



ANSIEDADE ENTRE FATORES ASSOCIADOS AO ESTILO DE VIDA DE ACADÊMICOS NA PANDEMIA DE COVID-19

Anxiety among factors associated with the lifestyle of scholars in the covid-19 pandemic

LIMA DA SILVA, Jorge Luiz¹

ALMEIDA, Giulia Lemos²

MESSIAS, Cláudia Maria³

RESUMO

Objetivo: analisar o perfil sociodemográfico, vida acadêmica, hábitos de vida e questões relacionadas ao cotidiano, no início da crise pandêmica em busca de possíveis associações com a ansiedade entre acadêmicos de enfermagem de instituição pública federal. Método: estudo epidemiológico descritivo de desenho seccional. A população foi composta por 187 acadêmicos de enfermagem. Foi utilizado questionário *online* autoaplicado estruturado com perguntas abertas e fechadas, composto por blocos trazendo questões relacionadas à pandemia do coronavírus, hábitos de vida, perfil sociodemográfico e questões sobre a vida acadêmica antes e durante a crise de saúde, incluindo o Inventário de Ansiedade de Beck. Realizada análise bivariada dos dados utilizando a média de ansiedade como parâmetro no SPSS@21. Estudo foi aprovado pelo CEP/ Uniflu, sob CAEE 35501620.9.0000.5583 e parecer nº 4.249.624. Resultados: apresentou maior prevalência para o desfecho ser do sexo feminino (53,5%, $p=0,017$), morar com pessoas que precisam de cuidados permanentes (62,8, $p=0,051$), possuir péssima qualidade de internet (100%, $p=0,032$), classificar a saúde mental como muito ruim (90,9%, $p < 0,001$) e diagnóstico prévio de doença crônica (71,1% $p < 0,001$). Também apresentaram maior prevalência para ansiedade acima da média aqueles que relatavam preocupação constante, falta de paciência, sentir medos irrealistas, ter ataques de pânico, pensar demais, possuir insônia, problemas de memória e respiratórios. Conclusão: entende-se que estes estudantes estão em vulnerabilidade para o desenvolvimento de transtornos psíquicos que podem afetar na sua formação e influenciar no futuro profissional.

Palavras-chave: Estudantes de Enfermagem. Ansiedade. Covid-19.

1 Doutor em Saúde Pública Ensp/ Fiocruz, Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Graduação em Enfermagem e Licenciatura na Universidade Federal Fluminense. Enfermeiro. Prof. Adjunto - Depto. Materno-Infantil e Psiquiatria da Universidade Federal Fluminense. E-mail: jorgeluzlima@gmail.com.

2 Graduanda de Enfermagem na Universidade Federal Fluminense. Estudante. E-mail: giulialeмос@id.uff.br.

3 Doutora em Enfermagem pela EEAN/ UFRJ, Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Faculdade de Enfermagem e Obstetrícia de Barra Mansa - RJ. Prof. Adjunto - Depto. Materno-Infantil e Psiquiatria da Universidade Federal Fluminense. E-mail: cmessias@id.uff.br.

ABSTRACT

Objective: to analyze the sociodemographic profile, academic life, life habits and issues related to daily life, at the beginning of the pandemic crisis, in search of possible associations with anxiety among nursing students from a federal public institution. Method: descriptive epidemiological cross-sectional study. The population consisted of 187 nursing students. A self-applied online questionnaire structured with open and closed questions was used, consisting of blocks bringing questions related to the coronavirus pandemic, lifestyle habits, sociodemographic profile and questions about academic life before and during the health crisis, including the Beck Anxiety Inventory. Bivariate data analysis was performed using the mean anxiety as a parameter in SPSS®21. Study was approved by CEP/Uniflu, under CAEE 35501620.9.0000.5583 and opinion nº 4,249,624. Results: there was a higher prevalence for the outcome being female (53.5%, $p=0.017$), living with people who need permanent care (62.8, $p=0.051$), having poor internet quality (100%, $p=0.032$), classify mental health as very poor (90.9%, $p < 0.001$) and previous diagnosis of chronic disease (71.1% $p < 0.001$). Those who reported constant worry, lack of patience, feeling unrealistic fears, having panic attacks, thinking too much, having insomnia, memory and breathing problems also had a higher prevalence of above-average anxiety. Conclusion: it is understood that these students are vulnerable to the development of psychic disorders that can affect their training and influence their professional future.

Keywords: Nursing Students. Anxiety. Covid-19.

INTRODUÇÃO

A graduação em enfermagem é exaltada em diversos países, sendo motivo de comemoração e admiração em nossa cultura. Depois de passar por anos de aprendizado acerca do corpo humano, cuidados com os indivíduos, técnicas e procedimentos, o recém-formado está preparado para o mundo profissional. Entretanto, a adaptação a novas rotinas e responsabilidades é complexa, sendo uma fase repleta de adversidades e sacrifícios. O perfil de enfermeiros e a sua formação tem influência direta sobre o sistema de saúde, sendo essencial uma educação de qualidade (Santos *et al.*, 2019).

