

Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem

Anxiety manifestations lived by nursing students

Manifestaciones de ansiedad vivencias por estudiantes de enfermería

Fernanda Lourdes Ribeiro Pereira¹; Silvana Possani Medeiros²; Rúbia Gabriela Fernandes Salgado³; Jacira Naruê Antunes de Castro⁴; Adriane Maria Netto de Oliveira⁵

Como citar este artigo:

Pereira FLR, Medeiros SP, Salgado RGF, Castro JNA, Oliveira AMN. Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. Rev Fun Care Online. 2019 jul/set; 11(4):880-886. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i4.880-886>.

Elaborado a partir de um Trabalho de Conclusão de Curso (tcc): Manifestações de ansiedade sob a ótica dos acadêmicos de enfermagem, 2014, Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), Rio Grande/RS.

RESUMO

Objetivo: Conhecer as manifestações de ansiedade vivenciadas pelos estudantes de enfermagem em uma universidade do extremo sul do país. **Método:** Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva, com 18 acadêmicos do curso de graduação em enfermagem, sendo excluídos os que não tiveram interesse em participar. A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada. Foi utilizada a análise temática. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Área da Saúde da FURG, sob parecer nº 153/2013. **Resultados:** Após transcrição e análise das falas emergiram quatro categorias que foram discutidas separadamente. **Conclusão:** Propõe-se que o docente tenha uma postura motivadora, mobilizadora do conhecimento e centrada no acadêmico, a fim de refletir na assistência do futuro profissional.

Descritores: Ansiedade, estudantes de enfermagem, ensino superior.

ABSTRACT

Objective: To know the manifestations of anxiety experienced by nursing students at a university in the extreme south of the country. **Method:** Qualitative, exploratory and descriptive research, with 18 undergraduate nursing students, excluding those who did not have an interest in participating. Data collection was performed through a semi-structured interview. Thematic analysis was used. The project was approved by the Research Ethics Committee of the Health Area of FURG, based on opinion 153/2013. **Results:** After transcription

- 1 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande (FURG).
- 2 Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande (FURG), Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da FURG.
- 3 Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande (FURG), Mestranda em Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da FURG, Professora Substituta de Ensino Superior.
- 4 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande (FURG).
- 5 Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande (FURG), Doutora em Enfermagem, Professora Adjunto de Ensino Superior.

and analysis of the speech emerged four categories that were discussed separately. **Conclusion:** It is proposed that the teacher has a motivating, knowledge-mobilizing and academic-centered position in order to reflect on the future professional's assistance.

Descriptors: Anxiety, nursing students, higher education.

RESUMEN

Objetivo: Conocer las manifestaciones de ansiedad vivenciadas por los estudiantes de enfermería en una universidad del extremo sur del país.

Método: Investigación cualitativa, exploratoria y descriptiva, con 18 académicos del curso de graduación en enfermería, siendo excluidos los que no tuvieron interés en participar. La recolección de los datos se realizó a través de una entrevista semiestructurada. Se utilizó el análisis temático. El proyecto fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación del Área de la Salud de la FURG, bajo el parecer 153/2013. **Resultados:** Después de la transcripción y el análisis de las conversaciones surgieron cuatro categorías que se discutieron por separado. **Conclusión:** Se propone que el docente tenga una postura motivadora, movilizadora del conocimiento y centradas en el académico a fin de reflejar en la asistencia del futuro profesional.

Descriptor: Ansiedad, estudiantes de enfermería, enseñanza superior.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um sentimento que acomete muitos graduandos, visto que, no decorrer da vida acadêmica, eles precisam lidar com situações estressoras que geram ansiedade, exigindo recursos psicológicos e emocionais para o manejo das exigências e das adversidades durante sua formação. A falha na identificação, na investigação e no tratamento precoce de sinais e sintomas relacionados à ansiedade propicia resultados negativos para os acadêmicos, podendo comprometer seu desenvolvimento profissional e/ou pessoal.¹⁻²

