



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE  
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM  
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

**THAYANNE KELLY MEDEIROS NÓBREGA**

**AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE ENTRE OS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM:  
UM ESTUDO SOBRE O MAL DO SÉCULO**

Cuité-PB

2014

THAYANNE KELLY MEDEIROS NÓBREGA

**AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE ENTRE OS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM:  
UM ESTUDO SOBRE O MAL DO SÉCULO.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Coordenação do Curso de Bacharelado em  
Enfermagem do Centro de Educação e Saúde da  
Universidade Federal de Campina Grande – *Campus*  
Cuité - PB, para obtenção do título de Bacharel em  
Enfermagem.

**Orientadora:** Prof<sup>a</sup>. Ms. Alynne Mendonça Saraiva Nagashima

Cuité-PB

2014

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA NA FONTE  
Responsabilidade Jesiel Ferreira Gomes – CRB 15 – 256

N754a Nóbrega, Thayanne Kelly Medeiros.

Avaliação da ansiedade entre os acadêmicos de enfermagem: um estudo sobre o mal do século. / Thayanne Kelly Medeiros Nóbrega – Cuité: CES, 2014.

65 fl.

Monografia (Curso de Graduação em Enfermagem) – Centro de Educação e Saúde / UFCG, 2014.

Orientadora: Alynne Mendonça Saraiva Nagashima.

1. Enfermagem. 2. Ansiedade. 3. Acadêmicos. I. Título.

Biblioteca do CES - UFCG

CDU 616-083

THAYANNE KELLY MEDEIROS NÓBREGA

**AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE ENTRE OS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM:  
UM ESTUDO SOBRE O MAL DO SÉCULO.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Coordenação do Curso de Bacharelado em  
Enfermagem do Centro de Educação e Saúde da  
Universidade Federal de Campina Grande – *Campus*  
Cuité - PB, para obtenção do título de Bacharel em  
Enfermagem.

**Aprovada em: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ /2014.**

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>a</sup>. Ms. Alynne Mendonça Saraiva Nagashima – UFCG

Orientadora

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Gigliola Marcos Bernardo de Lima – UFCG

Examinadora

---

Prof<sup>a</sup>. Ms. Francilene Figueirêdo da Silva Pascoal-UFCG

Examinadora

Dedico às pessoas que sempre estiveram ao meu lado pelos caminhos da vida, me acompanhando, apoiando e principalmente acreditando em mim: meus pais Válter e Fátima e minha irmã Wanessa.

## AGRADECIMENTOS

Pensar em todas as pessoas que de alguma forma contribuíram para o término deste trabalho é uma tarefa certamente para além destas páginas.

A **Deus** por ser o meu refúgio, fonte de toda vida, razão de toda existência e minha fortaleza e por proporcionar a conquista e finalização de mais um objetivo. A quem sempre recorri nos momentos mais difíceis e mais felizes da minha vida. Quem sempre me inspirou e iluminou para fazer as escolhas que sempre fiz. A quem rogo, por minha vida, minha família e meus amigos. Obrigada por nunca me deixar lutar sozinha!

Aos meus pais, **Válter e Fátima**, agradeço pela vida, gratidão, pelas palavras ditas nas horas exatas, pelos abraços e conselhos de todos os momentos, bem como pela proteção e aconchego tão necessários, por terem me ensinado os valores sólidos da honestidade, da justiça e humildade. Devo a vocês tudo o que sou. Amo vocês!

A minha querida irmã, **Wanessa Nóbrega**, pelo exemplo de força, pela amizade verdadeira, apoio e dedicação, acreditando sempre no meu potencial, por mostrar que nunca devemos desistir de nossos sonhos e por me ajudar nas horas que mais precisei, pois sem o seu auxílio e incentivo, esta seria uma tarefa interminável.

Aos meus **avós paternos e maternos** (*in memoriam*), por todo amor e exemplo que deixaram marcados para guiar meus passos em muitos momentos da minha vida e que mesmo ausentes sempre se fizeram presentes em meus pensamentos.

Não posso esquecer-me da presença marcante dos meus **tios e tias**, aos quais agradeço pela torcida, pelo suporte, incentivo e por acreditarem em mim. Enfim, o meu muito obrigada a todos os meus familiares que, de forma direta e indireta, contribuíram para a minha formação profissional. Obrigada a todos por serem pilares da minha construção.

Aos meus **padrinhos e madrinhas** pelo exemplo de caráter, superação, pela amizade e por confiarem no meu potencial.

Aos meus amigos, **Patrícia Brandão e Fernando Virgolino**, por terem compartilhado de tudo o que sou e por suportarem as minhas piores reações de ansiedade e estresse em toda essa trajetória. Obrigada por fazerem parte dessa conquista e por todas as conversas e conselhos, vocês sempre foram essenciais para mim. Amo vocês!

A **Bismark Medeiros**, por sempre me impulsionar a acreditar que eu seria capaz de concluir esse trabalho. Obrigada pelo carinho e apoio durante toda construção dessa vitória.

Às amigas construídas aqui, em especial a **Iani Narciza, Patrícia Brandão, Fernando Virgolino, Taise Ribeiro, Régia Taline, Andryelle Moraes, Jesyka Taís,**

**Valmir Ferreira, Roosevelt Nóbrega, Vivianne Izabelle, Ana Cláudia e Maycon Raniere**, por todo apoio e companheirismo que precisei nesse caminho. Obrigada pela presença e por toda motivação de seguir esse sonho. Obrigada por serem parte da minha vida.

Aos amigos com quem morei, em especial a: **Iani Narciza, Paula Fernanda, Thannize Raquel, Patrícia Brandão e Andryelle Moraes**, que ao longo desses cinco anos me aturaram!

A minha **turma de graduação**, pela diversão, pelo aprendizado, pela convivência que tanto auxiliou no meu amadurecimento. Amigos que durante esses anos de faculdade foram minha segunda família, dividindo sonhos, sorrisos, lanches e lágrimas. Obrigada a vocês que compartilharam os prazeres e dificuldades desta jornada com os quais convivemos durante tantas horas e carregamos a marca de experiências comuns que tivemos. Partamos confiantes em busca de nossos ideais, no exercício de nossa profissão.

À família de **Dona Regina**, obrigada pela acolhida, pelo apoio, carinho, atenção e amor. Agradeço a Deus por tê-los colocado em minha vida durante a minha trajetória acadêmica. Sou eternamente grata por tudo!

Aos participantes da pesquisa, todos os **acadêmicos do Curso de Bacharelado de Enfermagem**, pela colaboração e disponibilidade para esse estudo, sem vocês ele não seria possível. Todos foram de extrema necessidade para mim, por isso serei eternamente grata pela voluntariedade de todos.

A minha orientadora, **Alyne Mendonça Saraiva Nagashima**, pelas palavras de conforto, pela sensibilidade, pelo companheirismo, paciência, pelas correções realizadas sempre de forma tão assertiva, pelo cuidado, compreensão, e, principalmente, por participar da minha vida acadêmica.

À Banca Examinadora, **Gigliola Bernardo e Francilene Pascoal**, obrigada por aceitarem participar deste momento tão especial, por toda contribuição, análise e presença nas fases finais desse estudo. A vocês, muito obrigada por aceitarem unir ainda mais conhecimentos para o resultado dessa conquista.

A todos os **docentes** do Curso de Bacharelado em Enfermagem, pela contribuição na formação acadêmica e por todos os conhecimentos partilhados. Vocês foram os professores que proporcionaram os principais passos dessa trajetória.

Por fim, agradeço a todos que fizeram da magia desse momento, a primeira conquista de uma série de realizações.

A todos os que referi e aos que por lapso omiti, muito obrigada!

*Vivo sempre pensando no futuro, analisando o passado e deixando de viver o presente. São esperas e angústia para alimentarem a imaginação de tudo que me vai acontecer; sentimentos misturados em tempos sufocam, mas também por horas alívios batem de uma esperança que vai dar certo, são sensações de querer que tudo aconteça junto ao medo de que não seja como queria, é a ansiedade que me rodeia fazendo eu perceber como é complicado viver em todos os tempos no mesmo instante.*

*(Thayanne Nóbrega & Juliana Souza)*



## RESUMO

NÓBREGA, T K M. **Avaliação da ansiedade entre os acadêmicos de enfermagem: um estudo sobre o mal do século.** Cuité, 2014. 65 Folhas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Unidade Acadêmica de Enfermagem, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – PB, 2014.

A ansiedade pode ser considerada uma experiência emocional complexa que pode trazer danos, dependendo da sua proporção, e, a partir do momento que prejudica o nosso funcionamento psíquico e somático, pode tornar-se patológica, destacando-se entre os transtornos psiquiátricos mais comuns do cotidiano. Nessa perspectiva, o presente estudo teve como objetivo avaliar o nível de ansiedade em estudantes de graduação em Enfermagem. Trata-se de um estudo de abordagem quantitativa, de tipologia exploratória e corte transversal, realizado na Universidade Federal de Campina Grande, *Campus* Cuité – Paraíba, com os acadêmicos do Curso de Bacharelado de Enfermagem no período de julho de 2014. Os dados foram coletados por meio da aplicação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado, IDATE, traduzido e adaptado para o Brasil por Biaggio e Natalício (1979), assim como foi aplicado outro questionário com questões subjetivas. Foram entrevistados 190 discentes do curso, (52,2%), sendo 44 estudantes do sexo masculino (23,2%) e 146 do sexo feminino (76,8%). Observando os dados, pode-se verificar que a ansiedade é apontada em níveis leve, moderado, e grave. As turmas que apresentaram maiores níveis de ansiedade foram às turmas concluintes, principalmente, ansiedade moderada. Os discentes citaram como situações ansiogênicas, as provas, seminários e falar em público. Quanto aos sintomas, os mais presentes foram o aumento da sudorese, inquietação e taquicardia. E quanto às formas de estratégias para minimizar a ansiedade, ouvir músicas, destaca-se por ser o mais citado. Deste modo, espera-se que este estudo possa contribuir de maneira significativa para um maior conhecimento sobre a ansiedade pela população universitária, incluindo principalmente os professores e gestores da universidade, para que invistam em estratégias de atenção e cuidado para a clientela discente.

**DESCRITORES:** Ansiedade; Enfermagem; Acadêmicos.

## ABSTRACT

NÓBREGA, T K M. **Assessment of anxiety among nursing students: a study of the disease of the century.** Cuité, 2014. 65 leaves. Completion of course work (Undergraduate Nursing) - Academic Unit of Nursing, Center for Education and Health, Federal University of Campina Grande, Cuité - PB, 2014.

Anxiety can be considered a complex emotional experience that can bring damage, depending on their proportion, and, from the moment that harms our psychic and somatic functioning, can become pathological, especially among the most common psychiatric disorders everyday. In this perspective, the present study aimed to assess the level of anxiety in undergraduate nursing students. This is a study of quantitative approach, exploratory typology and cross-sectional held at the Federal University of Campina Grande, Campus Cuité - Paraíba, with the academic course of Bachelor of Nursing from July. Data were collected through the application of Trait Anxiety Inventory-State, STAI, translated and adapted for Brazil by Biaggio (1979), as well as other issues with subjective questionnaire was applied. 190 students of the course were interviewed (52.2%), and 44 male students (23.2%) and 146 females (76.8%). Looking at the data, it can be seen that anxiety is identified as mild, moderate, and severe levels. The classes that showed higher levels of anxiety were the graduating classes mainly moderate anxiety. The students cited as anxiogenic situations, evidence, seminars and public speaking. As for symptoms, more gifts were increased sweating, restlessness, and tachycardia. And as to the forms of strategies to minimize anxiety, listening to music, stands out for being the most cited. Thus, it is expected that this study will contribute significantly to a better understanding of anxiety by student population, including primarily the teachers and administrators of the university to invest in strategies of attention and care for the student clientele.