Entende-se que é um período estressante, composto por noites mal dormidas para estudar, grande quantidade de atividades a realizar, trabalhos acadêmicos e extracurriculares, além da jornada de estágio, são apenas alguns dos exemplos que pode levar a sobrecarga dos estudantes de enfermagem (Souza; Hanzelmann; Passos, 2020). O universitário precisa aprender a conciliar suas muitas obrigações, acostumando-se com o desgaste do dia a dia de uma profissão exigente, entretanto estar em constante estado de tensão pode trazer consequências negativas para o organismo.

Atualmente, vive-se uma crise de saúde global ocasionada pelo novo coronavírus, este que causa a covid-19 e levou a morte de milhões de pessoas ao redor do mundo. Para evitar sua transmissão e a consequente sobrecarga dos serviços de saúde, medidas como isolamento social e a suspensão de atividades presenciais foram implementadas (Brasil, 2020). Dessa forma, as adaptações ao novo cotidiano trouxeram consequências para a saúde mental e social dos indivíduos, principalmente para os estudantes de enfermagem.

A graduação teve que ser adequada ao modelo remoto, estágios foram interrompidos e universidades públicas ficaram meses sem aula, durante os anos de pandemia. As

incertezas tanto na vida acadêmica quanto sobre o novo vírus geraram importante impacto psicológico, podendo desencadear humor deprimido, sentimento de solidão e até ansiedade (Rocha *et al.*, 2020). As novas responsabilidades e cobranças podem ser fonte de sofrimento e conflitos para os acadêmicos, podendo evoluir para esgotamento psíquico e físico (Dias *et al.*, 2020).

A saúde mental está associada à resiliência e capacidade de enfrentar obstáculos do cotidiano, influenciando diretamente em estudos, relacionamentos interpessoais e qualidade de vida. Os riscos aos quais os estudantes de enfermagem estão expostos podem ocasionar um desequilíbrio nesse âmbito, gerando distúrbios a curto e longo prazo, como cansaço, alterações do padrão de sono e cefaleia, precursores de transtornos mentais comuns (TMC) (Oliveira *et al.*, 2020).

Durante o processo de adaptação e desenvolvimento de novas rotinas, diversas sensações dominam os futuros enfermeiros, como medo, dúvida e angústia, podendo desencadear a ansiedade (Silva *et al.*, 2021). A ansiedade é um sentimento natural que estimula e impulsiona, deixando o corpo em alerta, entretanto em níveis excessivos pode se tornar patológico e trazer malefícios ao indivíduo. O constante estado de vigilância pode causar hiperventilação, palpitações e taquicardia, podendo evoluir para uma condição psicológica (Rabelo; Siqueira; Ferreira, 2021). Em 2019, quase um bilhão de pessoas no mundo viviam com TMC, sendo a principal causa de incapacidade. Apenas no Brasil, 18,6 milhões de cidadãos sofrem de ansiedade, sendo colocado no topo do ranking global, como o país mais ansioso (OMS, 2022).

Dessa forma, objetiva-se analisar o perfil sociodemográfico, vida acadêmica, hábitos de vida e questões relacionadas ao cotidiano, ocorridos no início da crise pandêmica em busca de possíveis associações com o desfecho ansiedade entre acadêmicos de enfermagem de instituição pública federal.

MATERIAL E MÉTODO

A pesquisa se deu por meio de estudo epidemiológico descritivo de desenho seccional. Estudo trabalhou inicialmente com a ideia de censo, objetivando alcançar o máximo de alunos no menor tempo possível. No entanto, foi realizado o cálculo amostral, considerando erro de 5%, nível de confiança de 95%, com valor resultante de 162 do universo de 468 estudantes de graduação. A população foi composta por 187 acadêmicos. O estudo em questão possui projeto de pesquisa aprovado, em julho de 2020, pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Fundação Cultural de Campos - Centro Universitário Fluminense - UNIFLU, com nº CAEE 35501620.9.0000.5583 e parecer nº 4.249.624.

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

As etapas de coleta incluíram: divulgação do estudo via rede sociais; convite via e-mail institucional de cada acadêmico; apresentação do termo de consentimento eletrônico e assinatura eletrônica via *google forms*; acesso ao formulário eletrônico para preenchimento quando o participante optasse. Ao fim, caso o participante tivesse dúvida, poderia entrar em contato por e-mail, ou pelo próprio sistema.

O instrumento utilizado foi um questionário estruturado com perguntas abertas e fechadas. O formulário foi composto por blocos com questões relacionadas à pandemia do coronavírus, hábitos de vida, perfil sociodemográfico e questões sobre a vida acadêmica antes e durante a crise de saúde. Conteve um bloco composto pela Escala de Ansiedade de Beck (BAI) que é indicada para indivíduos entre 17 e 80 anos de idade, utilizada para classificá-los em categorias da ansiedade. Durante a realização do questionário emergiram opiniões de senso comum, por parte dos acadêmicos, acerca de sinais e sintomas considerados relacionados à ansiedade, sendo assim acrescentadas ao questionário. A soma das variáveis dos blocos totalizou cerca de 100 itens. O recurso utilizado foi formulário eletrônico *online* disponibilizado por meio da plataforma *Google Docs*.

