.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória, descritiva, de corte transversal, com abordagem quantitativa. A amostra desse estudo foi constituída por 199 acadêmicos de ambos os sexos, dos primeiros períodos de cursos na área da saúde, regularmente matriculados em uma instituição de nível superior do Maranhão.

Os dados foram coletados nos meses de Abril e Maio de 2018, utilizando como instrumentos de coleta um questionário sociodemográfico e a Escala de Ansiedade de Zung. O primeiro traz questionamento sobre idade, sexo, curso, escolaridade, estado civil, número de filhos, entre outros. Já a Escala de Ansiedade de Zung é uma escala autoaplicável formada por 20 itens que abrangem sintomas cognitivos, autonômicos e somáticos. Os resultados da escala estruturaram-se em scores que variam de 20 a 44 – nível de ansiedade normal; de 45 a 49 - ansiedade leve a moderada; de 60 a 74 - ansiedade intensa; e de 75 a 80 - ansiedade extrema.

Após o encerramento da coleta de dados foi realizada a análise do questionário, onde os resultados foram dispostos em gráficos e tabelas segundo parâmetro estatístico das análises de variância pelo sistema MINE TAB versão 18.0. Os dados foram organizados e tabulados utilizando o Microsoft Excel versão 2016 para Windows e as análises estatísticas foram feitas por meio do SPSS versão 20.0 para Windows (SPSS Inc. Chicago, IL 60606, EUA).

A análise univariada foi realizada por meio de estatística descritiva: média, frequências e porcentagens. Na análise bivariada para associação entre as variáveis foi utilizado o teste Qui-quadrado de Pearson (χ^2). Para a construção do modelo final foi ainda realizada uma análise

multivariada por meio da regressão Logística Múltipla com todas as covariáveis de interesse que apresentaram $p < 0,20$ na análise bivariada.

Por fim, foram calculadas as Odds Ratios brutas e ajustadas (OR) com seus respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%) utilizando um modelo hierárquico, ordenados de acordo com a precedência sobre o desfecho de interesse e significância obtidos pelo teste de Wald para heterogeneidade. Para descrever o poder explicativo do modelo final se usou o teste de *Hosmer-Lemeshow*, no qual em todas as análises realizadas foi utilizado um nível de significância de 5%.

4 RESULTADOS

A amostra final do estudo foi composta por 199 acadêmicos dos primeiros períodos de cursos da área da saúde de ambos os sexos, onde 67,839% (135) eram do sexo feminino e 32,161% (64) do sexo masculino. Quanto à idade, 71,357% (142) estavam entre 18 e 20 anos. No que refere ao estado civil, 88,945% (177) eram solteiros. Em relação à quantidade de filhos, 85,930% (171) não tinham filhos. A maioria estavam desempregados, abrangendo 57,286% (114) dos participantes. No que concerne à horas trabalhadas por semana, 52,27% (23) trabalhavam de 25 a 48 horas (tabela 1).

Tabela 1. Análise descritiva relacionada as variáveis sociodemográficas do estudo.

Variáveis	F	%
Sexo		
Masculino	64	32,161
Feminino	135	67,839
Idade		
18-20	142	71,357
>20 anos	57	28,643
Estado Civil		
Solteiro (a)	177	88,945
Casado (a)	16	8,040
Junto (a)	4	2,010
Divorciado (a)	2	1,005
Nº Filhos		
0	171	85,930
1 a 3	26	13,065
>3	2	1,005
Situação profissional		
Empregado	44	22,11
Desempregado	155	77,89
Horas trabalhadas por semana*		
10-25 horas	18	40,91
25-48 horas	23	52,27
>48 horas	3	6,82
TOTAL	199	100

Fonte: Própria do autor, 2019.

Legenda: f: frequência, %: porcentagem.

Na análise descritiva relacionada as variáveis mudança de localidade para estudar e opção do atual curso, observou-se que 42,714% (85) precisaram mudar de localidade para possibilitar seus estudos, enquanto 57,286% (114) permaneceram nas suas localidades. No que se refere a escolha do curso em andamento, 58,794% (117) relataram que o mesmo foi a 1ª opção de curso. As demais informações encontram-se na tabela 2.

Tabela 2. Análise descritiva relacionada as variáveis mudança de localidade para estudar e opção do atual curso.