**KEYWORDS:** Anxiety; Nursing; Academic.

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1:</b> Caracterização dos Sujeitos da Pesquisa.....	35
<b>Tabela 2:</b> Distribuição dos Discentes por Turmas .....	37
<b>Tabela 3:</b> Situações que Causam Ansiedade .....	43
<b>Tabela 4:</b> Sintomas de Ansiedade .....	44
<b>Tabela 5:</b> Estratégias Para Minimizar a Ansiedade.....	45

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1:</b> Níveis de Ansiedade Estado entre os Acadêmicos.....	38
<b>Gráfico 2:</b> Níveis de Ansiedade Traço entre os Acadêmicos.....	39
<b>Gráfico 3:</b> Níveis de Ansiedade Estado e Traço entre os Acadêmicos.....	41

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

**ANDIFES** – Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior

**CEP** – Comitê de Ética em Pesquisa

**IDATE** – Inventário de Ansiedade Traço - Estado

**IDATE-ESTADO** – Inventário de Ansiedade Estado

**IDATE-TRAÇO** – Inventário de Ansiedade Traço

**OMS** – Organização Mundial de Saúde

**ONU** – Organização das Nações Unidas

**TCC** – Trabalho de Conclusão de Curso

**TCLE** – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

**UFCG** – Universidade Federal de Campina Grande

**UAENFE** – Unidade Acadêmica de Enfermagem

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUZINDO A TEMÁTICA</b> .....	14
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	18
2.1 Objetivo Geral.....	19
2.2 Objetivos Específicos .....	19
<b>3. HIPÓTESE</b> .....	20
<b>4. REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	22
4.1 Ansiedade.....	23
4.2 Perfil dos Universitários .....	25
<b>5. CAMINHO METODOLÓGICO</b> .....	29
5.1 Abordagem e tipo de pesquisa .....	30
5.2 Local da pesquisa.....	30
5.3 Sujeitos da pesquisa .....	31
5.4 Coleta e Análise de dados .....	31
5.5 Aspectos Éticos.....	32
<b>6. RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	34
6.1 Caracterização dos Sujeitos da Pesquisa .....	35
6.2 A ansiedade e situações ansiogênicas .....	42
6.3 Ansiedade e seus sintomas.....	43
6.4 Estratégias para alívio dos sintomas de ansiedade.....	45
<b>7. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	48

**REFERÊNCIAS**

**APÊNDICES**

**ANEXOS**

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## 1. INTRODUZINDO A TEMÁTICA

Hoje em dia a sociedade capitalista carrega características de individualidade, competitividade, consumismo, opressão e desigualdades. Viver sobre coerção é uma característica fundamental dos homens e mulheres do século XXI, que lutam por um reconhecimento e satisfação pessoal. Esta confrontação com situações adversas e incertas quer no contexto profissional, escolar ou até mesmo familiar, pode ser precursora de sentimentos de ansiedade.

A ansiedade é uma experiência emocional em função da previsão de situações futuras ou em presença de momentos considerados como desagradáveis para o indivíduo. As situações que potenciam reações ansiogênicas estão presentes no nosso dia-a-dia e são vividas de formas diferentes por cada pessoa nos mais variados contextos. O termo ansiedade decorre do grego *Anshein*, que significa oprimir, sufocar (BARROS et al., 2003).

A ansiedade tem aumentado, significativamente, na população e muitos fatores são indicados como responsáveis, como por exemplo: as profundas transformações ocorridas no âmbito econômico, social e cultural. A sociedade é praticamente obrigada a adaptar-se a um novo ritmo de vida, onde a rotina e o relógio se tornaram os grandes vilões, tornando o século XXI conhecido como “A era da ansiedade” (FERREIRA et al., 2009).

A necessidade imperiosa de ajustar-se as mudanças, acabaram por expor as pessoas à uma frequente situação de conflito, ansiedade, angústia e desestabilização emocional. Os períodos de transição do ciclo vital, entre infância e juventude, adolescência e fase adulta e posteriormente o ingresso da terceira fase da vida, apresentam-se como fases de grandes mudanças e transformações não apenas físicas, mas também psicológicas e sociais.

Entre essas fases, vale destacar que o término da adolescência e início da fase adulta apresentam novas exigências, como a escolha de uma profissão e a entrada na universidade. Trata-se de um período repleto de cobranças e reflexo de constantes alterações físicas, psicológicas, bem como relacionais; sobretudo, quando se ingressa no ensino superior, onde há similitude de jovens vivenciando desafios, os quais sugerem, muitas vezes, a saída de casa, a separação da família e dos amigos pela primeira vez, o tornar-se independente e a tomada de decisões sozinho (SOARES et al., 2006).

Durante a trajetória acadêmica, o estudante é confrontado com circunstâncias geradoras de pressão psicológica, aflições e angústias. Por esse motivo, o elevado nível de ansiedade e a sua forte prevalência podem comprometer o sucesso acadêmico, conduzindo até ao abandono escolar, na maioria das vezes (NETO, 2013).

Ferreira et al., (2009) descreve que existem duas classificações quanto à forma de exposição da ansiedade: a ansiedade-estado e a ansiedade-traço. O estado da ansiedade está



ligado a um momento ou situação particular, como a entrada na universidade pelos estudantes, causando um estado emocional transitório. Por sua vez, a ansiedade-traço relaciona-se às características individuais relativamente estáveis, estabelecendo diferenças entre os indivíduos quanto à forma de enfrentar eventos diversos, ou seja, cada indivíduo traz consigo uma disposição maior ou menor de encarar as situações como ansiogênicas, estando relacionada, diretamente, à personalidade de cada um.

Os sintomas da ansiedade são múltiplos e variáveis de pessoa para pessoa. Incluem-se, pois, a agitação, irritabilidade, náuseas e diarreia, vertigens e tonturas, sudorese, síncope, taquicardia, formigamento nas mãos e pés, tremores ou sensação de fraqueza. Entretanto, podem existir também efeitos sobre o pensamento, a percepção, a concentração, a memória e a associação de ideias. Refere-se à ansiedade como algo que acompanha a pessoa no seu processo existencial, que causa tensão, desprazer, sofrimento físico e/ou mental, que estabelece mudanças na vida cotidiana, podendo ser desencadeada por situações reais ou imaginárias. É importante conhecer, recursos terapêuticos que aliviem, reduzam e ou eliminem os níveis de ansiedade, traduzindo-se em sentimentos de satisfação e de bem-estar (DIAS, 2007).

A ansiedade pode trazer como consequências deletérias para a vida do aluno os recorrentes questionamentos sobre as ameaças ao futuro, ao comportamento, à autoeficácia, etc. Para a maioria dos acadêmicos, a universidade é um ambiente novo, no qual ingressam em sua maioria muitos jovens, saindo de escolas onde o ritmo de estudo é distinto e onde há menos competição, menos cobrança de autonomia, o que espontaneamente gera insegurança. Ainda, passam a lidar com as exigências da família por planos futuros. Não é possível identificar se são as questões acadêmicas ou outros fatores pessoais e familiares os desencadeadores destes sintomas, mas, de qualquer forma, presume-se que haja influência destes em todos os âmbitos de vida do estudante, provocando um quadro de apreensão em relação à passagem acadêmica do aluno (NETO, 2013).

O presente estudo justifica-se na tentativa de uma melhor compreensão entre os níveis de ansiedade presente entre os acadêmicos de enfermagem, visto que a literatura registra poucos estudos voltados para essa população tão peculiar.

Deste modo, faz-se necessário avaliar os níveis de ansiedade presentes entre os acadêmicos do curso de Enfermagem, já que segundo MARCHI et al., (2013), os estudantes da área da saúde, especificamente os de Enfermagem, os quais formam uma população que merece atenção especial, expressam um nível mais elevado de ansiedade devido apresentar fatores a mais que causam isto, como por exemplo: a experiência da prática clínica, o lidar

com o sofrimento humano, a observação constante dos instrutores no cenário da prática, o medo de cometer erros, sentimentos de inadequação e falta de inclusão em grupos de pessoal clínico são destacados na literatura como os principais desencadeantes.

Contudo, isto se faz importante em virtude da experiência universitária, vivenciada pelos estudantes, que abrange circunstâncias geradoras de tensão, tais como: responsabilidades que serão assumidas exclusivamente por eles; demandas acadêmicas intensas; maiores exigências sobre seu desempenho na instituição, proveniente não só deles, mas de seus colegas de sala, de seus professores e familiares.

O interesse por esta pesquisa partiu do estudo da disciplina Psiquiatria está inserido na grade do Curso de Bacharelado em Enfermagem. Trata-se de uma disciplina, por si só, instigante, com a qual me identifiquei em virtude dos diversos e apaixonantes temas estudados na literatura; entre os quais, Transtornos de ansiedade. Por considerá-lo interessante do ponto de vista acadêmico e profissional – uma vez que deveríamos absorver a teoria aplicada para uma futura prática –, fui acometida por mais uma motivação, descoberta a partir do meu desejo pela aprendizagem deste tema. No caso, analisei diversos estudos relacionados com a ansiedade, os quais foram realizados em diferentes localidades, tendo em comum, porém, os estudantes da área da saúde. Estes fatores direcionaram-se e me impulsionaram a analisar o nível de ansiedade com os participantes do estudo, os quais são acadêmicos de enfermagem. Nada obstante, considero significativo o aumento dos níveis de ansiedade na população em geral.

Quanto ao motivo profissional, ressalto a importância desta pesquisa para a área de Enfermagem no que concerne ao papel do enfermeiro em conhecer sobre os sintomas da ansiedade poderá prevenir situações posteriores, bem como cuidar daqueles que já estão apresentando a sintomatologia, portanto seria importante ter um resultado desse tema e analisar os tipos de ansiedade para precaver os estudantes universitários, bem como a população em geral.

Ante o exposto, o presente trabalho de conclusão de curso orientar-se-á pelo seguinte questionamento: Qual o nível de ansiedade dos estudantes de graduação de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, do município de Cuité-PB?

Diante dessa questão norteadora, o presente estudo será desenvolvido no intuito de alcançar os objetivos descritos a seguir.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## **2. OBJETIVOS**

## **2.1 Objetivo Geral**

- Avaliar o nível de ansiedade em estudantes de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, do Centro de Educação e Saúde.

## **2.2 Objetivos Específicos**

- Avaliar a ansiedade-traço e ansiedade-estado dos estudantes do ensino superior do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG);
- Averiguar fatores relacionados à ocorrência da ansiedade nos universitários investigados;
- Averiguar as estratégias de enfrentamento que podem ajudar os discentes a minimizar os sintomas da ansiedade.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

### **3. HIPÓTESE**

Em virtude de outras pesquisas já realizadas em âmbito universitário, acredita-se que o nível de Ansiedade Traço e Estado entre os acadêmicos de enfermagem seja elevado, haja vista o que fora constatado nos estudos operados em uma escola pública de Enfermagem do estado de São Paulo (MARCHI et al., 2013), bem como numa pesquisa concluída pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte, através de um grupo de estudos de Psicologia e Saúde (FERREIRA, et al., 2009).

Os levantamentos iniciais apontaram que os estudantes de graduação da área da saúde, mais precisamente os de Enfermagem, apresentam um alto índice de ansiedade, conforme verificado outrora na literatura, o que enseja a realização deste trabalho, o qual buscará, através de novas informações e inéditos dados, verificar o possível nível de ansiedade nos alunos do referido curso.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## **4. REFERENCIAL TEÓRICO**

#### 4.1 Ansiedade

A dinâmica vivenciada nos dias atuais nos remete à novas experiências de vida, seja perante o mercado de trabalho – cada vez mais competitivo – ensejador da busca pelo desenvolvimento profissional; seja no âmbito pessoal, quando procuramos as satisfações das necessidades físicas, intelectuais, etc.

Aliado às profundas transformações ocorridas no âmbito econômico e cultural, acompanhadas por pressões de uma sociedade moderna e tecnológica, ganha vez os transtornos ansiosos (MARCHI et al., 2013). Teóricos têm conceituado a época moderna como a “Idade da Ansiedade”, isto porque viver ansiosamente passou a ser considerada uma condição à qual, de certa forma, grande maioria da população está vinculada (BALLONE, 2005).

Em tese, grande parte das pessoas são afetadas pela ansiedade – uma sensação difusa, desagradável e vaga de apreensão, ocasionalmente seguida de sintomas como cefaleia, palpitações, aperto no peito, leve mal-estar epigástrico e inquietação, apontada pela incapacidade de ficar sentado ou de pé quieto por muito tempo. A série de sintomas presentes durante a ansiedade entre as pessoas pode diferenciar (SADOCK; SADOCK, 2007).

A ansiedade pode ser considerada uma experiência emocional complexa que pode trazer danos, dependendo da sua proporção, e, a partir do momento que prejudica o nosso funcionamento psíquico e somático, pode tornar-se patológica, destacando-se entre os transtornos psiquiátricos mais comuns do cotidiano.

Acredita-se que a ansiedade pode ocorrer quando, de forma genética, uma pessoa herda uma pré-disposição ao problema; quando a infância de outrem é carente e problemática fazendo com que regresse de uma maneira insegura; ou, ainda, quando um indivíduo tem dificuldade em se associar com o desconhecido (BALLONE, 2005).

Nesse ínterim, aduzem determinados autores como Primo e Amorim (2008) que consideram a ansiedade como um estado emocional que apresenta elementos psicológicos e fisiológicos, fazendo parte da experiência humana, bem como sendo responsável pela adaptação do organismo às situações de perigo, constituindo assim, uma condição que pode ocorrer a qualquer sujeito.

Por outro lado, afirmam, Baptista, Carvalho e Lory (2005) que a ansiedade em apreço é um estado emocional aversivo, sem estímulos desencadeantes, externos e que não pode ser evitado. Em contrapartida, Valles e Saucedo (2007), apud Spielberg (1970), predispõem que a ansiedade é uma reação emocional desagradável, produzida por um estímulo externo, que é



considerado pelo ser humano como ameaçador; ensejador de mudanças fisiológicas e comportamentais no sujeito.