Para realizar as análises das características sociodemográficas e laborais da população estudada algumas opções foram agrupadas. A escolaridade informada foi agrupada em duas categorias para análise pela média de anos de estudo: ensino superior completo ou incompleto. A renda foi analisada de acordo com os valores per capita, em salários-mínimos da época em que foi realizada a coleta de dados (R\$ 1.045,00). Essa variável também foi avaliada segundo a média encontrada para cada grupo. Para análise da situação conjugal, foram consideradas duas categorias a dos casados e a dos solteiros, divorciados, separados ou viúvos, denominadas neste estudo como: com companheiro (a) e sem companheiro (a), respectivamente. A variável raça/cor foi agrupada em três estratos: preto e pardo; branco; e outros.

A BAI Foi desenvolvida pelo pesquisador Beck, Epstei, Brown e Stter, no *Center for Cognitive Therapy* (TCC) da Universidade de Pensilvânia em 1988. Consiste em um questionário de autorrelato que analisa a intensidade dos sintomas característicos da ansiedade por meio de 21 questões de múltipla escolha (MOURA, BARTOLINI, REIS *et al.*, 2018). As perguntas da escala são sobre como o participante tem se sentido na última semana em relação aos sintomas da ansiedade (como angústia, nervosismo e taquicardia) e tem 4 níveis de intensidade possíveis utilizando uma série escalar de 0 a 3 pontos. Para cada item há um escore individual: Não - 0; Levemente: não me incomodou muito - 1; Moderadamente: foi ruim, mas consigo suportar - 2; Severamente: quase não aguentei. A soma desses escores individuais pode variar de 0 a 63. Os resultados do BAI variam em: ansiedade mínima (escores de 0 a 10), leve (escores de 11 a 19), moderada (escores de 20 a 30), e grave (escores de 31 a 63) (Ferreira; Silva; Costa, 2019, Lemos *et al.*, 2018).

Para análise bivariada, utilizou-se como desfecho a média de ansiedade, 20,2, que era próximo da mediana (17), usando a intensidade leve-moderada, de acordo com o BAI, como parâmetro. Dessa forma, foram analisados os alunos acima e abaixo da média com outras variáveis em busca de associações. Cada etapa do processo de análise dos dados foi realizada utilizando o programa *Statistical Package for the Social Sciences* versão 21(SPSS®). Durante a análise bivariada, o teste qui quadrado (χ^2) foi utilizado para verificar diferenças entre os grupos analisados. Foi considerada significância de valor $p \leq 0,05$. Com a finalidade de identificar possíveis variáveis de confundimento, foram observados os resultados dos testes de qui quadrado (χ^2).

RESULTADOS

Segundo a intensidade, 53 indivíduos apresentaram ansiedade mínima e leve. E 36 tiveram escore para moderada e 45 para ansiedade grave. Sendo a média 20,2; a mediana 17; a moda 9; e o desvio padrão 13,2. Os escores dos quartis encontrados foram para 0-25% de 0,0 a 9,0; para 25-50% 9,0 a 17,0; para 50-75% de 17,0 a 29,0; e para 75-100% de 29,0 a 59,0. Para análise bivariada, utilizou-se a média de ansiedade (20,2) como desfecho, onde 49,7% dos participantes (93) apresentaram escores acima da média. A prevalência de suspeição de ansiedade, segundo variáveis sociodemográficas dos estudantes apresentou diferença estatística significativa a variável sexo, com maior prevalência entre as mulheres (53,5%, $p = 0,017$). Também apresentou significância morar com pessoa que precisa de cuidados permanentes (62,8%, $p = 0,051$).

Foi constatada a ausência de diferenças estatísticas significativas para o desfecho. Ou seja, se distribuem de maneira semelhante entre os estratos investigados quanto a tabagismo, consumo de drogas, atividade física e etilismo.

Encontrou-se diferença estatística significativa entre a variável qualidade do acesso à internet e o desfecho, com maior ansiedade entre os que possuíam péssima qualidade de internet (100%, $p = 0,032$).

Segundo variáveis de covid-19, encontrou-se diferença estatística significativa entre a variável classificação da saúde mental e o desfecho, com maior prevalência entre os que a classificam como muito ruim (90,9%, $p = 0,000$). Também apresentou significância possuir diagnóstico prévio de doença crônica (71,1%, $p = 0,000$).

Algumas questões gerais de ansiedade sobre sinais e sintomas considerados relacionados à ansiedade emergiram dos próprios acadêmicos, durante a realização do questionário. As variáveis foram dispostas na tabela 1, onde encontrou-se diferença estatística significativa nas variáveis sentir preocupação constante (55,3%, $p = 0,000$); ter falta de paciência (55,1%, $p = 0,001$); sentir medos irrealistas (67,7%, $p = 0,001$); ter ataques de pânico (94,9%, $p = 0,000$); pensar demais (53,2%, $p = 0,003$); possuir insônia (60,8%, $p = 0,001$); ter problemas de memória (62,6%, $p = 0,000$); sentir problemas respiratórios (75,9%, $p = 0,000$).