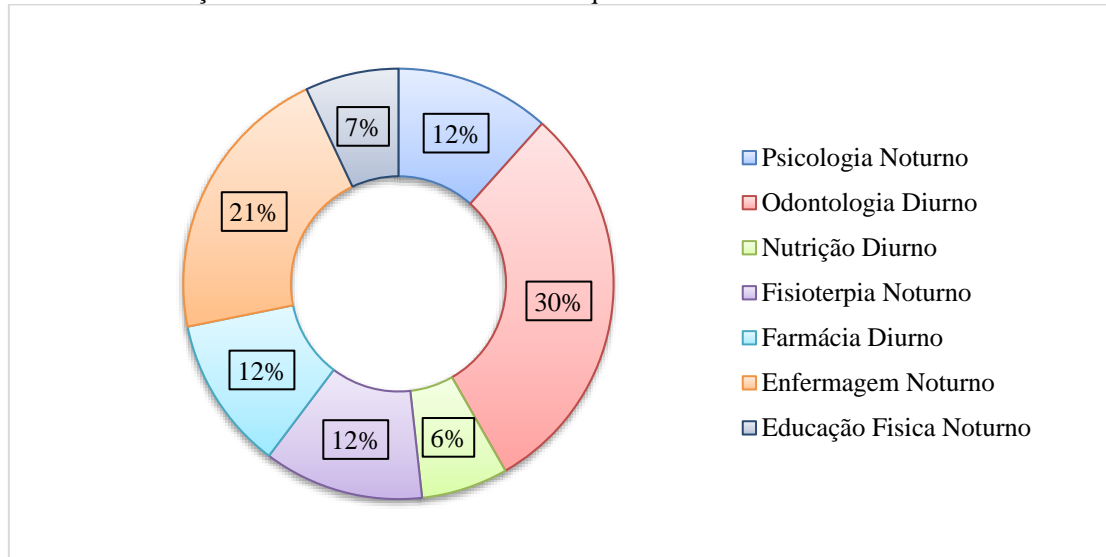
Variáveis	F	%
Mudou de localidade para estudar		
Sim	85	42,714
Não	114	57,286
Opção do atual curso		
1ª Opção	117	58,794
2ª Opção	58	29,146
3ª Opção	24	12,060
TOTAL	199	100

Fonte: Própria do autor, 2019.

Legenda: f: frequência, %: porcentagem.

Quanto a distribuição dos alunos por curso, observou-se que 30% (60) dos acadêmicos cursavam psicologia. As demais informações encontram-se no gráfico 1.

Gráfico 1. Distribuição dos cursos da área da saúde nos quais os entrevistados estavam com matrícula ativa.



Fonte: Própria do autor, 2019.

Na Análise descritiva relacionada as variáveis: cursos anteriores, pensamento em relação a mudança de curso e motivo, os resultados mostraram que 85,93% (171) dos acadêmicos não possuíam graduação anterior, dos que possuíam 1,005% (2) tinham mestrado e 0,503% (1) doutorado. Notou-se ainda que 59,296% (118) nunca pensaram em mudar de curso, porém entre

os 40,706% (81) que pensaram em trocar de curso, 19,60% (39) relataram como principal motivo a desilusão com o curso.

Tabela 3. Análise descritiva relacionada as variáveis: cursos anteriores, pensamento em relação a mudança de curso e motivo.

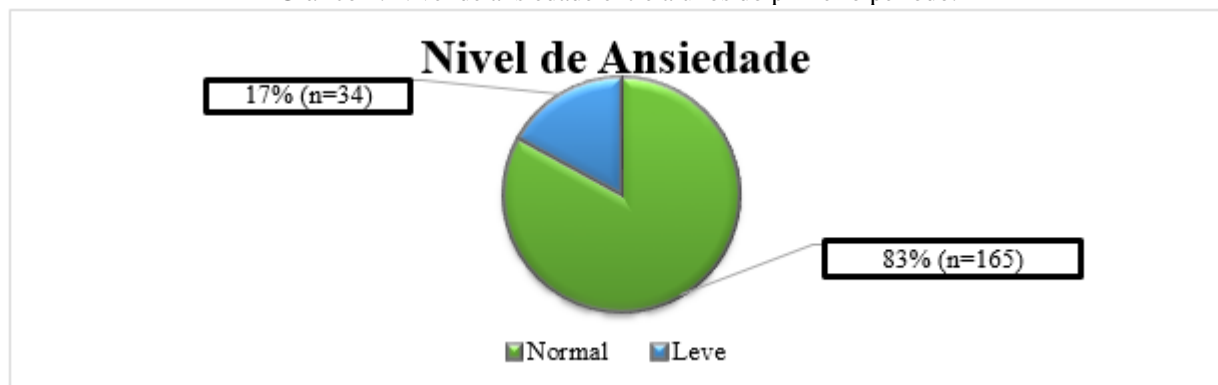
Variáveis	F	%
Curso anterior		
Sim	28,000	14,07
Não	171,000	85,93
Formação Acadêmica		
Mestrado	2	1,005
Doutorado	1	0,503
Graduação	25	12,562
Pensou em mudar de curso		
Nunca	118	59,296
Algumas Vezes	65	32,663
Frequentemente	16	8,043
Motivo para mudança de curso		
Razões financeiras	33	16,68
Desilusão com o curso	39	19,60
Sentir-me só	9	4,52