Outrossim, importante destacar que a ansiedade é um sentimento caracterizado por desconforto ou tensão decorrente da antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. O organismo, neste momento, costuma expor respostas fisiológicas ao viver a situação geradora de ansiedade; entre elas: batimento cardíaco acelerado, alteração na respiração e pressão arterial, tensão muscular, assim como inquietação, estremecimentos, tremores e sudorese excessiva (GONÇALVES; HELDT, 2009).

Além dos efeitos motores e viscerais, a ansiedade atinge o pensamento, a percepção e o aprendizado. Chega a produzir agitação e distorções da percepção, não apenas do tempo e do espaço, mas também das pessoas e dos significados dos acontecimentos. Essas distorções podem intervir no aprendizado ao reduzir a concentração, a memória e perturbar a capacidade de relacionar-se (SADOCK; SADOCK, 2007).

Cumprе destacar, ainda, que, de acordo com Lader, apud Gama et al., (2008), a ansiedade é estudada sob duas formas: a “ansiedade-estado”, referente a um estado emocional transitório, caracterizado por sentimentos subjetivos de tensão e apreensão que podem variar em grau no decorrer do tempo; e a “ansiedade-traço”, correspondente a uma disposição pessoal, relativamente estável, caracterizada por levar o indivíduo a situações estressantes, tendenciosa em perceber um número maior de situações como ameaçadoras.

A visão dualística de ansiedade como traço e estado foi proposta primeiramente por Cattell e Scheier (1961) e é a base do Inventário de Ansiedade Traço-Estado de Spielberger et al., (1970).

É de suma importância que se determine se uma escala vai medir traço, isto é, uma condição mais permanente, característica do indivíduo, ou se a avaliação do estado ansioso será feita em um determinado instante, diante de determinada situação. As instruções devem ser precisas a esse respeito (SILVA, 2009).

O estado de ansiedade varia em sua intensidade de acordo com a ameaça percebida, flutua no tempo, como uma condição emocional transitória ou condição do organismo humano que corresponde a sentimentos desagradáveis de tensão, apreensão, nervosismo, conscientemente percebidos, e por aumento na atividade do sistema nervoso autônomo. (SILVA, 2009).

O traço de ansiedade refere-se a diferenças individuais relativamente estáveis na propensão à ansiedade, isto é, a diferenças na tendência de reagir a situações percebidas como ameaçadoras, aumentando, assim o estado de ansiedade. Os scores de ansiedade – traço são

menos sensíveis a mudanças decorrentes de situações ambientais e permanecem relativamente constantes no tempo (SILVA, 2009).

Segundo Fioravanti et al., (2006), com o avanço das pesquisas nesta área, muitas escalas foram desenvolvidas para avaliar os níveis de ansiedade, dentre elas destacam-se:

- O Inventário de Ansiedade de Beck;
- Escala de Ansiedade de Hamilton;
- Escala Breve de Ansiedade;
- Escala Clínica de Ansiedade;
- Inventário de Ansiedade Traço-Estado;
- Escala de Ansiedade Manifesta de Taylor;
- Escala de Ansiedade de Welsh;
- Escala de Ansiedade IPAT.

Estas escalas foram desenvolvidas a fim de se obter uma melhor análise dos tipos de ansiedade, considerando-se o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), de Spielberger et al., (1970) um dos inventários mais utilizados na avaliação deste transtorno, segundo afirmam Fioravanti et al., (2006).

Tendo em vista que a ansiedade pode ser um traço da personalidade, mas de acordo com Biaggio e Natalício (1979) dependendo de sua proporção e durabilidade poderá ser considerada também um transtorno mental, escolheu-se o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) como referência para este estudo.

Trata-se o IDATE de um inventário de autoavaliação, traduzido e adaptado para o Brasil por Biaggio e Natalício (1979), o qual é adotado também em outros estudos, mas, principalmente, utilizado para medir o estado e o traço de ansiedade, formado por 40 afirmações, em relação aos sentimentos do indivíduo, distribuído em duas partes. A primeira parte avalia a ansiedade-estado, enquanto a segunda avalia a ansiedade-traço. Cada uma delas possui 20 afirmações descritivas de sentimentos pessoais, nos quais os sujeitos se identificam em relação à intensidade com que estão acontecendo naquele exato momento (parte I), ou em relação à assiduidade com que geralmente ocorrem (parte II), por meio de uma escala que varia de 1 a 4 pontos.

## **4.2 Perfil dos Universitários**

O período marcado pelo final da adolescência e começo da vida adulta é caracterizado por mudanças psicossociais importantes, entre as quais a transição de estudante de ensino médio para estudante universitário e futuro profissional. Assim, é uma fase caracterizada pelos impulsos do desenvolvimento físico, mental, emocional, sexual e social e pelos esforços do indivíduo em alcançar os objetivos relacionados às expectativas culturais da sociedade em que vive.

Ao ingressar no meio acadêmico, o estudante tende a passar por desafios, bem como a abandonar a realidade e o contexto familiar em detrimento de outro, cujas regras e exigências, às vezes, apresentam-se muito diferentes. Nessa transição, os estudantes enfrentam processos relacionais (estabelecimento de novos vínculos), acadêmicos (adaptação a um modelo novo de avaliação e aprendizagem), vocacionais (estabelecimento de uma identidade de carreira), entre outros (ALMEIDA; SOARES, 2003).

Atualmente, os jovens estão tão susceptíveis a perturbações da ansiedade como os adultos. Porém este problema deve ser encarado com seriedade e compreensão, visto que, nessa idade todos os sentimentos e emoções englobam grandes proporções (CLAUDINO; CORDEIRO, 2004).

Durante o percurso acadêmico o estudante se depara com situações geradoras de pressão psicológica e ansiedade. Para Oliveira e Duarte (2004), a tensão, incerteza e apreensão em relação ao futuro são elementos importantes da ansiedade que podem intervir na aprendizagem, bem como no desempenho em geral.

Durante este período advêm diversos sentimentos, inclusive o temor de não corresponder às expectativas da família e da sociedade que interpretam a entrada na faculdade como um diploma de competência e uma condição de “sucesso”. O acadêmico quando não consegue discernir a combinação desses fatores há uma invasão das angústias que alteram a realidade, deixando funções psíquicas como razão e memória sob o comando de emoções. Sintomas físicos indesejados também podem ser conhecidos (SOARES; MARTINS, 2010).

No âmbito do Ensino Superior, é possível imaginar que períodos de transição como a entrada na universidade e o período que antecede à formatura sejam vistos como situações ameaçadoras e possam interferir negativamente sobre aspectos cognitivos como o processo de aprendizagem, a redução de atenção e da concentração, diminuindo, assim, a aquisição de habilidades (FERREIRA et al., 2009).

A vida de estudantes universitários aborda vários fatores ansiogênicos. A apreensão em relação ao futuro é um elemento contínuo que contribui significativamente para o desenvolvimento da ansiedade nesse grupo. Da mesma maneira, o período universitário, ainda

que traga sentimentos positivos e de alcance de uma meta programada, por vezes pode se tornar um período crítico e de maior vulnerabilidade. Tal mudança, sem dúvida, exigirá do estudante universitário, maior esforço e adaptação. Na universidade, o acadêmico assumirá atividades de alto desempenho, exigindo dele a concentração de esforços.

Estudo demonstra que, ao ingressarem na universidade, os estudantes são submetidos a uma grande carga de ansiedade e estresse, principalmente devido às cobranças pessoais, expectativas familiares, encargos financeiros, convivência com colegas de quarto, atividades domésticas, horários desordenados de sono e longas horas de estudo. Além disso, transformações fisiológicas, neurológicas e psicológicas, decorrentes da transição entre a fase de adolescente e a de adulto, levam os estudantes a vivenciarem um período de crise, por exigir a adaptação a um novo papel social (MARCHI et al., 2013).

Diante do contexto abordado, percebe-se que é uma fase propícia para o surgimento de prejuízos em seu desempenho acadêmico, assim como pode possibilitar dificuldades de relacionamento e aquisição de competência, levando a uma diminuição do aproveitamento da experiência acadêmica como um todo (FERREIRA et al., 2009).

Conforme, Cerchiari et al., (2005), ressalta que a maioria dos alunos que não procuram o atendimento psicoterapêutico poderá ocasionar uma condição ameaçadora, a qual pode perdurar por um longo período de tempo, ou até mesmo durante a sua graduação.

Nesse sentido, percebe-se a importância de serviços de orientação ao aluno, os quais algumas universidades oferecem, mas em caráter assistemático (BARDAGI; HUTZ, 2005). Estes serviços são criados a fim de auxiliar os alunos tanto em questões acadêmicas, vocacionais ou pessoais, mas pressupõem em sua maioria, que o aluno identifique algum tipo de sofrimento e procure o atendimento.

Visto que, os alunos não procuram atendimento, ressalta-se a importância de uma boa preparação inicial do estudante que ingressa no ensino superior, uma boa acolhida por parte da instituição e do curso, visando a prevenção de futuros problemas psicológicos.

As expectativas do mercado de trabalho com relação aos novos profissionais são de que tenha uma sólida formação acadêmica, capacidade de análise, de tomar decisões, determinação, liderança, alto grau de motivação e principalmente competência interpessoal. Ciente dessas expectativas do mercado, o aluno começa ainda na universidade, a se sentir pressionado a preparar-se para uma atuação eficaz em seu campo profissional. Esta exigência, aliada à certeza de que nem todos serão absorvidos pelo mercado de trabalho, principalmente na realidade brasileira, pode gerar desconforto e ansiedade.

Estudantes de ensino superior da área da saúde formam uma população que merece especial atenção por apresentarem maior nível de ansiedade, quando comparados a outras áreas de ensino. Estes, incluindo os estudantes de enfermagem, possuem durante o período de graduação alguns fatores a mais que causam ansiedade. A experiência da prática clínica, o lidar com o ser humano, o contato com o sofrimento psíquico, a observação constante dos instrutores no cenário da prática, o medo de cometer erros, sentimentos de inadequação e falta de inclusão em grupos de pessoal clínico são destacados na literatura como os principais desencadeantes (MARCHI et al., 2013).

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## **5. CAMINHO METODOLÓGICO**

### **5.1 Abordagem e tipo de pesquisa**

Consta de um estudo de abordagem quantitativa, de tipologia exploratória e corte transversal. O método quantitativo é caracterizado pela quantificação nas modalidades de coleta de informação, como no seu tratamento por meio de técnicas estatísticas. Nesse tipo de pesquisa, é necessário amostras amplas e de informações numéricas (LAKATOS; MARCONI, 2008).

Nesse contexto, Gil (2008) aponta dentre as pesquisas exploratórias, aquelas cujo objetivo é desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores. São desenvolvidas com a finalidade de proporcionar visão geral, de tipo aproximativo, acerca de determinado fato. Este tipo de pesquisa é realizado especialmente quando o tema escolhido é pouco explorado e torna-se difícil sobre ele formular hipóteses precisas e operacionalizáveis.

Os estudos transversais apresentam uma estrutura semelhante à de um estudo de coorte, no entanto, o indivíduo é avaliado para o fator de exposição e a doença em uma única oportunidade, não existindo, período de seguimento dos indivíduos. Este tipo de estudo é apropriado para descrever características tanto individuais quanto coletivas de uma população no que diz respeito a determinadas variáveis e os seus padrões de distribuição (MEDRONHO et al., 2009).

### **5.2 Local da pesquisa**

A pesquisa foi realizada na Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, no Centro de Educação e Saúde, na Unidade Acadêmica de Enfermagem, através do respaldo do Curso de Bacharelado de Enfermagem, na cidade de Cuité – PB, localizada no Olho D'água da Bica, na região do Curimataú paraibano, a 2 km do centro do município de Cuité.

A cidade é localizada na microrregião do Curimataú Ocidental, apresenta uma área de 741.840 km<sup>2</sup>, seu bioma predominante é a caatinga e sua economia é voltada principalmente para a prestação de serviços. De acordo com o último censo do IBGE em 2010, Cuité apresenta uma População de 19.978 habitantes.

O *Campus* é composto por três unidades, sendo elas: Unidade Acadêmica de Saúde, Unidade Acadêmica de Enfermagem e Unidade Acadêmica de Educação. A Unidade Acadêmica de Saúde é responsável pelos cursos de Farmácia e Nutrição; A Unidade Acadêmica de Enfermagem engloba o Curso de Bacharelado em Enfermagem. A Unidade

Acadêmica de Educação é composta pelas licenciaturas de Biologia, Química, Matemática e Física. As características existentes sustentam as particularidades desse ambiente como: salas, iluminação e recursos humanos peculiares como professores e alunos.