TABELA 1. PREVALÊNCIA DE SUSPEIÇÃO DE ANSIEDADE, SEGUNDO QUESTÕES GERAIS DE ANSIEDADE DOS ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM DE UNIVERSIDADE FEDERAL, 2020 (N = 187)

SINAIS DE ANSIEDADE	N	n	%	Valor de p
Preocupação constante				0,000*
Sim	159	88	55,3	
Não	28	5	17,8	
Falta de paciência				0,001*
Sim	156	86	55,1	
Não	31	7	22,6	
Medos irrealis				0,001
Sim	62	42	67,7	
Não	125	51	40,8	
Ataques de pânico				0,000*
Sim	39	37	94,9	
Não	148	56	37,8	
Pensar demais				0,003*
Sim	169	90	53,2	
Não	18	3	16,6	
Insônia				0,001
Sim	102	62	60,8	
Não	85	31	36,5	
Problemas de memória				0,000
Sim	107	67	62,6	
Não	80	26	32,5	
Problemas respiratórios				0,000
Sim	58	44	75,9	
Não	129	49	37,9	

Legenda: N = total no estrato. n = número de acadêmicos suspeitos. % = prevalência.

P = Teste do qui quadrado de Pearson. * = Teste de Fischer.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Na tabela 2, demonstra-se a prevalência bruta de suspeição de ansiedade de acordo com algumas variáveis. Morar com pessoa que precisa de cuidados permanentes apresenta 1,3 vezes maior prevalência ($p = 0,051$) do que quem não mora; assim como, ser do sexo feminino 1,7 vezes maior ($p = 0,017$); obter diagnóstico prévio de doença crônica 1,7 vezes ($p = 0,000$); e possuir qualidade ruim de internet na residência 1,4 vezes ($p = 0,032$). Indivíduos que relataram sentir falta de paciência expressam prevalência 2,4 vezes maior ($p = 0,001$); tal como medos irrealis possui 1,6 vezes maior prevalência ($p = 0,001$); pensar demais 3,9 vezes ($p = 0,003$); ataques de pânico 2,5 vezes ($p = 0,000$); insônia 1,6 vezes ($p = 0,001$); problemas de memória 1,9 vezes ($p = 0,000$); e problemas respiratórios 1,9 vezes ($p = 0,000$).

TABELA 2. PREVALÊNCIA BRUTA DE SUSPEIÇÃO DE ANSIEDADE, DOS ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM DE UNIVERSIDADE FEDERAL, 2020 (N = 187)

VARIÁVEIS	N	n	%	RP	Valor de p
Morar com pessoa que precisa de cuidados permanentes				1,36	0,051
Sim	27	43	62,8		
Não	66	144	45,8		
Sexo				1,71	0,017*
Feminino	83	155	53,5		
Masculino	10	32	31,2		
Diagnóstico de doença crônica				1,71	0,000
Sim	37	52	71,1		
Não	56	135	41,5		
Qualidade do acesso à internet na residência				1,49	0,032
Boa	47	113	41,6		
Ruim	46	74	62,2		
Falta de paciência				2,44	0,001*
Sim	86	156	55,1		
Não	7	31	22,5		
Medos irrealis				1,66	0,001
Sim	42	62	67,7		
Não	51	125	40,8		
Pensar demais				3,19	0,003*
Sim	90	169	53,2		
Não	3	18	16,7		
Ataques de pânico				2,50	0,000*
Sim	37	39	94,9		
Não	56	148	37,8		
Insônia				1,66	0,001
Sim	62	102	60,8		
Não	31	85	36,5		
Problemas de memória				1,92	0,000
Sim	67	107	62,2		
Não	26	80	32,5		
Problemas respiratórios				1,99	0,000
Sim	44	58	75,9		
Não	49	129	38,0		

Legenda: N= total no estrato. n = número de homens suspeitos. % = prevalência.

P=Teste do qui quadrado de Pearson. RP=Razão de prevalência.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Após modelos de regressão e ajustes pelas potenciais variáveis de confundimento, se mantiveram significância estatística com o desfecho classificar a saúde mental muito ruim (RP=1,02; IC95%=0,051-0,293) com 12 % de chance de apresentar ansiedade acima da média e relatar insônia (RP=1,12; IC95%=1,162-4,686) evidencia 2,5 vezes mais risco.

TABELA 1. TABELA 3 – ESTIMATIVA DO MODELO SELECIONADO NA ANÁLISE DE REGRESSÃO LOGÍSTICA MÚLTIPLA BINÁRIA, DOS ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM DE UNIVERSIDADE FEDERAL, 2020 (N = 187)

VARIÁVEIS	Valor de p	RP	IC95%
<i>Classificar a saúde mental como muito ruim</i>	0,000	1,02	0,051-0,293
<i>Relatar insônia</i>	0,017	1,12	1,162-4,686

P=Teste do qui quadrado de Pearson. RP = Razão de prevalência. IC95%=Intervalo de Confiança de 95%.