Fonte: Própria do autor, 2019.

Legenda: f: frequência, %: porcentagem.

O gráfico 2 mostra o nível de ansiedade dos universitários dos primeiros períodos de cursos superiores da área da saúde, no qual pode-se constatar que a maior parte dos acadêmicos (83%/n=165) possuem níveis normais de ansiedade.

Gráfico 2. Nível de ansiedade entre alunos do primeiro período.



Fonte: Própria do autor, 2019.

A tabela 4 descreve a associação entre as variáveis curso e nível de ansiedade, havendo associação estatisticamente significativa, com valor de $p < 0,014^*$.

Tabela 4. Associação entre as variáveis curso e nível de ansiedade.

Cursos	Nível de Ansiedade						<i>P</i> >0,014
	Norma		Leve		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Educação Física	10	5	4	2	14	7,0	
Enfermagem	36	18	6	3	42	21	
Farmácia	21	11,4	2	0,6	23	12	
Fisioterapia	24	12	0	0,0	24	12	
Nutrição	13	6	0	0,0	13	6	
Odontologia	43	21,6	17	7,4	60	30	
Psicologia	18	9	5	3	23	12	
Total	165	83	34	17	199	100	

Fonte: Própria do autor, 2019.

Legenda: N: número de acadêmicos, %: porcentagem, valor de p: significância ao nível de 5% (Qui-quadrado de Pearson (χ^2)).

A tabela 5 descreve a associação entre as variáveis sociodemográficas e nível de ansiedade, havendo associação estatisticamente significante.

Tabela 5. Análise descritiva relacionada as variáveis sociodemográficas do estudo.

Variáveis sociodemográficas	Nível de Ansiedade						<i>P</i>
	Normal		Leve		TOTAL		
	N	%	N	%	N	%	
Sexo							0,113
Masculino	57	28,643	7	3,517	64	32,161	
Feminino	108	54,271	27	13,567	135	67,839	
Idade							0,254
18-20	115	57,788	27	13,567	142	71,357	
>20 anos	50	25,125	7	3,517	57	28,643	
Estado Civil							0,185
Solteiro (a)	146	73,366	31	15,577	177	88,945	
Casado (a)	15	7,537	1	0,503	16	8,040	
Junto (a)	2	1,005	2	1,005	4	2,010	
Divorciado (a)	2	1,005	0	0,0	2	1,005	
Nº Filhos							0,003*
0	141	70,854	30	15,075	171	85,930	
1 a 3	24	12,060	2	1,005	26	13,065	
>3	0	0,0	2	1,005	2	1,005	
Mudou de localidade para estudar							0,130
Sim	66	33,165	19	9,548	85	42,714	
Não	99	49,748	15	7,538	114	57,286	
Situação Profissional							0,110
Empregado	40	20,1	4	2,010	44	22,111	
Desempregado	125	62,814	30	15,075	155	77,889	
TOTAL	165	82,914	34	17,086	199	100	

Fonte: Própria do autor, 2019.

Legenda: N: número de acadêmicos, %: porcentagem, valor de p: significância ao nível de 5% (Qui-quadrado de Pearson (χ^2)).