Tal sentimento é encarado como uma reação natural, um instinto de sobrevivência sucedido por uma sensação desagradável de apreensão, com uma resposta do organismo frente a algo que represente um perigo, ou que seja percebido dessa forma pelo indivíduo. Os componentes da ansiedade são psicológicos e somáticos, sendo algumas das suas manifestações físicas a taquicardia, a hiperventilação, a palpitação e os tremores. A ansiedade pode, ainda, tornar-se crônica com manifestações como fobias, transtorno conversivo, estados dissociativos, obsessões ou compulsões.³ As manifestações de ansiedade não são apenas resultado de conflitos no inconsciente, mas também são derivadas de hábitos, ou seja, de comportamentos adquiridos por meio da aprendizagem, acarretando a uma forma inadequada de enfrentamento dos problemas cotidianos.⁴⁻⁵

Esses hábitos ou manifestações que desencadeiam reações ansiosas estão presentes no nosso dia a dia e são vividos de forma diferente pelas pessoas e, até mesmo, de forma diferenciada por um mesmo indivíduo. A ansiedade, desde que não seja excessiva, pode ser benéfica, uma vez que estimula e motiva as pessoas a darem respostas adequadas a situações que surgem em sua vida, entre elas, os períodos de avaliação na universidade em provas e trabalhos, podendo, em casos extremos de ansiedade, levar ao abandono do curso.⁶

Com base no que foi mencionado, é necessário atentar-se para o sofrimento psíquico, pois este é muitas

vezes considerado como algo trivial à profissão, sendo dessa forma negligenciado. Evidencia-se que a atenção e o acompanhamento da saúde mental dos alunos estão diretamente relacionados e influenciam na sua qualidade de vida, podendo interferir negativamente na forma de cuidado ao cliente.⁷⁻⁸ Considerando a grande prevalência de ansiedade entre os estudantes de enfermagem e a escassez de estudos na literatura, este estudo teve como objetivo conhecer as manifestações de ansiedade vivenciadas pelos estudantes de enfermagem em uma universidade do extremo sul do país.

A realização deste trabalho justificou-se pelo fato de que muitos acadêmicos do curso de graduação em enfermagem manifestam sinais e sintomas de ansiedade. Optou-se por realizar uma pesquisa qualitativa, a fim de aprofundar conhecimento relativo aos sentimentos dos estudantes ao longo da vida acadêmica acerca dos possíveis fatores desencadeantes da ansiedade. A questão de pesquisa norteadora deste estudo foi: quais os sentimentos expressos pelos acadêmicos frente a situações que ocasionam ansiedade no decorrer da graduação?

METODOLOGIA

Tratou-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo exploratória descritiva. O estudo foi realizado na área acadêmica do Hospital Universitário Dr. Miguel Riet Corrêa Jr., da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), localizada no município de Rio Grande/RS. O curso tem, atualmente, 222 alunos matriculados.

Foram escolhidos dois acadêmicos do curso de enfermagem por série (de 1ª a 9ª série) totalizando 18 participantes. Caso houvesse mais de dois participantes, a escolha se daria de forma a manter a neutralidade do pesquisador e, para isso, foi realizado um sorteio com aqueles que se mostraram interessados a participar do estudo. Foram incluídos na pesquisa somente os acadêmicos do curso de enfermagem da FURG. Foram excluídos os acadêmicos que não possuíam interesse em participar da pesquisa.

A coleta dos dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestructurada, com dez perguntas abertas relacionadas aos sentimentos de ansiedade dos acadêmicos durante o período da graduação. As entrevistas ocorreram individualmente e duraram em torno de trinta minutos cada e foram gravadas com o auxílio de um mp4 para posterior transcrição. A coleta foi realizada nos meses de novembro e dezembro de 2013.

A análise dos dados tem por objetivo organizá-los de forma que possibilite o fornecimento de respostas à problemática proposta para investigação. Neste estudo, utilizou-se a análise temática, a qual corresponde a três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos dados obtidos e sua interpretação.⁹ Após analisar as entrevistas e organizar as respostas obtidas com este instrumento, foi estabelecida uma articulação entre os dados coletados na pesquisa e os referenciais teóricos para satisfazer o objetivo ao qual o trabalho se propunha.