Fonte: Elaborado pelos autores.

DISCUSSÃO

Compreende-se que a pandemia deixou, e ainda irá deixar diversas sequelas na população a curto e longo prazo, além da morte de centenas de milhares de cidadãos brasileiros. As medidas tomadas para a contenção do vírus e evitar a sobrecarga do sistema de saúde, gerou fatores estressores como o medo de infecção, duração da quarentena e frustração (Pinto-Costa *et al.*, 2021). O isolamento social foi adotado globalmente e as pessoas foram orientadas a trabalhar e estudar em casa, exigindo adaptações significativas.

A transição do ensino presencial para o remoto exigiu mudança de forma rápida de docentes e discentes, sendo uma solução para dar continuidade à graduação. Para os cursos da área de saúde foi particularmente complexo devido à suspensão das aulas práticas e estágios em unidades básicas e hospitais, além da falta de recursos tecnológicos adequados e a conciliação com trabalho. O impacto na aprendizagem aumenta ainda mais a ansiedade e diminui a motivação, pois a pandemia alterou significativamente o comportamento e sentimentos da população (CHU; LI, 2022).

Os resultados, segundo a intensidade, apresentaram 53 indivíduos com ansiedade mínima e leve (28,3%). E 36 tiveram escore para moderada (19,3%) e 45 para ansiedade grave (24,1%). Escores semelhantes também foram encontrados em pesquisas envolvendo acadêmicos de enfermagem em universidade estadual de Roraima, onde estes retratam 28,4% de ansiedade mínima (Pacheco; Cardoso; Mourão, 2021).

Apresentou diferença estatística significativa entre o sexo feminino (53,5%, p = 0,017), também apresentou significância morar com pessoa que precisa de cuidados permanentes (62,8%, p = 0,051). Esses achados podem ser explicados historicamente pelo fato de as mulheres assumirem as tarefas domésticas, serem submetidas a menor remuneração e desvalorização profissional. Devido ao isolamento social, as rotinas foram intensificadas, somando o preparo de refeições, limpeza da casa, cuidado com idosos, crianças e enfermos, considerados deveres femininos. Mais um fator estressor entre as mulheres foi o crescimento da violência doméstica, durante a pandemia e a convivência domiciliar por tempo indeterminado (Barros *et al.*, 2020; Marques *et al.*, 2020).

Também se encontrou diferença estatística significativa entre aqueles que possuíam péssima qualidade de acesso à internet (100%, $p = 0,032$), esta essencial para a continuidade dos estudos durante a pandemia. Os avanços tecnológicos das últimas décadas tornaram possível o ensino remoto, esses recursos nem sempre chegam, ou estão disponíveis para todos (Branco; Adriano; Zanatta, 2020). A internet, ferramenta básica e, deficitária, muitas vezes pode atrapalhar mais do que ajudar, agravando as desigualdades e aumentando a ansiedade desses alunos (Fagundes *et al.*, 2022).

Encontrou-se diferença estatística significativa entre a variável classificação da saúde mental e o desfecho, com maior prevalência entre os que referem como muito ruim (90,9%, $p = 0,000$), também apresentou significância possuir diagnóstico prévio de doença crônica (71,1%, $p = 0,000$). Portadores de enfermidades crônicas foram relacionados a formas mais graves da covid-19, portanto, exposto a situações extremamente estressantes e geradoras de ansiedade. Impossibilitados de ir e vir ocasionando desequilíbrio no processo saúde-doença, hábitos poucos saudáveis, como sedentarismo e consumo de ultraprocessados, e afetando na qualidade de vida desses indivíduos (Estrela *et al.*, 2020; Malta *et al.*, 2021).

Encontrou-se diferença estatística significativa nas variáveis sentir preocupação constante (55,3%, $p = 0,000$); ter falta de paciência (55,1%, $p = 0,001$); sentir medos irrealistas (67,7%, $p = 0,001$); ter ataques de pânico (94,9%, $p = 0,000$); pensar demais (53,2%, $p = 0,003$); possuir insônia (60,8%, $p = 0,001$); ter problemas de memória (62,6%, $p = 0,000$); sentir problemas respiratórios (75,9%, $p = 0,000$). Os sinais de ansiedade podem estar presentes em fases da vida, entretanto ao se tornarem persistentes e limitantes precisam de atenção especial. No primeiro ano da pandemia, a prevalência global de ansiedade aumentou cerca de 25%, atingindo patamares alarmantes. O Brasil é considerado um dos países mais ansiosos do mundo, apresentando quase 20 milhões de cidadãos diagnosticados, com cerca de 20% de brasileiros recebendo auxílio-doença não relacionado a acidente de trabalho, devido a transtornos de ansiedade (OMS, 2022; Cofen, 2022).