Em 2005 foi implantado o *campus* da UFCG em Cuité com os cursos da área da educação, no entanto o curso de Enfermagem só foi implantado em 2007, o qual conta atualmente com 364 alunos matriculados no curso, divididos por 10 períodos.

### **5.3 Sujeitos da pesquisa**

Participaram deste estudo alunos matriculados no Curso de graduação em Enfermagem da UFCG, *campus* Cuité-PB que demonstraram interesse em participar, sem distinção de gênero. Foram utilizados como critérios de inclusão e exclusão, respectivamente. A amostra da pesquisa foi feita de forma aleatória, com base nos critérios de inclusão e exclusão citados abaixo.

- Critérios de inclusão:
  - Alunos maiores de 18 anos e devidamente matriculados no período de 2014.1;
  - Alunos que aceitaram participar da pesquisa voluntariamente.
- Critérios de exclusão:
  - Alunos que estavam em licença saúde, viajando e que trancaram o curso.

### **5.4 Coleta e Análise de dados**

Os dados foram coletados por meio da aplicação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado, IDATE (ANEXO I). Trata-se de um instrumento de pesquisa muito utilizado em diversas populações, tanto de base ambulatorial quanto de base populacional e está validado para a língua portuguesa. O IDATE foi desenvolvido por Spielberger e colaboradores (1970) na Universidade de Vanderbilt, traduzido e adaptado para o Brasil por Biaggio e Natalício (1979). O instrumento é uma escala de autorrelato que depende da reflexão consciente do sujeito no processo da avaliação do seu estado de ansiedade assim como de características de sua personalidade.

O Inventário de Ansiedade Traço-Estado – IDATE (Spielberg, Gorsuch, Lushene, Biaggio, & Natalício, 1970) visa à identificação de duas escalas distintas de ansiedade. A primeira parte foi elaborada para medir a ansiedade-estado e a segunda parte a ansiedade-traço. A escala de traço de ansiedade do IDATE consiste em 20 afirmações nas quais o



indivíduo descreve como geralmente se sente. A escala de estado de ansiedade também consiste em 20 afirmações, mas as instruções requerem dos indivíduos indicarem como se sentem no determinado momento na qual estão respondendo a escala, ou seja, como se sentem frente a uma determinada situação. É autoaplicável e pode ser administrado individualmente ou em grupo. Não há limite de tempo para ser respondido.

De acordo com este inventário, a escala estado requer que o participante descreva como se sente “agora, neste momento” em relação a 20 itens apresentados em uma escala Likert de 4 pontos: 1- absolutamente não; 2- um pouco; 3- bastante; 4- muitíssimo. De maneira semelhante, a escala traço também é composta de 20 itens, mas o participante recebe a instrução de que deve responder como “geralmente se sente”, de acordo com uma nova escala Likert de 4 pontos: 1- quase nunca; 2- às vezes; 3- frequentemente; 4- quase sempre.

Os escores da escala variam de 20 a 80 pontos, sendo que quanto maior a pontuação obtida, maior os níveis de ansiedade. Os pontos de corte adotados serão: abaixo de 33 equivale a estudantes sem sintomatologia ou ansiedade leve, entre 33 e 49 a sintomatologia é classificada como média e pontuação acima de 49 indica alta sintomatologia. (AGOSTINI, SAKAE, FELDENS, 2011).

A análise dos dados foi realizada com base nos percentuais encontrados e respaldada conforme literatura vigente. Durante a análise dos dados obtidos optou-se por dividir os questionários de acordo com os períodos do curso de Bacharelado em Enfermagem. Sendo assim para análise dos dados, os questionários foram agrupados em: turmas iniciantes (que corresponde aos discentes matriculados no 1º, 2º e 3º período do curso), turmas medianas (que corresponde aos discentes matriculados no 4º, 5º, 6º e 7º período do curso) e turmas concluintes (que corresponde aos discentes matriculados no 8º, 9º e 10º período do curso).

Além disso, foi aplicado juntamente com o IDATE, um questionário com questões subjetivas (APÊNDICE II), elaborado pelo autor desta pesquisa para saber, a opinião dos estudantes acerca de quais fatores levam a ansiedade, os sintomas que apresentam e o que fazem para minimizar.

Os dados foram analisados estatisticamente e apresentados sob forma de tabelas e gráficos, confrontado com literatura atual e pertinente.

## **5.5 Aspectos Éticos**

A eticidade do estudo teve como base as considerações da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde que regulamenta os princípios éticos da pesquisa científica envolvendo seres humanos.

Os aspectos éticos foram plenamente respeitados durante o desenvolvimento de nossa prática assistencial. Assim, fez-se necessário adotar alguns preceitos éticos:

- Informar aos alunos sobre o trabalho a ser desenvolvido, seus objetivos e a relevância do mesmo;
- Obter autorização do aluno através de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE I);

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) é um documento que informa e esclarece o sujeito da pesquisa de maneira que ele possa tomar sua decisão de forma justa e sem constrangimentos sobre a sua participação em um projeto de pesquisa. É uma proteção legal e moral do pesquisador e do pesquisado, visto ambos estarem assumindo responsabilidades.

Segundo regulamenta a Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012, entende-se por Processo de Consentimento Livre e Esclarecido todas as etapas a serem necessariamente observadas para que o convidado a participar de uma pesquisa possa se manifestar, de forma autônoma, consciente, livre e esclarecida. Os questionários foram aplicados individualmente e pessoalmente pela pesquisadora na Universidade Federal de Campina Grande, *Campus* de Cuité-PB e antes de serem submetidos à avaliação, os voluntários foram inteirados que o projeto teve consentimento do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), com CAA: 31045414.1.0000.5575 mediante as determinações da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde / Ministério da Saúde, e assinaram o TCLE para realização da pesquisa.

Dessa forma, os aspectos éticos que foram respeitados nessa pesquisa são: a garantia do anonimato dos participantes do estudo, assim como o sigilo das informações por estes prestadas; ser desenvolvida em indivíduos com autonomia plena, os quais poderão desistir da pesquisa em qualquer etapa, sem que nenhum prejuízo a este seja acarretado; esclarecer ao convidado a participar da pesquisa, a fim de familiarizar o participante com a proposta evidenciada no estudo e conseguir o consentimento do enfoque da pesquisa, assim como obter o TCLE; utilizar os dados obtidos nessa pesquisa exclusivamente conforme o consentimento do participante (BRASIL, 2012).

Foi construído um Termo de Autorização Institucional (ANEXO II) para direção do Centro de Educação e Saúde, assim como para a coordenação do Curso de Bacharelado em Enfermagem.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## **6. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Este capítulo compreenderá a apresentação e análise dos dados obtidos sobre ansiedade entre acadêmicos de enfermagem. Para iniciar, foi feita uma caracterização dos sujeitos da pesquisa, a distribuição dos discentes por turmas e, em seguida, os dados relativos à ansiedade na vivência dos acadêmicos. Posteriormente apresentam-se os sintomas de ansiedade referenciados pelos discentes, as situações promotoras de ansiedade e as estratégias de enfrentamento utilizadas para o alívio dos sintomas, dispostos através de tabelas e discutidos à luz da literatura. Os questionários foram aplicados na própria Universidade e em momentos distintos, pois algumas turmas estavam em atividades práticas. Procurou-se àqueles discentes que estavam realizando alguma atividade em sala. Dessa forma, os dados a seguir podem ter sofrido interferência, já que algumas turmas estavam em períodos de provas, enquanto outras estavam realizando terapias de grupo.

### 6.1 Caracterização dos Sujeitos da Pesquisa

Atualmente, estão matriculados no curso de Bacharelado em Enfermagem do *Campus Cuité* 364 alunos, divididos em 10 períodos, com duração de 5 anos. No entanto, ao realizar a pesquisa optou-se por uma amostra que compreendesse mais de 50% dos discentes do curso. Sendo assim, como a pesquisa foi feita de forma aleatória, com participação voluntária dos participantes, foram entrevistados 190 discentes do curso, o que corresponde a um valor percentual de 52,2% do total de alunos matriculados. A amostra foi composta por 44 estudantes do sexo masculino (23,2%) e 146 do sexo feminino (76,8%). A tabela a seguir mostra a caracterização dos sujeitos da pesquisa, quanto ao sexo, idade e proveniência.

**Tabela 1: Caracterização dos Sujeitos da Pesquisa, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**

SUJEITOS	SEXO		IDADE			PROVENIÊNCIA		
	M	F	18-24	25-30	NÃO R	CUITÉ	CIDADES	NÃO R
<b>Discentes</b>								
<b>Enfermag.</b>	44	146	151	26	13	30	141	19
<b>%</b>	23,2%	76,8%	79,5%	13,6%	6,9%	15,8%	74,2%	10%

Fonte: Dados da pesquisa.

Conforme se pode verificar pela análise da Tabela 1, a amostra é majoritariamente formada por estudantes do sexo feminino. As idades dos sujeitos da amostra oscilam entre o mínimo de 18 e um máximo de 30 anos, tendo 79,5% dos acadêmicos, idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos; o que, de fato, era esperado no universo em estudo.

As idades foram divididas em dois segmentos de faixa etária: de 18 a 24 anos e de 25 a 30, pois considerou-se os limites cronológicos da adolescência estabelecidos pela Organização das Nações Unidas (ONU) que é de 15 e 24 anos, critério este usado principalmente para fins estatísticos e políticos (EISENSTEIN, 2005).

Segundo a Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (ANDIFES, 2011), 75% dos estudantes universitários são jovens na faixa etária de até 24 anos. A média de idade manteve-se em 23 anos, porém, o maior agrupamento de estudantes está na faixa dos 21 anos de idade.

Na pesquisa, observou-se que a maioria dos alunos que responderam ao questionário é do sexo feminino. A enfermagem, ainda é uma profissão eminentemente feminina, e a prevalência deste sexo é um dado histórico, embora nos últimos anos esta realidade esteja mudando onde cada vez mais homens estão se inserindo nessa profissão.

Corroborando os dados acima, Ojeda et al., (2008) refere que a prevalência do sexo feminino nos Cursos de Enfermagem ainda é uma realidade no âmbito acadêmico, como explana o registro de matriculados do Curso de Graduação da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul em que o número de mulheres ultrapassa 85% do total de alunos.

Quanto à proveniência dos discentes, 141 (74,2%) são procedentes de outras cidades, e apenas 30 (15,8%) fazem parte da cidade de Cuité/PB, o que justifica a alta procura pelo *Campus*, sobretudo, porque este beneficia muitas pessoas do interior que não tinham condições de realizar um curso superior numa capital e os campos de expansão possibilitaram a inclusão em massa da população interiorana.

Assim sendo, Suliano (2013), ilustra em seu estudo que a presença do ensino superior nas regiões interioranas do país, em particular, da universidade pública, além de alterar os limites da escolaridade, colabora com o aumento de oportunidades e concorre para a contenção do movimento de migração rumo às capitais.

Com a criação de novos *campus* universitários, a demanda por um ensino superior se torna uma possibilidade concreta na vida desses estudantes, que vão em busca da realização dos seus objetivos, saindo de sua cidade de origem até o destino idealizado para sua formação

profissional, o que leva a migração dos jovens a outras cidades à procura de qualificação profissional.

O reconhecimento do papel da universidade como um instrumento de transformação social, desenvolvimento sustentável e inserção do país, de forma adequada, no cenário internacional, mobilizou os movimentos reivindicatórios de expansão da educação superior pública e gratuita. Vale ressaltar que o Reuni foi um impulso decisivo para o restabelecimento do papel do Estado de indutor da ampliação do ensino superior pela rede pública, o que expande as condições para reverter a atual característica de predominância de matrículas no setor privado (BRASIL, 2012a).

Deste modo, cidades universitárias tendem a receberem inúmeros estudantes a cada semestre. Os dados da ANDIFES (2011) apontam que a maioria dos discentes mora em casas mantidas pelos responsáveis, configurando que a renda familiar propicia condições financeiras favoráveis para que estas famílias possam manter pensões, repúblicas particulares e apartamentos para seus filhos.

Para uma melhor visibilidade e compreensão dos níveis de ansiedade entre os discentes de enfermagem, os sujeitos participantes da pesquisa foram divididos conforme o período ao qual estão matriculados. Dessa forma, os discentes matriculados entre primeiro ao terceiro período, correspondem aqueles que integram as turmas iniciantes, os alunos matriculados entre o quarto período até o sétimo, se caracterizam entre as turmas medianas, e aqueles matriculados no oitavo, nono ou décimo período estão entre as turmas concluintes.

**Tabela 2: Distribuição dos discentes por turmas, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**

<b>TURMAS INICIANTES</b> <b>(1° - 2° - 3° PERÍODO)</b>	<b>TURMAS MEDIANAS</b> <b>(4° - 5° - 6° - 7° PERÍODO)</b>	<b>TURMAS CONCLUINTE</b> <b>(8° - 9° - 10° PERÍODO)</b>
61 (32,1%)	59 (31%)	70 (36,9%)

Fonte: Dados da pesquisa.