Observou-se que o sexo masculino é um fator de proteção para ansiedade (OR:0,432; IC95%:0,173-1,078; p=0,072), bem como, ser casado (OR: 0,280; IC95%: 0,035-2,217; p=0,229),

empregado (OR: 0,441; IC95%: 0,146-1,338; p=0,148), possuir entre 1 e 3 filho (OR: 0,574; IC95%: 0,093-3,520; p=0,835) e cursar Farmácia (OR: 0,343; IC95%: 0,059-1,986; p=0,505) e Enfermagem (OR: 0,600; IC95%: 0,161-2,234; p=0,505). Além disso, ser divorciado (OR: 5,690; IC95%: 0,727-44,514; p=0,229), mudar da sua localidade para estudar (OR: 1,866; IC95%: 0,881-3,953; p=0,103) e cursar Odontologia (OR: 1,423; IC95%: 0,456-4,445; p=0,505) e Educação Física (OR: 1,440; IC95%: 0,313-6,618; p=0,505), configuraram-se como fator de risco para ansiedade.

Tabela 6. Análise de regressão logística para os fatores independentes associados à ansiedade (N=199). Caxias, Maranhão, 2019.

Variáveis	Postura forçada		P
	OR (IC95%)		
Sexo			0,072
Masculino	0,432	(0,173-1,078)	
Feminino	1,0		
Estado Civil			0,229
Solteiro (a)	1,0		
Casado (a)	0,280	(0,035-2,217)	
Junto (a)	-		
Divorciado (a)	5,690	(0,727-44,514)	
Mudou de localidade para estudar			0,103
Sim	1,866	(0,881-3,953)	
Não	1,0		
Situação Profissional			0,148
Empregado	0,441	(0,146-1,338)	
Desempregado	1,0		
Nº de Filhos			0,835
0	1,0		
1 a 3	0,574	(0,093-3,520)	
>3	1,0		
Curso			0,505
Psicologia	1,0		
Odontologia	1,423	(0,456-4,445)	
Nutrição	-		
Fisioterapia	-		
Farmácia	0,343	(0,059-1,986)	
Enfermagem	0,600	(0,161-2,234)	
Educação física	1,440	(0,313-6,618)	

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Legenda: OR: *odds ratio*; IC95%: intervalo de 95% de confiança, *p<0,05; (Teste de Wald). Teste de Hosmer e Lemeshow (p= 0,015).

5 DISCUSSÃO

Neste estudo, a maioria dos participantes possuía um nível normal de ansiedade, seguido pelo nível leve, enfatizando a necessidade de um cuidado especial com a população universitária. Costa et al. (2017) relatam que é possível notar que a ansiedade nos acadêmicos pode ser gerada por diversos sentimentos como medo, apreensão ou preocupações, sentimentos esses que advém

de vários motivos, desde as mudanças de rotinas e adaptação, até a características como sexo, idade, curso, trabalho e família.

Em relação a variável sexo, esse estudo encontrou significativa diferença entre homens e mulheres, onde o sexo feminino apresentou maior percentual de indivíduos com ansiedade em nível normal e leve. Esse achado corrobora com estudo feito por Chaves et al. (2015), em Minas Gerais, com 609 acadêmicos, no qual o sexo feminino apresentou maior nível de ansiedade do que o masculino.

Segundo Carvalho et al. (2015), um dos fatores que pode explicar a maior prevalência de ansiedade em mulheres é a existência de uma sociedade que ainda possui dificuldades para a mesma adquirir uma maior independência social e financeira, fazendo com que ela enfrente maiores conflitos que os homens, ocasionando nelas uma reação de maior ansiedade diante de situações de pressão psicológica. Embora algumas pesquisas associem essa diferença entre os gêneros à sobrecarga laboral e aos cuidados com a família (LAMEU; SALAZAR; SOUZA, 2016), essas variáveis não correspondem a maioria dos participantes do estudo.

Entre os cursos dos participantes da pesquisa, os resultados mostraram que os estudantes de odontologia e educação física obtiveram níveis mais altos de ansiedade. De acordo com Bravo et al. (2013), o dado de odontologia é explicado pelo fato desses estudantes estarem expostos diretamente a um local com alta tensão emocional e jornadas de trabalho duradouras, além disso, a passagem do treinamento pré-clínico para o clínico também age como estressor para esses alunos.