Também foi identificada maior prevalência de ansiedade nos indivíduos que moram com pessoa que precisa de cuidados permanentes apresenta (1,3 vezes maior) entre aqueles com grau elevado de ansiedade quando comparado ao grau mínimo, ser do sexo feminino (1,7 vezes); obter diagnóstico prévio de doença crônica (1,7 vezes); e possuir qualidade ruim de internet na residência (1,4 vezes). Dados nacionais e internacionais apontam uma maior parcela da população feminina com ansiedade quando comparada aos homens, assim como possuir diagnóstico de doença crônica, estando em conformidade com o presente estudo, (Costa *et al.*, 2019).

Em relação aos sentimentos relatados pelos estudantes, apresentou maior prevalência sentir falta de paciência (2,4 vezes maior) entre aqueles com grau elevado de ansiedade quando comparado ao grau mínimo; tal como medos irrealistas (1,6 vezes); pensar demais (3,9 vezes); ataques de pânico (2,5 vezes); insônia (1,6 vezes); problemas de memória (1,9 vezes); e problemas respiratórios (1,9 vezes). A ansiedade pode manifestar diversos sinais e sintomas, alguns destes são consensos entre os especialistas, dessa forma quando presentes aumentam a suspeição para o diagnóstico (Cury, 2021). Após regressão logística, manteve associação com o desfecho classificar a saúde mental como muito ruim e relatar insônia.

A crise sanitária trouxe diversas mudanças no cotidiano dos acadêmicos, afetando seus hábitos e vida acadêmica. Dados da Unesco afirmam que mais de 90% dos

estudantes ao redor do mundo tiveram sua educação afetada, apesar das adaptações realizadas (Unesco, 2020). Além da situação estressante do país, cortes de verbas e a escassez de recursos nas universidades, impedem que a própria instituição possa auxiliar os estudantes a acessarem as tecnologias necessárias. Dessa forma, as adversidades enfrentadas por esses indivíduos causam desmotivação, aumento na ansiedade e a maior probabilidade de evasão da faculdade (Nunes, 2021).

Contudo, o estudo seccional não permite estabelecer uma relação entre ansiedade e as variáveis aqui analisadas, sendo este apenas um “recorte do momento no tempo de cada indivíduo durante o preenchimento do questionário”. Outras limitações foram a influência da desmotivação do sujeito ao realizar a pesquisa, a demora no preenchimento do instrumento pelos alunos, a desmotivação do respondente entre outros fatores.

CONCLUSÃO

Pôde-se observar que classificar a saúde mental como muito ruim; possuir diagnóstico de doença crônica prévia; possuir péssima qualidade de acesso à internet; morar com pessoas que precisam de cuidados permanentes; e ser do sexo feminino foi associado com ansiedade acima da média dos indivíduos da amostra. Também apresentou associação com o desfecho as variáveis de questões de senso comum acerca de sintomas de ansiedade como preocupação constante, falta de paciência, medos irrealistas, ataques de pânico, pensar demais, insônia, problemas de memória e respiratórios. Identificou-se maior prevalência entre os indivíduos que moravam com pessoas que precisam de cuidados permanentes, mulheres, quem possuía diagnóstico prévio de doença crônica, os que tinham qualidade ruim de acesso de internet na residência, quem sentia falta de paciência, medos irrealistas, ataques de pânico, insônia, pensava demais, que apresentavam problemas de memória e respiratórios. Após modelos de regressão e ajustes pelas potenciais variáveis de confundimento se mantiveram significância estatística com o desfecho classificar a saúde mental muito e relatar insônia.

Nesse cenário de pandemia, é necessário compreender as consequências do isolamento social e das adaptações necessárias no cotidiano dos acadêmicos. Estudos como esse auxiliam tanto os profissionais da saúde quanto a própria universidade a entender as complexidade e necessidades da população. Dessa forma, é possível traçar estratégias e planejar ações para o enfrentamento das dificuldades a nível psicológico nesse período.

Como já citado anteriormente, as adversidades enfrentadas pelos acadêmicos de enfermagem vão influenciar em seu futuro profissional. Deste modo, é papel da direção e coordenação de curso garantir acesso igual a todos, assegurando recursos essenciais, sejam materiais, financeiros ou assistência psicológica. Entendendo a importância de pesquisas, ressalta-se a necessidade de mais estudos acerca dos hábitos de vida, perfil sociodemográficos e possíveis associações com a ansiedade entre acadêmicos de enfermagem durante a pandemia.

Foram realizadas palestras, oficinas online sobre tema ansiedade, estresse e saúde promoção à saúde mental, assim como também foi elaborado material informativo (folder disponível em <https://linktr.ee/pensu>) sobre o tema e recursos individuais e coletivos que podem ser utilizados para o entendimento, percepção e amenização dos efeitos da ansiedade, como devolutiva para os acadêmicos. Junto ao grupo de ensino

pesquisa ensino e extensão, foram criados aplicativos que foram difundidos para o grupo um exemplo é o MentalPro, disponível em: <https://pensu-promental.web.app>.