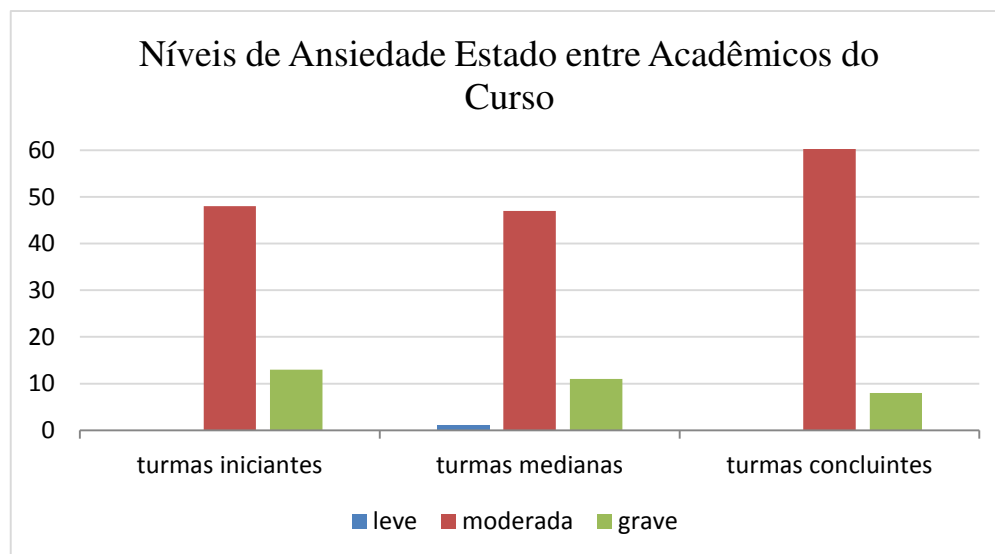
A ansiedade é descrita como um sentimento vago e desagradável de medo, caracterizado por desconforto ou tensão decorrente da antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho (GONÇALVES; HELDT, 2009). No entanto, os discentes estão submetidos às cobranças pessoais, familiares e sociais para obter um bom desempenho nos

estudos. Estas pressões podem gerar um estado de ansiedade prejudicial no que diz respeito à vida acadêmica. Com isso os dados coletados mostraram que os acadêmicos do curso de Bacharelado em Enfermagem apresentaram níveis de ansiedade leve, moderada e grave.

Sendo assim, através da aplicação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), pôde-se identificar, dentro das situações vivenciadas por estes discentes, os níveis de ansiedade leve, moderada e grave. Os gráficos foram divididos conforme os tipos de ansiedade, seja estado e/ou traço, de forma geral, de acordo com as situações que deixam estes estudantes ansiosos, sintomas que eles apresentam e estratégias que utilizam para aliviar a ansiedade.

O Gráfico 1, mostra a distribuição dos alunos que participaram do estudo, segundo os níveis de ansiedade estado.

**Gráfico 1: Níveis de Ansiedade Estado entre os Acadêmicos, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**



Fonte: Dados da pesquisa.

Em relação à ansiedade estado, a qual constitui uma condição emocional transitória, a pesquisa mostra que apenas 01 discente do curso de Enfermagem, das turmas medianas, apresentou ansiedade leve. As demais turmas apresentaram níveis de ansiedade estado moderada e grave. A pesquisa apresenta, também, que o nível de ansiedade grave nos acadêmicos foi baixo, se comparado à ansiedade moderada. Evidenciou-se que o índice de ansiedade é muito expressivo entre os discentes das turmas iniciantes, medianas e, principalmente, entre as turmas concluintes, onde observou-se os índices mais elevados no escore de ansiedade moderada.

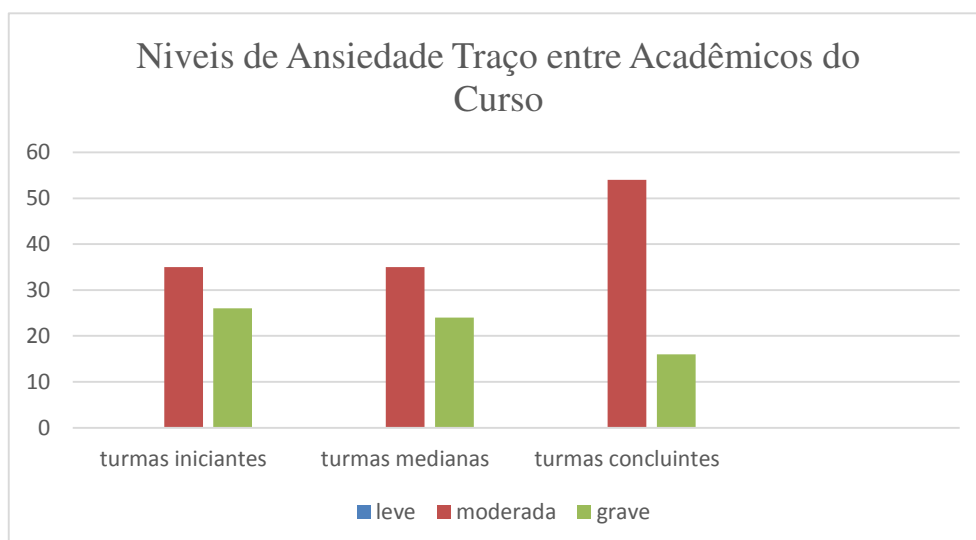
Vale destacar que a ansiedade estado é como geralmente os discentes se apresentam naquele exato momento, visto que, os alunos das turmas iniciantes e medianas podem demonstrar ansiedade devido, principalmente, às provas e trabalhos acadêmicos, fato este relatado pelos próprios discentes durante aplicação do questionário, o que corrobora Galdeano e Santos (2009), quando dizem que a realização de provas e a apresentação de trabalhos acadêmicos estabelecem situações estressantes para os alunos, sendo na maioria das vezes fatores de risco para o desenvolvimento da ansiedade.

Já os estudantes das turmas concluintes estão em atividades práticas específicas da área de enfermagem. Geralmente nos últimos períodos do curso, como o 9º e 10º, as disciplinas obrigatórias incluem os estágios supervisionados em serviços de saúde, em contato direto com o paciente, situação esta, também geradora de ansiedade.

Conforme Costa (2007), afirma que durante o período de estágio supervisionado, os acadêmicos apresentam-se inseguros no que diz respeito ao desempenho de atividades que poderão surgir, uma vez que, isto pode ocasionar angústia e insegurança nos mesmos. Enquanto os novos estudantes da universidade estariam mais preocupados em adaptarem-se as novas exigências e obrigações acadêmicas.

O Gráfico 2, refere-se aos níveis de ansiedade traço entre os acadêmicos do curso de Enfermagem, nas turmas iniciantes, medianas e concluintes.

**Gráfico 2: Níveis de Ansiedade Traço entre os Acadêmicos, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**



Fonte: Dados da pesquisa.



Quanto aos níveis de ansiedade traço, o qual é considerado um traço de personalidade e indica um padrão de comportamento da pessoa, foi observado que as turmas iniciantes, medianas e concluintes, apresentaram níveis de ansiedade traço moderado e grave, no entanto foi considerado o maior, que foi o moderado.

Os estudantes correspondentes às turmas concluintes se destacaram por apresentarem níveis elevados de ansiedade moderada. No entanto os acadêmicos do 9º e 10º período, particularmente, apresentam ansiedade maior devido estarem no último ano do curso, assim como estão apenas em estágio profissionalizante e produção do Projeto de Trabalho de Conclusão do Curso, sem as disciplinas teóricas. Ademais, por estarem em situação de pré-ingresso no mercado de trabalho, podem sentir as barreiras que, muitas vezes, impedem a realização de planos ligados ao futuro profissional, e tudo isso reflete, em sua maioria, no surgimento da ansiedade em nível moderado.

Uma das dificuldades do *campus* de expansão de Cuité/PB é não possuir uma estrutura de rede de atenção à saúde suficiente para comportar os alunos, principalmente nos dois últimos períodos do curso, pelo fato do município não possuir um serviço de saúde disponível de alta complexidade, e em virtude disso se faz necessário o deslocamento dos estudantes para outras cidades de maior porte para exercer o estágio supervisionado I e II, como por exemplo, Campina Grande/PB e Picuí/PB, bem como a questão de ter que se deslocar para Cuité/PB para ter orientação do Trabalho de Conclusão de Curso, é considerada outra dificuldade.

Ciente dessas expectativas do mercado, o estudante começa, ainda na universidade, a se sentir pressionado a preparar-se para uma atuação eficaz em seu campo profissional. Esta exigência, aliada à competitividade do mercado de trabalho pode ocasionar a ansiedade.

Vale ressaltar que os níveis moderados e graves tanto da ansiedade traço, como ansiedade estado, se mostraram elevados, permitindo assim refletir que há uma interrelação entre os dois tipos de ansiedade, e que muitas vezes momentos de ansiedade podem gerar padrões de comportamentos ansiosos, assim como o traço de personalidade ansioso pode interferir nas situações do cotidiano.

De maneira geral, considerando a definição de traço de ansiedade, pode-se dizer que a maioria dos estudantes tem tendência moderada de apresentar elevações dos níveis de ansiedade em situações ameaçadoras.

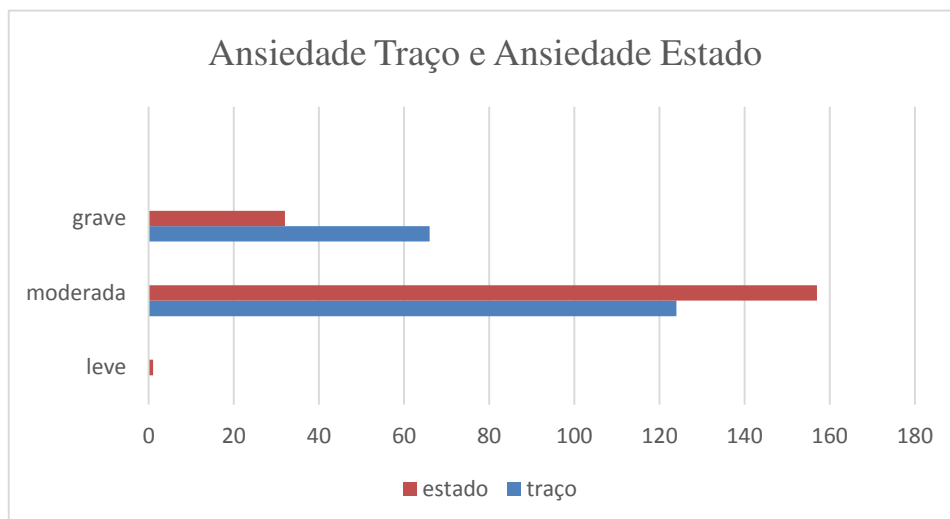
Conforme Ferreira et al., (2009), no âmbito do Ensino Superior, é possível imaginar que períodos de transição como a entrada na universidade e o período que antecede à formatura sejam vistos como situações ameaçadoras e possam intervir negativamente sobre

aspectos cognitivos como o processo de aprendizagem, a redução de atenção e da concentração, diminuindo, assim, a aquisição de habilidades.

Revisões de literatura no contexto acadêmico, que delineiam estudos brasileiros e internacionais, apontam percentuais entre 15% a 29% de estudantes universitários apresentando algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua vida acadêmica. (CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005).

O Gráfico 3 apresenta um apanhado geral dos escores relacionados à ansiedade traço e estado dos discentes de Enfermagem.

**Gráfico 3: Níveis de Ansiedade Traço e Estado entre os Acadêmicos, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**



Fonte: Dados da pesquisa.

De acordo com a apresentação de forma geral dos níveis de ansiedade traço e estado entre todos os sujeitos participantes da pesquisa, observou-se a ausência da ansiedade leve tipo traço, e no tipo estado os níveis foram de leve, moderado e grave. Pôde-se observar, ainda, que o nível de ansiedade moderada é quem mais acomete a população estudantil de maneira geral.

Somente um discente do curso apresentou ansiedade - estado leve, o que equivale a 0,52%. O que mais chamou a atenção foi tanto a ansiedade traço como a estado de nível moderado, uma vez que foram encontrados percentuais elevados no que se refere à ansiedade - estado, sendo 82,6% e 65,2% de traço, entre os acadêmicos do curso de Enfermagem.

Conforme os dados obtidos da amostra, observou-se que a ansiedade - estado moderada foi maior que a ansiedade traço. Da mesma forma, os níveis de ansiedade grave foram maiores na ansiedade traço, o que vale refletir a respeito das condições sociais e vivências desse aluno antes da entrada na faculdade, como também fora do ambiente acadêmico. O apoio a esses alunos pode ser decisivo quando se percebe que a ansiedade é alta o bastante para prejudicar o desempenho ou alterar o aspecto emocional do aluno.