Em relação ao curso de educação física, os resultados divergem da maioria dos estudos encontrados, como por exemplo, na pesquisa de Lantyer et al. (2016), realizada com 170 estudantes de cursos superiores da área da saúde, os acadêmicos do curso de educação física apresentaram menor percentual de ansiedade. Entretanto, os altos níveis de ansiedade achados nesta pesquisa podem ser explicados pela pressão psicológica e intelectual, pela grande abundância de novas informações e pelas novas experiências em sala de aula e laboratórios que os estudantes de primeiro período costumam enfrentar (VIANA et al., 2014).

Outra variável que se mostrou ser fator de risco para ansiedade foi mudar da sua localidade para estudar. Corrobora com esta afirmativa o estudo de Vizzotto, Jesus e Martins (2017) realizado com 238 participantes, onde foi observado que as taxas de ansiedade são aumentadas em pessoas que se deslocam para outras cidades a fim de estudar. Indivíduos que deixam suas localidades para estudar fora geralmente apresentam risco elevado para desenvolver quadros de ansiedade, depressão e estresse, neste ponto percebe-se a importância de estudar a influência do ambiente,

esforços físicos, interação social e aspectos psicológicos no sujeito, onde se observou que estes podem prejudicar a qualidade de vida dos estudantes (GIMARÃES, 2014).

Em seu estudo, Cardozo et al. (2016) revela que um dos motivos pelo qual morar longe da casa dos pais pode levar a esse sentimento de ansiedade seria o fato de o estudante não se sentir preparado para essa nova jornada de responsabilidades, criação de novos vínculos, estabelecimento de um novo lar ou até mesmo medo do desconhecido, desse modo, o sentimento de ansiedade acaba por vim de maneira inevitável.

Segundo a pesquisa, os indivíduos divorciados apresentaram maior nível de ansiedade, todavia, esse resultado diverge da pesquisa realizada por Rabelo, Barros e Dunningham (2018), que relataram que os transtornos de ansiedade são mais prevalentes nos solteiros. Ademais, não foi encontrada nenhuma explicação para tal achado.

6 CONCLUSÃO

O trabalho permitiu observar a prevalência de ansiedade em universitários iniciantes de cursos da área da saúde. A ansiedade pode ser definida como um sentimento de inquietação diante de algo novo ou estranho, sendo importante, ainda, para a defesa do indivíduo diante de situações de perigo. Nos últimos anos, os níveis de ansiedade vêm crescendo e muitas vezes se transformando em patologias.

Torna-se claro que o início da graduação é um momento novo e que muitas vezes podem deixar o sujeito ansioso, diante disso, foram observados níveis normais de ansiedade e ainda, ansiedade leve. Neste ponto, observa-se a importância de uma abordagem multidisciplinar a estes acadêmicos, com ênfase nos cuidados psicológicos, destacando o papel do psicólogo para a prevenção de quadros de ansiedade patológica, ajudando os estudantes a lidar com seus próprios sentimentos.

Por fim, conclui-se que o trabalho foi de suma importância para expandir os conhecimentos acerca da ansiedade e sua prevalência nos acadêmicos. Dessa forma, considera-se que novas pesquisas devem ser realizadas nesta linha de investigação, a fim de provar a importância de um acompanhamento multidisciplinar para prevenir ou tratar transtornos de ansiedade.

REFERÊNCIAS

BARTHOLOMEU, Daniel et al. Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, São Paulo, v. 3, n. 4, p. 98-114, jan./jun. 2010. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbpe/v3n1/v3n1a07.pdf>>. Acesso em: 18 jun. 2019.

BRAVO, Aline et al. Níveis de ansiedade e depressão em graduandos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). *Revista de Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 25, p. 163-175, dez. 2013. Disponível em: <<http://revista.pgsskroton.com.br/index.php/renc/article/view/2447/2345>>. Acesso em: 10 jun. 2019.

CARDOZO, Mayara Quadros et al. Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de Biomedicina. *Revista Saúde e Pesquisa*, Maringá-PR, v. 9, n. 2, p. 251-262, maio/ago, 2016. Disponível em: <<http://177.129.73.3/index.php/saudpesq/article/view/4747>>. Acesso em: 10 jun. 2019.

CARVALHO, Eliane Alicrim de et al. Índice de Ansiedade em Universitários Ingressantes e Concluintes de uma Instituição de Ensino Superior. *Revista Cienc. Cuid. Saúde*, n. 14, v. 3, jul./set. 2015. Disponível em: <<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23594/15278>>. Acesso em: 21 set. 2018.

