

# ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO TRANSVERSAL

SILVA, LUANA ESTÉFANI SOARES <sup>1</sup>  
NOGUEIRA, MARIA LÚCIA <sup>2</sup>  
D'ALFONSO, GEOVANNE JÚNIOR <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem - Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM.

<sup>2</sup> Enfermeira, Mestre em Promoção da Saúde; Especialista em Saúde da Família, Saúde Pública, Capacitação Pedagógica para Profissionais de Saúde; Professora atuante no Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM.

<sup>3</sup> Enfermeira, Especialista em Auditoria em Serviços de Saúde, Administração Hospitalar e Urgência e Emergência; Professor atuante no Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM.

**INTRODUÇÃO:** O estilo de vida moderno sustentado pelo desenvolvimento tecnológico, industrial e de conhecimento exige do homem uma capacidade de adaptação intensa podendo ocasionar processos ansiosos. Esses processos psicológicos e fisiológicos de ansiedade são naturais dos seres humanos porém se excessivos e de duração prolongada passam a ter impactos negativos limitando, dificultando e impossibilitando a capacidade de adaptação do sujeito, causando-lhe sofrimento e adoecimento físico e psíquico. Dentre os indivíduos mais susceptíveis a ansiedade patológica estão os estudantes universitários, e alguns fatores como a dificuldade de lidar com o ingresso na universidade, a exigência da instituição, a incerteza de se inserir no mercado de trabalho e a extensa carga horária exigida por determinados cursos interferem negativamente na saúde mental desses indivíduos. **OBJETIVOS:** Verificar o nível de ansiedade dos acadêmicos do 10º período do curso de Enfermagem, assim como relacionar essa patologia a características sócio demográficas, desconfortos físicos e psicológicos, realização de atividades físicas e utilização de terapias para ansiedade. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, transversal de abordagem quali-quantitativa com 32 acadêmicos do 10º período do curso de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior do município de Patos de Minas – MG. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética de Pesquisa do Centro Universitário de Patos de Minas (Parecer de aprovação CEP nº 1.913.578/ 2017). **RESULTADOS:** Através do estudo foi detectado que 84,30% dos acadêmicos tem moderado nível de Ansiedade Estado, 9,40% elevado e 6,25% baixo. Já para Ansiedade Traço, 81,20% tem nível moderado e 18,80% grau elevado. Houve prevalência de ansiedade em indivíduos do gênero feminino, relacionada também ao uso de terapêutica medicamentosa. Quanto as expressões clínicas associadas a ansiedade, aproximadamente 85% dos estudantes referiam ao menos um sintoma, dentre os mencionados estão dificuldade de concentração e tensão muscular, todos os dados citados anteriormente corroboram com outros estudos realizados. As investigações quanto a prática de atividades físicas demonstraram 62,50% de adeptos porém, sem qualquer correlação com ansiedade o que contradiz muitas pesquisas que evidenciam o efeito ansiolítico das práticas físicas. **CONCLUSÃO:** Sendo assim, evidencia-se a importância de desenvolver estratégias de orientações e diagnóstico precoce na esfera acadêmica, de modo que atividades preventivas individuais e coletivas sejam realizadas entre os alunos, com suporte de docentes, profissionais de saúde e familiares. Trabalho que pode equilibrar os aspectos psicoemocionais dos discentes, evitando o adoecimento, ou até auxiliando no cuidado com o aluno doente.

**ÁREA TEMÁTICA:** Enfermagem