É dentro dessa perspectiva que alguns pesquisadores entendem que quando o adolescente vai ingressar no mercado de trabalho e se depara com estatísticas tão ameaçadoras, em relação ao desemprego e às condições de vida nas grandes metrópoles, isso pode representar fonte de estresse e ansiedade e ocasionar o desenvolvimento de transtornos (GAMA et al., 2008).

Ferreira et al., (2009), buscando avaliar a ansiedade traço e a ansiedade estado de estudantes universitários, encontraram em sua pesquisa que alunos das áreas biomédicas em comparação com as áreas humanísticas e tecnológicas apresentaram os índices mais elevados de ansiedade. As autoras afirmam que o acúmulo de carga horária e demandas acadêmicas desta área são desencadeadores de ansiedade nos discentes.

Diante do exposto, é de suma importância a participação do professor perante a ansiedade do aluno, pois a observação constante daquele, atento ao comportamento e ao desempenho do discente, pode levá-lo a fazer uma triagem para a avaliação da ansiedade.

## **6.2 A ansiedade e situações ansiogênicas**

Além do questionário IDATE, foi aplicado outro questionário com questões subjetivas com os discentes que detinha de três questionamentos, todos de cunho pessoal acerca da ansiedade, situações que deixam os discentes ansiosos, sinais e sintomas, e estratégias que aliviam a ansiedade. A partir dela, foi possível extrair os dados que serão expostos a seguir. No questionário, os discentes citaram mais de uma situação produtora de ansiedade, como também foi citado mais de uma estratégia de enfrentamento. Portanto, a tabela a seguir, representa valores das situações que foram citadas mais vezes.

A maioria dos discentes citou as provas, como uma das principais situações ansiogênicas. Outros responderam que seminários, o ato de falar em público, a espera por algum resultado e problemas familiares, com amigos e/ou relacionamento, também são circunstâncias geradoras de ansiedade.

**Tabela 3: Situações que causam ansiedade, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**

<b>PROVAS</b>	<b>95</b>
<b>SEMINÁRIOS</b>	<b>65</b>
<b>PROBLEMAS FAMILIARES/ AMIGOS/</b>	<b>58</b>
<b>RELACIONAMENTO</b>	
<b>FALAR EM PÚBLICO</b>	<b>40</b>
<b>ESPERAR ALGUM RESULTADO</b>	<b>37</b>

Fonte: Dados da pesquisa, julho.

Martinez et al., (2000), afirmam que, em pesquisa realizada no Brasil com estudantes universitários, 90,69% da amostra estudada apresentou preocupações referentes ao medo de falar em público e lidar com superiores.

Ainda em consonância com os referidos autores, as exigências acadêmicas de apresentação de trabalhos e seminários em sala de aula ou mesmo exposição de opiniões em grupo, são frequentes na vida universitária, podendo gerar elevado nível de ansiedade entre os discentes.

As situações que exigem do aluno o falar em público, seja durante a apresentação de seminários e trabalhos acadêmicos, ou avaliações orais e participação durante as aulas, são provocadoras de ansiedade excessiva. Estes estudantes podem apresentar prejuízos em seu desempenho acadêmico, dificuldades de relacionamento, o que reflete, de modo geral, na diminuição do aproveitamento estudantil.

### **6.3 Ansiedade e seus sintomas**

Sabe-se, portanto, que ao vivenciar a ansiedade, os indivíduos podem apresentar uma variedade de sintomas, e essa manifestação se apresenta de forma singular em cada pessoa. Dessa forma, sentiu-se a necessidade de conhecer quais os sintomas de ansiedade relatados pelos entrevistados, como mostra a tabela a seguir.

Diante de tudo, Saraiva e Quixadá (2013), afirmam que, ao ingressar na faculdade, o adolescente/jovem se depara com um mundo novo, envolto a uma transformação que exige apoio psicológico, força física e mental, sobretudo, porque, do contrário, haveria perda de objetivo, estresse e ansiedade, pois na universidade ainda encontra-se uma formação fragilizada do jovem.

**Tabela 4: Sintomas de ansiedade, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**

AUMENTO DA SUDORESE	75
INQUIETAÇÃO	60
TAQUICARDIA	44
INSÔNIA	32
NERVOSISMO	30

Fonte: Dados da pesquisa.

De acordo com Fioravanti (2006), na ansiedade estão presentes manifestações somáticas reguladas pelo sistema nervoso autônomo, incluindo aumento da frequência cardíaca e respiratória, aumento da sudorese e redistribuição do fluxo sanguíneo das vísceras para os músculos e cérebro. Tal estudo condiz com o de Silva (2009), o qual assevera que, quanto à avaliação da ansiedade, este termo envolve sensações de medo, sentimentos de insegurança e apreensão, pensamento contido por catástrofe ou incompetência pessoal, aumento de vigília ou alerta, um sentimento de constrição respiratória levando à hiperventilação, tensão muscular acarretando dor, tremores e inquietação, bem como uma diversidade de desconfortos somáticos decorrentes da hiperatividade do sistema nervoso autônomo.

A ansiedade é um sentimento caracterizado por desconforto ou tensão decorrente da antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. O organismo, neste momento, costuma expor respostas fisiológicas ao viver a situação geradora de ansiedade; entre elas: taquicardia, alteração na respiração e pressão arterial, tensão muscular, assim como inquietação, estremecimentos, tremores e sudorese excessiva (GONÇALVES; HELDT, 2009).

Portanto, a ansiedade pode trazer como consequências deletérias para a vida do aluno os recorrentes questionamentos sobre as ameaças ao futuro, ao desempenho, à auto-eficácia, etc. Para a maioria dos acadêmicos, a universidade é um espaço novo, no qual ingressam em sua maioria muito adolescentes, saindo de escolas onde o ritmo de estudo é diferente e onde há menos competição, menos exigência de autonomia, o que naturalmente gera insegurança. Ainda, passam a lidar com as cobranças dos familiares por projetos futuros. Não é possível identificar se são as questões acadêmicas ou outros fatores pessoais e familiares os desencadeadores destes sintomas, mas, de qualquer forma, presume-se que haja influência

destes em todos os âmbitos de vida do aluno, causando um quadro de preocupação em relação à trajetória acadêmica do discente (BRANDTNER; BARDAGI, 2009).

Conforme Carvalho et al., (2004) relatam que a ansiedade, ao mesmo tempo em que acarreta tensão, estresse e desconforto físico e mental, faz com que o aluno tenha mais interesse em aprender e a estudar. A preocupação do aluno com os próprios objetivos, o domínio do conteúdo e a autoconfiança são fatores que podem favorecer à redução da ansiedade, pois permitem que o discente reflita e desmistifique a avaliação.

#### **6.4 Estratégias para alívio dos sintomas de ansiedade**

Ainda durante a entrevista, foram questionadas quais as estratégias os estudantes utilizam para minimizar os sintomas de ansiedade, onde foram dispostas na tabela a seguir.

O fato de o indivíduo identificar subjetivamente a ansiedade e classificá-la em um determinado nível pressupõe que esteja usando estratégias de enfrentamento. Os discentes listaram, com suas próprias palavras, os mecanismos utilizados para reduzir a ansiedade no momento em que percebem aumentar o seu nível.

Na tabela a seguir apresenta-se as quatro estratégias mais citadas expressadas pelos acadêmicos para minimizar e abrandar os sintomas da ansiedade, além dessas ainda foram referidas outras.

**Tabela 5: Estratégias para minimizar a ansiedade, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Centro de Educação e Saúde, julho, 2014, (N=190).**

<b>OUVIR MÚSICAS</b>	<b>41</b>
<b>CONVERSAR COM AMIGOS/FAMILIARES</b>	<b>36</b>
<b>EXERCÍCIO DE RESPIRAÇÃO/RESPIRAR FUNDO</b>	<b>33</b>
<b>COMER</b>	<b>22</b>

Fonte: Dados da pesquisa.

Sendo assim, Barros et al., (2003), reforçam no seu estudo que, as estratégias utilizadas por enfermeiros para minimizar a ansiedade no seu cotidiano são: ouvir música, ver

tv, tomar ducha, rezar, fazer compras, sair com amigos e conversar, viajar, ir ao cinema, estudar, cantar, comer muito, praticar esporte, dentre outras.

Estudos de Brandtner e Bardagi (2009), apontam abordagens de sucesso que podem ser utilizadas para ajudar o aluno a enfrentar as situações reconhecidas como ameaçadoras, como no caso da execução de provas ou o início de um estágio; o que corrobora o estudo de Carvalho et al., (2004). Dentre esses aspectos, destacam-se: a atenção individualizada, a construção de um espaço que favoreça o ensino individualizado e o estreitamento do relacionamento entre o docente e o discente, o reforço positivo e a existência de um serviço de apoio psicológico ao aluno.

Nesse sentido, além do oferecimento de serviços de apoio ao aluno, que muitas vezes encontram-se longe de casa, ou não sabem a quem pedir auxílio, é importante analisar as condições psicológicas dos estudantes durante a graduação, especialmente a presença de sintomas de ansiedade e depressão, considerados os mais comuns quando se avaliam transtornos específicos (BRANDTNER; BARDAGI, 2009).

Ainda, os autores acima ressaltam a importância de um bom preparo inicial do aluno que ingressa na universidade e uma boa acolhida por parte da instituição e do curso, inclusive como prevenção de problemas psicológicos futuros.

Conforme Galdeano e Santos (2009), é de suma importância que o professor oriente o aluno durante o processo ensino-aprendizagem, esclarecendo o objetivo das provas e evitando manter pressões sobre o tempo, visto que o professor e o uso correto de táticas de aprendizagem podem motivar o aluno no método de aprendizagem e no controle da ansiedade, favorecendo-lhe o desempenho escolar.

Portanto, percebe-se a importância destes serviços de apoio ao aluno, assim como a atenção dos professores e demais funcionários das unidades acadêmicas aos estudantes a fim de contribuir para um melhor desempenho na vida acadêmica.

Para Todres (2006), a música age como um estímulo em competição com a dor, distrai o paciente e desvia sua atenção da dor, modulando, desta forma, o estímulo doloroso. Mostrou-se que a música é capaz de reduzir índices elevados de ansiedade, o que afirma esta pesquisa.

É de extrema relevância a rede de apoio social, no alívio dos sintomas de ansiedade, no manejo, uma vez que, ela dá suporte emocional aos acadêmicos. Segundo Sluzki (2003), existem muitas evidências de que uma rede social estável, ativa e confiável protege as pessoas contra doenças, acelera os processos de cura e aumenta a sobrevivência, sendo assim, geradora de saúde.

Vale ressaltar que a ansiedade é um fator intrínseco, que faz parte da nossa existência. Aprender a lidar com a ansiedade e saber agir sob seu efeito é um recurso importante para se obter bons resultados nas diversas situações da vida.

Assim sendo, a descoberta precoce das dificuldades pessoais e de adaptação entre os alunos pode contribuir para um enfrentamento mais eficiente destes problemas no âmbito acadêmico (BRANDTNER; BARDAGI, 2009).

O enfrentamento aparece focado na emoção, que consiste em ajustar o estado emocional por meio de atitudes que permitam pensar e agir, como por exemplo, exteriorizar falando com alguém e não recorrer ao evitamento ou chegar a extremos comportamentos patogênicos. Ainda, pode ser focado no problema, que está referente a alteração do indivíduo e sua relação com o ambiente por meio de esforços que permitam lidar adequadamente com as situações de ansiedade, formulando planos de ação, afirma Ramos e Carvalho (2007).

Os principais tipos são a valorização dos relacionamentos interpessoais, a relação estudo-lazer equilibrada, a coordenação do tempo, os cuidados com a saúde, alimentação e o sono, o exercício físico, a religiosidade e procura por assistência psicológica, expostos por Bardagi e Hutz, (2011), corroborando esta pesquisa.

Os acadêmicos de enfermagem participantes dessa pesquisa procuram enfrentar e modificar as situações de ansiedade ouvindo músicas, comendo além do comum, respirando fundo e tentam controlar as consequências da ansiedade utilizando-se de alternativas, como conversar com amigos ou familiares.

Por fim, é de extrema necessidade reconhecer o “estar ansioso” para então criar ou aplicar estratégias que busquem diminuir ou amenizar os sintomas. Através dos meios já utilizados pelos acadêmicos, torna-se evidente que a ansiedade é um fator presente na vida desses jovens, sendo de suma importância que a universidade possa também oferecer outras táticas de cuidado, como por exemplo, um serviço mais ampliado de apoio psicológico.



Fonte: Google Imagens, 2014.