CASTRO, Vinícius Rennó. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Rev. Gestão em Foco*, n. 9, 2017. Disponível em: <http://unifia.edu.br/revista_eletronica/revistas/gestao_foco/artigos/ano2017/043_saude_mental.pdf>. Acesso em: 15 jun. 2019.

CHAVES, Erika de Cássia Lopes et al. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. *Rev. Bras. Enferm.*, Brasília, v. 68, n. 3, p. 504-509, jun. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672015000300504&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 jun. 2019.

COSTA, Kercia Mirely Vieira et al. Ansiedade em universitários na área da saúde. 2017. Disponível em: <<https://docplayer.com.br/64473362-Ansiedade-em-universitarios-na-area-da-saude.html>>. Acesso em: 17 set. 2018.

COULON, Alain. O ofício de estudante: a entrada na vida universitária. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 43, n. 4, p. 1239-1250, out./dez. 2017. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/ep/article/view/141109/136196>>. Acesso em: 15 jun. 2019.

DIAS, Dias; SÁ, Maria José. O estatuto sociocultural familiar como vetor da decisão vocacional: promessas e (des)ilusões da entrada na educação superior. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 51-64, fev. 2014. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/2030/203035764007.pdf>> Acesso em: 16 jun. 2019.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. *Rev. Bras. Enferm*, Brasília, v. 71, supl. 5, p. 2213-2220, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102213&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 19 jun. 2019.

FRAGELLI, Ricardo R. Trezentos: aprendizagem ativa e colaborativa como uma alternativa ao problema da ansiedade em provas. *Rev. Eletrônica Gestão e saúde*, v. 6, n. 2, p. 860-872, 2015. Disponível em: <<https://www.fag.edu.br/novo/arquivos/nucleo/nad/metas.pdf>>. Acesso em: 14 jun. 2019.

GOMES, Eduardo Tavares et al. Ansiedade e medo em enfermagem médico-cirúrgica. *Rev. Enfermagem Brasil*, 2013. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/289672906_Ansiedade_e_medo_em_enfermagem_medico-cirurgica>. Acesso em: 16 jun. 2019.

GOMES, Gabriela Lisieux Lima; FERNANDES, Maria das Graças Melo; NOBREGA, Maria Miriam Lima da. Ansiedade da hospitalização em crianças: análise conceitual. *Rev. Bras. Enferm. Brasília*, v. 69, n. 5, p. 940-945, out. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000500940&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 19 jun. 2019.

GONÇALVES, Thiago Franco; MEDEIROS, Veronica Ceclia Calbo. A visita pré operatória como fator atenuante da ansiedade em pacientes cirúrgicos. *Revista SOBECC*, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 22-27, jan./mar. 2016. Disponível em: <<https://sobecc.emnuvens.com.br/sobecc/article/view/38>>. Acesso em: 18 jun. 2019.

GUIMARÃES, Michele Firmino. Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. 2014. 96 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) - Universidade Metodista de São Paulo, São Paulo, 2014. Disponível em: <<http://tede.metodista.br/jspui/handle/tede/1348>>. Acesso em: 18 jun. 2019.

GUIMARÃES, Sandra Ritiele Espíndola Fernandes; INOCENTE, Nancy Julieta; OLIVEIRA, Adriana Leonidas de. Intercâmbio estudantil e stress: os dois lados da mesma moeda. 2014. 17 f. Dissertação (Mestrado - Gestão e Desenvolvimento Regional) - Universidade De Taubaté Universidade de Taubaté, Taubaté, 2014. Disponível em: <http://www.unitau.br/files/arquivos/category_154/MPH0909_1427392148.pdf>. Acesso em: 18 jun. 2019.

LACERDA, Ana Nere de. Índícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. 2015. 66 f. Monografia (Prática e Pesquisa II/Licenciatura em Pedagogia), Faculdade de Educação – Universidade de Brasília/UnB, Brasília, 2015. Disponível em: <<http://bdm.unb.br/handle/10483/12965>>. Acesso em: 17 jun. 2019.

LAMEU, Joelma do Nascimento; SALAZAR, Thiene Lívio; SOUZA, Wanderson Fernandes de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicol. educ.*, São Paulo, n. 42, p. 13-22, jun. 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752016000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 ju. 2019.