Este estudo envolveu estudantes da graduação e pós-graduação com a produção de trabalhos de conclusão, dissertações, artigos, e publicações de banners sobre a importância do tema, em redes sociais como iniciativa dos próprios acadêmicos participantes.

REFERÊNCIAS

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; LIMA, Margareth Guimarães; MALTA, Deborah Carvalho; SZWARCOWALD, Célia Landmann; DE AZEVEDO, Renata Cruz Soares; ROMERO, Dalia; SOUZA JÚNIOR, Paulo Roberto Borges de et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 4, p. e2020427, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/nFWPcDjfnCLD84Qx7Hf5ynq/#>. Acesso em 04 abr. 2023.

BRANCO, Emerson Pereira; ADRIANO, Gisele; ZANATTA, Shalimar Calegari. Educação e TDIC: contextos e desafios das aulas remotas durante a pandemia da COVID-19. **Debates em Educação**, v. 12, n. 2, p. 328-350, 2020. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/debateseducacao/article/view/10712>. Acesso em 02 nov. 2022.

BRASIL. Recomendação nº 036, de 11 de maio de 2020. **Recomenda a implementação de medidas de distanciamento social mais restritivo (lockdown), nos municípios com ocorrência acelerada de novos casos de COVID-19 e com taxa de ocupação dos serviços atingido níveis críticos**. Brasília, DF: Conselho Nacional de Saúde. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/recomendacoes-cns/1163-recomendac-a-o-n-036-de-11-de-maio-de-2020>. Acesso em 04 abr. 2023.

CHU, Yu-Hsiu; LI, Yao-Chuen. The Impact of Online Learning on Physical and Mental Health in University Students during the COVID-19 Pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 5, p. 2966, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35270659/>. Acesso em 04 abr. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Brasil vive uma segunda pandemia, agora na Saúde Mental**. Conselho Federal de Enfermagem, 2022. Disponível em: http://www.cofen.gov.br/brasil-enfrenta-uma-segunda-pandemia-agora-na-saude-mental_103538.html. Acesso em 03 nov 2022.

COSTA, Camilla Oleiro da; BRANCO, Jerônimo Costa; VIEIRA, Igor Soares; SOUZA, Luciano Dias de Mattos; SILVA, Ricardo Azevedo da. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 2, p. 92-100, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PSrDy4ZFSGDCzNgJfJwVRxz/?lang=pt>. Acesso em 04 jan 2023.

CURY, Augusto. **Controle o estresse**: Saiba como encontrar equilíbrio. São Paulo: Principis, 2021.

DIAS, Ernandes Gonçalves; BARBOSA, Elton Teixeira; BARBOSA, Elizeu Kleno Teixeira; BARDAQUIM, Vanessa Augusto. Ocorrência de estresse entre acadêmicos de Enfermagem de uma instituição de ensino superior. **Avances en Enfermería**, v. 39, n. 1, p. 11-20, 2021. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-45002021000100011&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em 20 mar 2023.

ESTRELA, Fernanda Matheus; CRUZ, Moniky Araújo da; GOMES, Nadirlene Pereira; OLIVEIRA, Milena Arão da Silva; SANTOS, Rebeca dos Santos; MAGALHÃES, Júlia Renata Fernandes; ALMEIDA, Lílian Conceição Guimarães de. Covid-19 e doenças crônicas: impactos e desdobramentos frente à pandemia. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 34, p. e36559, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/36559>. Acesso em 03 nov 2022.

FAGUNDES, Angélica Trindade; Willrich, Janaína Quinzen; Antonacci, Milena Hohmann; Kantorski, Luciane Prado; Portela, Dariane Lima; Souza, Thylia Teixeira. Estudantes universitarios en el contexto de covid-19: perfil, comportamientos y actividades académicas. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/HzskQhQR9dFqcfYSWpkn87y/abstract/?lang=es>. Acesso em 02 nov 2022.

FERREIRA, Beatriz Costa; SILVA, Sérgio Moraes; COSTA, Bernardo Vargas. Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. **Interdisciplinary Scientific Journal**, v. 6, n. 5, p. 330, 2019. Disponível em: https://www.cro-pe.org.br/site/adm_syscomm/publicacao/foto/dd5da983bc42b2dd26df49f02e81368c.pdf. Acesso em 04 abr. 2023.

HOSMER, David W.; LEMESHOW, Stanley. **Applied Logistic Regression**. New York: John Wiley & Sons, 1989.

MAGALHÃES, Rodrigo Cesar da Silva. Pandemia de covid-19, ensino remoto e a potencialização das desigualdades educacionais. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 28, p. 1263-1267, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/PsyyZM3qmWPBQcBMm5zjGQh/>. Acesso em 04 abr. 2023.

MALTA, Deborah Carvalho; GOMES, Crizian Saar; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; LIMA, Margareth Guimarães; ALMEIDA, Wanessa da Silva de; DE SÁ, Ana Carolina Micheletti Gomide Nogueira; PRATES, Elton Junio Sady et al. Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, p. e210009, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/rhTGSqRDbs94Wh8CmjggYTb/abstract/?lang=pt>. Acesso em 03 nov 2022.