---

## **7. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os objetivos deste estudo foram avaliar o nível de ansiedade entre os acadêmicos do Curso de Bacharelado de Enfermagem do *campus* de Cuité/PB, avaliar os tipos de ansiedade, identificar situações, consideradas como fontes geradoras de ansiedade e conhecer as estratégias conscientes que estes usam para diminuir tais níveis de ansiedade, dependendo da situação vivenciada. Observando os dados, pode-se verificar que a ansiedade é apontada em níveis leve, moderado, e grave.

A ansiedade, conforme os autores se dividem em dois componentes: Ansiedade Estado e Ansiedade Traço. A do tipo Estado refere-se a uma reação ou resposta emocional que é evocada em um indivíduo que percebe uma situação particular como pessoalmente perigosa ou ameaçadora. Já a Traço é uma característica estável do indivíduo.

O estudo atingiu seus objetivos propostos, qualificando a ansiedade e abordando os principais sinais e sintomas da população dada e relatando suas principais estratégias que ajudam a minimizar a ansiedade, deste modo, foi possível discutir os dados obtidos corroborando demais estudiosos.

Este estudo traz contribuições em relação à temática abordada, ao demonstrar a presença de diferentes níveis de ansiedade em estudantes de enfermagem, com alta porcentagem de alunos com ansiedade moderada e grave.

Pode-se observar durante a pesquisa que a maioria dos discentes que participaram voluntariamente é predominantemente do sexo feminino, uma vez que a enfermagem é uma profissão eminentemente feminina. Portanto é visível e comprovada a clara predominância das mulheres em relação aos homens no campo da Enfermagem, cujas raízes são históricas, ligadas ao preconceito e ao papel social desempenhado por homens e mulheres ao longo da história, o que corrobora demais estudos.

Por ser considerado um *Campus* de extensão e expansão, a maioria dos discentes são provenientes de outras cidades, visto que, é uma região interiorana e que oferece um suporte melhor para a maioria das famílias que possuem baixa renda familiar. Porém, assim como todo local apresenta suas vantagens e desvantagens, observou-se na pesquisa que os discentes das turmas concluintes (8º, 9º e 10º), necessitam se deslocar para cidades vizinhas, como por exemplo, os do 9º e 10º períodos que estão respectivamente nos Estágios Supervisionados I e II, isto porque, o município não oferece um serviço de saúde de alta complexidade, sendo necessário essa migração para hospitais de maior porte.

O estudante de regiões interioranas possui uma baixa renda familiar, a qual influi significativamente, pois como moram longe de casa, em pensionatos, casas alugadas ou apartamentos, embora seja um curso realizado no interior, que possui um *campus* de extensão

bem conceituado, faz-se necessário os gastos para poder se manter fora de casa e longe dos responsáveis. Daí surge a preocupação com a família, a saudade de estar longe de casa e dos pais, e isso tudo pode levar a um quadro de ansiedade.

Na análise comparativa entre as turmas iniciantes, medianas e concluintes, foi observado que as turmas concluintes demonstram um maior nível de ansiedade moderada, uma vez que a ansiedade no último período pode ser por insegurança porque durante os períodos onde tinha atividades teórico-práticas, tal prática possuía uma carga horária reduzida, devido o serviço de saúde insuficiente no município. Existe também a questão de ter que se deslocar para Cuité/PB para ir para orientação e depois voltar novamente para o estágio, gerando um moderado grau de ansiedade. Sobretudo, pode perceber que a Ansiedade Moderada foi presente em ambos os tipos de ansiedade.

Para a maioria dos discentes, a universidade é um ambiente novo, no qual ingressam em sua maioria muitos jovens, saindo de escolas onde o ritmo de estudo é diferente e onde há menos competição, menos exigência, o que naturalmente gera insegurança e medo. Ainda, passam a lidar com as cobranças dos familiares por projetos futuros.

Sendo assim, os acadêmicos citaram no estudo situações que os deixavam ansiosos, dentre as quais se pode destacar: provas, seminários, problemas familiares, com amigos ou no relacionamento, falar em público, e a espera por algum resultado.

Não é possível identificar se são as questões acadêmicas ou outros fatores pessoais e familiares os desencadeadores destes sintomas, mas de qualquer forma presume-se que haja interferência destes em todos os âmbitos de vida do estudante, gerando um quadro de preocupação em relação à trajetória acadêmica do aluno.

A partir destas situações os acadêmicos apontaram como sinais e sintomas que apresentavam frente à ansiedade, o aumento da sudorese, inquietação, taquicardia, insônia e nervosismo, o que corrobora demais estudos discutidos na pesquisa. Contudo, eles usam algumas estratégias para aliviar a ansiedade, como por exemplo, em sua maioria, ouvir músicas.

É preciso considerar algumas limitações do estudo. Inicialmente, por ter sido realizado com um número limitado de sujeitos e em apenas um dos campos da universidade, seus resultados devem ser vistos com cautela, uma vez que não podem ser generalizados para a totalidade da população universitária.

Visto que os níveis de ansiedade entre os alunos estão entre moderado e grave, é de suma importância que mais estudos na área sejam realizados, e possam abranger maior número de alunos, bem como cursos e áreas. Especificamente, sugiro a realização de estudos

longitudinais em que os alunos sejam acompanhados ao longo da graduação, com avaliações periódicas da saúde emocional, assim como serviços ampliados de apoio psicológico, e que a universidade disponibilize recursos que possam dar um suporte maior de aprendizado para os acadêmicos.

Deste modo, espera-se que este estudo possa contribuir de maneira significativa para um maior conhecimento sobre a ansiedade pela população universitária, incluindo principalmente os professores e gestores da universidade, para que invistam em estratégias de atenção e cuidado para a clientela discente.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

**REFERÊNCIAS**

AGOSTINI, P.; SAKAE, T. M.; FELDENS, V. P. **Prevalência de sintomas ansiosos em pacientes em consultório de anestesia de Tubarão.** Associação Médica Brasileira – AMB. Arquivos Catarinenses de Medicina. v. 40, n°. 1, Santa Catarina, 2011. <Disponível em: <http://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/847.pdf>> Acesso em: 14 jul.2014.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS DIRIGENTES DAS INSTITUIÇÕES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR (ANDIFES). **Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Universidades Federais Brasileiras,** 2011.

ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. **Os estudantes universitários: Sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial.** In E. Mercuri & S. A. J. Polydoro (Orgs.), Estudante universitário: Características e experiências de formação (pp.15-40). Taubaté, SP: Cabral. 2003. Disponível em: <<http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/12086/1/Almeida%20%26%20Soares%2c%202004.pdf>> Acesso em: 14 jul. 2014.

BALLONE, G. J.; **Ansiedade.** PsiqWeb, 2005. Disponível em: <<http://virtualpsy.locaweb.com.br/index.php?art=181&sec=96>> Acesso em: 14 nov. 2013.

BAPTISTA, A.; CARVALHO, M.; LORY, F. **O medo, a ansiedade e as suas perturbações.** Psicologia v.19 n.1-2, Edições Colibri, Lisboa, pp. 267-277, 2005. Disponível em: <[http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S0874-20492005000100013&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S0874-20492005000100013&script=sci_arttext)> Acesso em: 29 jul. 2014.

BARROS, A. L. B. L. et al. Situações Geradoras de ansiedade e estratégias para seu controle entre enfermeiras: estudo preliminar. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** v.11 n.5, p. 585-92, 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692003000500004&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692003000500004&script=sci_arttext)> Acesso em 14 jul. 2014.

BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. Evasão universitária e serviços de apoio ao estudante: Uma breve revisão da literatura brasileira. **Psicologia Revista**, 14, 279-301, 2005. Disponível em: <<http://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/18107/13463>> Acesso em: 10 jul. 2014.

BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. Eventos Estressores no Contexto Acadêmico: Uma Breve Revisão da Literatura Brasileira. **Interação em Psicologia.** Florianópolis-SC, 2011. Disponível em: <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/psicologia/article/view/17085/16424>> Acesso em: 20 jul. 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução 466 de 12 de dezembro de 2012.** Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos. Brasília, 2012. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>> Acesso em: 07 jan. 2014.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Relatório da Comissão Constituída pela Portaria nº 122, de 14 de maio de 2012. **Análise sobre a Expansão das Universidades Federais 2003 a 2012,** Brasília, 2012a. Disponível em: <[file:///C:/Users/Thayanne%20Nobrega/Downloads/analise\\_expansao\\_universidade\\_federais\\_2003\\_2012.pdf](file:///C:/Users/Thayanne%20Nobrega/Downloads/analise_expansao_universidade_federais_2003_2012.pdf)> Acesso em: 15 ago. 2014.

BRANDTNER, M., BARDAGI, M. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. **Rev Interinstitucional Psicol.** v.2, p.81-91, 2009. Disponível em:

<<http://www.fafich.ufmg.br/gerais/index.php/gerais/article/viewFile/67/49>> Acesso em: 07 ago. 2014.

BIAGGIO, A. M. B.; NATALÍCIO, L. **Manual para o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)**. Rio de Janeiro: Centro Editor de Psicologia Aplicada (CEPA), 1979.

CARVALHO, R., FARAH, O. G. D., GALDEANO, L. E. Níveis de ansiedade de alunos de graduação frente à primeira instrumentação cirúrgica. **Rev Latino-Am. Enferm.** 2004 nov-dez; v. 12, n. 6, p. 918-23. Disponível em: <

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692004000600011](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692004000600011)> Acesso em: 02 ago. 2014.

CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia**, 10(3), 413-420, 2005.

Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26110310>> Acesso em: 14 nov. 2013.

CERCHIARI, E. A. N., CAETANO, D. & FACCENDA, O. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. **Psicologia Ciência e Profissão**, 25(2), 252-265, 2005.

Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282021732008>> Acesso em: 14 nov. 2013.

COSTA, A. L. S. Estresse em Estudantes de Enfermagem: Construção dos Fatores Determinantes. **REME – Rev. Min. Enf**, pág. 414-419, 2007. Disponível em:

<<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=525516&indexSearch=ID>> Acesso em: 25 jul. 2014.

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.** In *Millenium*, n.º 32, pp. 197-210, 2004. Disponível em: <

[http://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/413/1/N%C3%ADveis\\_de\\_ansiedade\\_e\\_depressao.pdf](http://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/413/1/N%C3%ADveis_de_ansiedade_e_depressao.pdf)> Acesso em: 14 nov. 2014.

DIAS, M., I. **O treino de relaxamento como potenciador de sucesso educativo em jovens do 3.º ciclo.** 2007, 119 folhas. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, Coimbra, 2007.

EISENSTEIN, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolescência & Saúde.** v. 2, n.2, junho 2005. Disponível em: <

[http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe\\_artigo.asp?id=167](http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=167)> Acesso em: 02 ago. 2014.

FERREIRA, C. L., et al. Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. **Ciência & Saúde Coletiva**, 14(3):973-981, 2009.

Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232009000300033](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232009000300033)> Acesso em: 12 jan. 2014.

FIORAVANTI, A. C. M.; et al. Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE. **Revista Avaliação Psicológica**, 5(2), pp. 217-224, 2006. Disponível em: < [http://www.nnce.org/Arquivos/Artigos/2006/fioravanti\\_et al\\_2006.03.pdf](http://www.nnce.org/Arquivos/Artigos/2006/fioravanti_et al_2006.03.pdf)> Acesso em: 12 jan. 2014.

GALDEANO, L. E., SANTOS, M. D. L. Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. **Rev. Min. Enferm.**; v.13, n. 1, p. 76-83, jan./mar., 2009. Disponível em: < <http://reme.org.br/artigo/detalhes/165>> Acesso em: 23 jul. 2014.

GAMA, M. M. A. et al.; Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 30, n.1, p.19-24, 2008. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-81082008000100007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-81082008000100007&script=sci_arttext)> Acesso em: 23 jul. 2014.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GONÇALVES, D. H.; HELDT, E. Transtorno de Ansiedade na Infância como Preditor de Psicopatologia em Adultos. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre (RS) set;30(3):533-41, 2009. Disponível em: < <http://seer.ufrgs.br/index.php/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/7568/6973>> Acesso em: 02 ago. 2014.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Diretoria de pesquisa-DPE. **Coodenação de População e Indicadores Sociais- COPIS**. IBGE, 2010. Disponível em:<<http://www.ibge.gov.br/cidadesat/xtras/perfil.php?codmun=250510&search=paraibalcuit%E9>>. Acesso em: 20 fev. 2014.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Metodologia científica**. 5 ed. - São Paulo : Atlas 2008.

LACERDA, A. **Redes de Apoio Social no Sistema da Dívida: Um Novo Olhar Sobre a Integralidade do Cuidado no Cotidiano de Trabalho do Agente Comunitário de Saúde**. (Tese de Doutorado). Fundação Oswaldo Cruz –FIOCRUZ. Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca, Rio de Janeiro, 2010, 201 p. Disponível em: < [http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select\\_action=&co\\_obra=203231](http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select_action=&co_obra=203231) > Acesso em: 20 fev. 2014.