LANTYER, Angélica da Silva et al. Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn.*, v. 18, n. 2, p. 4-19, 2016. Disponível em: <<http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/view/880>>. Acesso em: 10 jun. 2019.

LIMA, Raquel Flores de; SACRAMENTO, Adriana Malheiros; DIAS, Ana Cristina Garcia. *Investigação e práticas em orientação de carreira [recurso eletrônico]: cenário 2018*. 1. ed. Porto Alegre: Associação Brasileira de Orientação Profissional, 2018.

MARTINCOWSKI, Terezinha Maia. A inserção do aluno iniciante de graduação no universo autoral: a leitura interpretativa e a formação de arquivos. *Cadernos da Pedagogia*. São Carlos, v. 6, n.12, p. 129-140, jan./jun. 2013. Disponível em: <<http://www.cadernosda pedagogia.ufscar.br/index.php/cp/article/viewFile/508/209>>. Acesso em: 17 jun. 2019.

MOREIRA, Simone da Nóbrega Tomaz; VASCONCELLOS, Rafael Luiz dos Santos Silva; HEATH, Nancy. Estresse na formação médica: como lidar com essa realidade? *Rev. bras. educ. med.*, Rio de Janeiro, v. 39, n. 4, p. 558-564, dez. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022015000400558>. Acesso em: 18 jun. 2019.

MOTTA, Lara Jansiski et al. Disfunção temporomandibular segundo o nível de ansiedade em adolescentes. *Psicologia: teoria e pesquisa, Brasília*. v. 31 n. 3, p. 389-395, jul./set. 2015. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/147015>>. Acesso em: 18 jun. 2019.

NARDELLI, Giovanna Gaudenci et al. Perfil dos alunos Ingressantes dos cursos da área da saúde de uma universidade federal. *Revista de enfermagem e atenção à saúde. Triângulo Mineiro*, v. 2, n. 1, p. 3- 2, abr. 2013. Disponível em: <<http://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/enfer/article/view/405>>. Acesso em: 17 jun. 2019.

PINHO, Ana Paula Moreno et al. A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências. *Revista de Psicologia*, v. 6, n. 1, p. 33-47, 2013. Disponível em: <<http://goo.gl/wds7yr>>. Acesso em: 15 jun. 2019.

RABELO, Danilo; BARROS, Gustavo; DUNNINGHAM, William. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em pacientes cardiopatas atendidos em uma clínica-escola. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, v. 22, n. 1, p. 3-19, jan./abr. 2018. Disponível em: <<https://revneuropsiq.com.br/rbnp/article/view/323/138>>. Acesso em: 16 jun. 2019.

SAMPAIO, Carlos Eduardo Peres et al. Fatores determinantes da ansiedade e mecanismos de coping em procedimentos cirúrgicos gerais. *Rev. Pesq. Cuid. Fundam.*, v. 5, n. 4, p. 547-555, 2013. Disponível em: <https://www.academia.edu/22594705/Fatores_Determinantes_Da_Ansiedade_e_Mecanismos_De_Coping_Em_Procedimentos_Cir%C3%BAArgicos_Gerais>. Acesso em: 24 out. 2018.

TOTI, Thamires Gomes; BASTOS, Felipe Antônio; RODRIGUES, Phillipe. Fatores Associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. *Revista Saúde Física & Mental*, v.6, n.2, p. 21-30, dez. 2018. Disponível em: <<https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/SFM/article/view/3488>>. Acesso em: 18 jun. 2019.

VIANA, Gustavo Magalhão et al. Relação entre síndrome de burnout, ansiedade e qualidade de vida entre estudantes de ciências da saúde. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações*, v. 12, n. 1, p. 876-885, jan./jul. 2014. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1471/pdf_170>. Acesso em:

10 jun. 2019.

VIZZOTTO, Marília Martins; JESUS, Saul Neves de; MARTINS, Alda Calé. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 9, n. 1, p. 59–73, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2177-093X2017000100004&script=sci_abstract&tlng=en>. Acesso em: 18 jun. 2019.

WILLHELM, Alice Rodrigues; ANDRETTA, Ilana; UNGARETTI Mariana Steiger. Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade. *Contextos Clínicos*, Rio Grande do Sul, v. 8, n. 1, jan./jun. 2015. Disponível em: <<http://revistas.unisinos.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2015.81.08/4658>>. Acesso em: 18 jun. 2019.