MARQUES, Emanuele Souza; Moraes, Claudia Leite de; Hasselmann, Maria Helena; Deslandes, Suely Ferreira; Reichenheim, Michael Eduardo. A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 4, p. e00074420, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/SCYZFVKpRGpqq6sxJsX6Sftx/>. Acesso em 04 abr. 2023.

MOURA, Antonio Marcelo. Prevalência de transtorno de ansiedade em acadêmicos do curso de farmácia de uma instituição privada na Amazônia. *Revista Saberes*, v. 7, n. 1, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/24679>. Acesso em 04 abri. 2023.

NUNES, Renata Cristina. Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, p. e1410313022, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13022>. Acesso em 04 abr. 2023.

OLIVEIRA, Elias Barbosa de; ZEITOUNE, Regina Célia Gollner; GALLASCH, Cristiane Helena; PÉREZ JÚNIOR, Eugenio Fuentez; SILVA, Alexandre Vicente da; SOUZA, Thiago Carvalho de, Common mental disorders in nursing students of the professionalizing cycle. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 1, p. e20180154, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0154>. Acesso em 04 abr. 2023.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA. **COVID-19: como a Coalizão Global de Educação da UNESCO está lidando com a maior interrupção da aprendizagem da história**. 2020. Disponível em: <https://pt.unesco.org/news/covid-19-como-coalizao-global-educacao-da-unesco-estalidando-com-maior-interruptao-da>. Acesso em 10 nov. de 2022.

PACHECO, Jennifer Bezerra; CARDOSO, Andréa dos Santos; MOURÃO, Rafaela Pires. Transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública em Boa Vista – Roraima. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 27674-27692, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/41244>. Acesso em 04 abr. 2023.

PINTO-COSTA, Isabelle Cristinne; Costa, Andréia Cristina Barbosa; Assunção, Munyra Rocha Silva; Chaves, Gabriel Lopes; Bressan, Vânia Regina; Chaves, Erika de Cássia Lopes. Consequências da pandemia do novo coronavírus (COVID-19) na saúde mental da população mundial: scoping review. **Revista Científica de Enfermagem**, v. 11, n. 36, p. 366-381, 2021. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/521>. Acesso em 04 abr. 2023.

RABELO, Leonardo Moreira; SIQUEIRA, Ana Kelly Américo; FERREIRA, Luzia Sousa. Desencadeadores do transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem: uma revisão sistemática. **Revista Liberum accessum**, v. 7, n. 1, p. 1-15, 2021. Disponível em: <http://revista.liberumaccessum.com.br/index.php/RLA/article/view/52>. Acesso em 04 abr. 2023.

REVISTA NURSING. **Brasil é o país mais ansioso do mundo, segundo a OMS**. Revista Nursing, 2022. Disponível em: <http://www.revistanursing.com.br/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo-segundo-a-oms/#:~:text=Dados%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de,no%20topo%20do%20ranking%20mundial>. Acesso em 02 nov 2022.

ROCHA, Natália Loureiro; Sora, Alcilea Barbosa de Andrade; Lapa, Alessandra da Terra; Santos, Daniele Durval dos. Construindo o projeto cuidadosamente: reflexão sobre a saúde mental dos graduandos de enfermagem frente ao COVID-19. **Revista de Saúde Coletiva da UEFS**, v. 10, p. 13-17, 2020. Disponível em: <http://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/5153>. Acesso em 04 abr. 2023.

SANTOS, Ana Thaís Santana; Oliveira, Caroline Bispo de; Passos, Meiriane do Carmo; Andrade, Aglae da Silva Araujo; Gallotti, Fernanda Costa Martins. Integralidade do cuidado na formação do enfermeiro: visões e vivências do acadêmico de enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 1, p. 122-126, 2019. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1397>. Acesso em 04 abr. 2023.

SOUSA SILVA, Andreza Ohana de Silva; Souza, Taynara Tavares de; Saraiva, Ana Larissa de Sousa; Sales, Érika Nayara Benício Gonçalves de; Bessa, Cristina Costa; Facundo, Sue Helem Bezerra Cavalcante; Oliveira, Silvana Alves de. Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n. 5, p. 51962-5198, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/30308>. Acesso em 04 abr. 2023.

SILVA, Joselma; GOULART, Ilsa do Carmo Vieira; CABRAL, Giovanna Rodrigues. Ensino remoto na educação superior: impactos na formação inicial docente. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, v. 16, n. 2, p. 407-423, 2021. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/14238>. Acesso em 04 abr. 2023.

SOUZA Flávia dos Santos Lugão de; HANZELMANN, Renata da Silva; PASSOS, Joanir Pereira. O estresse em acadêmicos de enfermagem no ensino clínico: uma pesquisa integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v.12, n. 9, p. e4157, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4157>. Acesso em 04 abr. 2023.

Data da submissão: 04/04/2023

Data da aprovação: 10/03/2024