MARCHI, K. C. et al. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Rev. Eletr. Enf.** 2013 jul/set; v.15 n.3, p.731-9. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v15i3.18924> > Acesso em: 13 nov. 2014.

MARTINEZ, A. et al.; Ansiedade Social em estudantes universitários: preocupações mais emergentes. **Revista Unicastelo**, v. 3,p. 185-192, maio, 2000. Disponível em: < <http://cev.org.br/biblioteca/revista-unicastelo-2000-n3/>> Acesso em: 02 ago. 2014.

MEDRONHO, R. A. **Epidemiologia**. 2. ed. São Paulo: Editora Atheneu, 2009.



NETO, G. C. **Avaliação da ansiedade em enfermeiros da atenção básica em um distrito sanitário no município de João Pessoa – PB.** Projeto de pesquisa (Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba), 2013.

OJEDA, B. S., et al. Saberes e Verdades acerca da enfermagem: Discursos de Alunos ingressantes. **Rev. Brasileira de Enfermagem.** , Brasília, 2008, jan-fev; v. 61,n. 1, p: 78-84. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672008000100012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672008000100012&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 02 ago. 2014.

OLIVEIRA, M. A.; DUARTE, A. M. M. Controle de respostas de ansiedade em universitários em situações de exposições orais. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v.6, n. 2, p. 183-199, 2004. Disponível em: <<http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/viewFile/56/45>> Acesso em: 13 nov. 2013.

PRIMO, C.C.; AMORIM, M. H. C. Efeitos do relaxamento na ansiedade e nos níveis de IgA salivar de puérperas. **Revista Latino-americana de Enf.**, janeiro-fevereiro. V.16, n.1, 2008. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692008000100006&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692008000100006&script=sci_arttext&tlng=pt)> Acesso em: 13 nov. 2013.

RAMOS, S. I. V.; CARVALHO, A. J. R. Nível de *stress* e estratégias de *coping* dos estudantes do 1º ano do ensino universitário de Coimbra. **Portal dos Psicólogos.** Coimbra. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0368.pdf>> Acesso em: 07 ago. 2014.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A. **Kaplan e Sadock - Compêndio de Psiquiatria - Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica.** 9ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2007, 1584p.

SARAIVA, A. M.; QUIXADÁ, L. M. **Realização, Sofrimento, Saúde e Adoecimento:** Algumas Reflexões sobre o Estudante e sua Trajetória Universitária, 2013. Disponível em: <<http://www.uece.br/setesaberes/anais/pdfs/trabalhos/988-07082010-135554.pdf>> Acesso em: 17 fev. 2014.

SILVA, T. V. P. **Percepção do risco de cancro da mama e ansiedade-traço em estudantes universitárias** - Dissertação de Mestrado, 2009. Disponível em: <<http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/55021/2/72882.pdf>> Acesso em: 13 jul. 2014.

SLUZKI, C. E. **A rede social na prática sistêmica: alternativas terapêuticas.** 2ª Ed. São Paulo (SP): casa do Psicólogo; 2003.

SOARES, A. P. et al. Modelo multidimensional de ajustamento de jovens ao contexto universitário (MMAU): Estudo com estudantes de ciências e tecnologias *versus* ciências sociais e humanas. **Análise Psicológica**, vol. 24, nº1, p.15-28, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/aps/v24n1/v24n1a03.pdf>> Acesso em: 23 jan. 2014.

SOARES, A. B.; MARTINS, J. S. R. **Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular.** Paideia jan.-abr. 2010. v. 20, n. 45, p. 57-62. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-863X2010000100008&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-863X2010000100008&script=sci_abstract&tlng=pt)> Acesso em: 14 jul. 2014.

SPIELBERGER, C. D.; GORSUCH, R. L.; LUSHENE, R. E. **Inventário de ansiedade traço-estado – IDATE**. Rio de Janeiro: Cepa; 1970. Disponível em: <<http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpa/article/viewFile/17827/16571>> Acesso em 13 nov. 2013.

SULIANO, D. C. **Expansão e Interiorização da Universidade Federal do Ceará (UFC): Avaliação das repercussões educacionais e sociais**. 2013. 140f. Dissertação (Mestrado) – Mestrado em Políticas Públicas e Gestão da Educação Superior, Fortaleza-CE. Disponível em: <<http://www.repositorio.ufc.br/ri/bitstream/riufc/7995/1/2013-DIS-DCSULIANO.pdf>> Acesso em: 29 jul. 2014.

TODRES, I. D.; Música e Remédio para o coração. **Jornal de Pediatria** - v. 82, n.3, 2006. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572006000300002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572006000300002)> Acesso em: 13 ago. 2014.

Fonte: Google Imagens, 2014.

---

**APÊNDICES**

## APÊNDICE I - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

### PESQUISA: **Avaliação da ansiedade entre os acadêmicos de enfermagem: Um estudo sobre o mal do século.**

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Eu \_\_\_\_\_, portador da Cédula de identidade, RG \_\_\_\_\_, e inscrito no CPF/MF \_\_\_\_\_ nascido em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_, abaixo assinado(a), concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo **Avaliação da ansiedade entre os acadêmicos de enfermagem: Um estudo sobre o mal do século**, que tem como **objetivo principal**: Avaliar o nível de ansiedade em estudantes de graduação em Enfermagem.

Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas.

Estou ciente que:

- I) O estudo se faz necessário para que se possa conhecer as repercussões dos níveis de ansiedade entre estudantes de enfermagem;
- II) A participação neste projeto não tem objetivo de me submeter a um tratamento, bem como não me acarretará qualquer ônus pecuniário com relação aos procedimentos ,clínico-terapêuticos efetuados com o estudo;
- III) Tenho a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação;
- IV) A desistência não causará nenhum prejuízo à minha saúde ou bem estar físico. Não virá interferir no atendimento ou tratamento médico;
- V) Os resultados obtidos durante este ensaio serão mantidos em sigilo, mas concordo que sejam divulgados em publicações científicas, desde que meus dados pessoais não sejam mencionados;
- VI) Caso eu desejar, poderei pessoalmente tomar conhecimento dos resultados, ao final desta pesquisa.
  - ( ) Desejo conhecer os resultados desta pesquisa.
  - ( ) Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.
- IX) Observações Complementares.
- X) Caso me sinta prejudicada por participar desta pesquisa, poderei recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos, ao Conselho Regional de Enfermagem da Paraíba e a Delegacia Regional de Campina Grande.

Cuité, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2014.

( ) Acadêmico: \_\_\_\_\_  
Testemunha 1 (nome/RG/Tel.): \_\_\_\_\_

---

Alyne Mendonça Saraiva Nagashima  
Pesquisadora responsável

---

Thayanne Kelly Medeiros Nóbrega  
Pesquisador autor

Endereço Profissional: Universidade Federal de Campina Grande-Campus, Centro de Educação e Saúde. Olho D'Água da Bica S/N, CEP: 58175-000 – Cuité, PB – Brasil. Telefone: (83) 33721900 Ramal: 1954 ou (83) 33721950.

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos – CEP, Hospital Universitário Alcides Carneiro – HUAC. Rua. Dr. Carlos Chagas, s/ n, São José, Campina Grande – PB. Telefone. (83) 2101 – 5545. E-mail. [cep@huac.ufcg.edu.br](mailto:cep@huac.ufcg.edu.br)

**APENDICE II-QUESTIONÁRIO**

**PESQUISA: Avaliação da ansiedade entre os acadêmicos de enfermagem: Um estudo sobre o mal do século.**

**PESQUISADORA RESPONSÁVEL: Alynne Mendonça Saraiva Nagashima**

**PESQUISADORA AUTORA: Thayanne Kelly Medeiros Nóbrega**

**INICIAIS DO NOME: \_\_\_\_\_ IDADE:**

**PERÍODO DO CURSO:**

**CIDADE PROVENIENTE:**

- 1) Quais os sinais ou sintomas que você apresenta quando está ansioso (a)?

---

---

---

---

- 2) Quais as situações que deixam você ansioso (a)?

---

---

---

---

- 3) Em sua opinião, quais as estratégias que podem ajudar a aliviar a ansiedade?

---

---

---

---



Fonte: Google Imagens, 2014.

## ANEXO I - INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

### INVENTÁRIO DE ANSIEDADE-ESTADO

Leia cada pergunta e faça um círculo ao redor do número à direita da afirmação que melhor indicar como você se sente agora, neste momento.

Não gaste muito tempo em uma única afirmação, mas tente dar uma resposta que mais se aproxime de como você se sente neste momento.

#### Avaliação

Muitíssimo.....4      Um pouco.....2  
Bastante.....3      Absolutamente não...1

1	Sinto-me calmo	1	2	3	4
2	Sinto-me seguro	1	2	3	4
3	Estou tenso	1	2	3	4
4	Estou arrependido	1	2	3	4
5	Sinto-me a vontade	1	2	3	4
6	Sinto-me perturbado	1	2	3	4
7	Estou preocupado com possíveis problemas	1	2	3	4
8	Sinto-me descansado	1	2	3	4
9	Sinto-me ansioso	1	2	3	4
10	Sinto-me "em casa"	1	2	3	4
11	Sinto-me confiante	1	2	3	4
12	Sinto-me nervoso	1	2	3	4
13	Estou agitado	1	2	3	4
14	Sinto-me uma pilha de nervos	1	2	3	4
15	Estou descontraído	1	2	3	4
16	Sinto-me satisfeito	1	2	3	4
17	Estou preocupado	1	2	3	4
18	Sinto-me super-agitado e confuso	1	2	3	4
19	Sinto-me alegre	1	2	3	4
20	Sinto-me bem	1	2	3	4



## ANEXO I - INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

### INVENTÁRIO DE ANSIEDADE-TRAÇO

Leia cada pergunta e faça um círculo em redor do número à direita que melhor indicar como você geralmente se sente.

Não gaste muito tempo numa única afirmação, mas tente dar a resposta que mais se aproximar de como você se sente geralmente.

#### Avaliação

Quase sempre.....4      As vezes.....2  
Frequentemente.....3      Quase nunca.....1

1	Sinto-me bem	1	2	3	4
2	Canso-me facilmente	1	2	3	4
3	Tenho vontade de chorar	1	2	3	4
4	Gostaria de pode ser tão feliz quanto os outros parecem ser	1	2	3	4
5	Perco oportunidades porque não consigo tomar decisões rapidamente	1	2	3	4
6	Sinto-me descansado	1	2	3	4
7	Sou calmo, ponderado e senhor de mim mesmo	1	2	3	4
8	Sinto que as dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolver	1	2	3	4
9	Preocupo-me demais com coisas sem importância	1	2	3	4
10	Sou feliz	1	2	3	4
11	Deixo-me afetar muito pelas coisas	1	2	3	4
12	Não tenho muita confiança em mim mesmo	1	2	3	4
13	Sinto-me seguro	1	2	3	4
14	Evito ter que enfrentar crises ou problemas	1	2	3	4
15	Sinto-me deprimido	1	2	3	4
16	Estou satisfeito	1	2	3	4
17	Às vezes, idéias sem importância me entram na cabeça e ficam-me preocupando	1	2	3	4
18	Levo os desapontamentos tão a sério que não consigo tirá-los da cabeça	1	2	3	4
19	Sou uma pessoa estável	1	2	3	4
20	Fico tenso e perturbado quando penso em meus problemas do momento	1	2	3	4



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE  
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM  
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

**ANEXO II - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL**

Ilmo. Sr Diretor do Centro de Educação e Saúde

Ilm<sup>a</sup> Sr<sup>a</sup> Coordenadora do Curso de Enfermagem da UFCG/Cuité- PB

O Centro de Educação e Saúde conta no seu Programa de Graduação, com o curso de Bacharelado em Enfermagem. Nesse contexto, a graduanda, Thayanne Kelly Medeiros Nóbrega, matrícula nº 509220109, RG nº 002263574, CPF nº 084428774-10, está realizando uma pesquisa intitulada AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE ENTRE OS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UM ESTUDO SOBRE O MAL DO SÉCULO, necessitando, portanto, coletar informações junto com estudantes universitários do curso de Enfermagem, da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité-PB.

Desta forma, solicitamos sua valiosa colaboração, no sentido de autorizar tanto o acesso da referida graduanda para a realização da coleta de informações, como a utilização do nome da instituição.

Salientamos que os dados coletados serão mantidos em sigilo e utilizados para a realização deste trabalho, bem como para a publicação em eventos e artigos científicos.

Na certeza contamos com a contribuição e empenho dessa instituição, agradecemos antecipadamente.

Cuité, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2014.

---

Thayanne Kelly Medeiros Nóbrega  
(Orientanda – Pesquisadora)

---

Alyne Mendonça Saraiva Nagashima  
(Orientadora – Pesquisadora Responsável)

---

Diretor do Centro de Educação e Saúde

---

Coordenadora do Curso de Bacharelado em Enfermagem, UFCG – *Campus* Cuité.