O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Pesquisa em Enfermagem (COMPESQ) da Escola de Enfermagem da FURG e pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Área da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande

(CEPAS/FURG), obtendo aprovação com o Parecer nº153/2013. Os participantes foram esclarecidos quanto aos objetivos da pesquisa e da metodologia do estudo, além de ser solicitada sua assinatura no termo de consentimento livre e esclarecido, garantindo sigilo aos participantes que foram identificados pela letra “A” e também pelo número da entrevista.

RESULTADOS

A partir da leitura dos discursos dos participantes do estudo emergiram quatro categorias como resultados, as quais serão discutidas em suas respectivas seções. As categorias foram assim divididas: sentimentos de ansiedade no período de adaptação à universidade, sentimentos dos acadêmicos frente às avaliações (provas), sentimentos de ansiedade dos acadêmicos diante da reprovação e sentimentos de ansiedade frente à relação professor/aluno no processo ensino/aprendizagem.

Sentimentos de ansiedade no período de adaptação à universidade

Os acadêmicos referiram que no início do curso, principalmente nas três primeiras séries, a adaptação é difícil e que surgem sentimentos de angústia e medo frente ao desconhecido e à nova fase de transição que precisam enfrentar. Para muitos, há também um fator bastante significativo que inclui a distância dos seus e a novidade cultural, havendo necessidade de construir estratégias de enfrentamento frente à nova realidade, a fim de poderem encontrar um sentido para prosseguir com seu projeto de vida, ou seja, ter um curso superior. Tais sentimentos podem ser percebidos por meio dos discursos a seguir:

A gente lida com o desconhecido, um volume muito grande de informações, a gente não vê sentido nas coisas que estamos aprendendo. Isso me deixava muito angustiada, me sentia muitas vezes deslocada, meio perdida. (A03).

A 1ª série me deixou muito apreensiva, aquele choque de realidade, troca de costumes, isso me deixava muito nervosa, pois não sabia como seria daqui para frente. (A07).

Outro aspecto relevante é a dificuldade dos estudantes em se situarem dentro da universidade, conhecendo os diversos caminhos estruturais desta, a fim de saberem quem e onde podem procurar auxílio quando precisarem. No que se refere aos conteúdos, a grande mudança que acontece no processo ensino/aprendizagem, o qual exige maior empenho dos acadêmicos na busca pelo conhecimento técnico-científico, geralmente faz com que a ansiedade seja elevada conforme relatado nas falas abaixo:

É um mundo totalmente novo, muita cobrança, muita coisa nova. A gente vai até o ensino médio com uma dinâmica de estudo e depois chega aqui e não sabe como estudar.

Teve momentos que eu me desesperei, pensei que não ia dá conta, foi muito complicado para mim. (A05).

Na vida acadêmica, a fase de adaptação é bem difícil, tudo é diferente, no início eu não sabia fazer os trabalhos, ficava muito ansioso. (A15).

Sentimentos dos acadêmicos frente às avaliações (provas)

Os acadêmicos relataram o que sentem diante de uma prova, seja ela teórica e/ou prática, ao longo do curso. Nas avaliações teóricas, foi possível perceber que os estudantes de 1ª a 6ª série se mostraram bastante ansiosos, como mostram as falas a seguir:

Me sinto ansiosa nas provas, na semana de provas, fiquei em exame em duas cadeiras no 1º semestre e isso me deixou estressadíssima, nervosíssima, estudava 12 horas por dia para passar em uma e a outra eu não consegui pois não soube lidar com o nervosismo na hora da prova. (A03).

Eu me sinto tensa quando tem uma prova marcada e a gente tem que estudar e tu vê que não tem tempo, aí tu sabes que precisa estudar mais e o tempo não deixa, tu queres dormir, tu queres comer, tu queres fazer tudo e o tempo não deixa. (A04).

Alguns estudantes se mostraram mais ansiosos no momento das avaliações práticas do curso, principalmente nas disciplinas da 3ª série:

No período de provas não tem como não ficar tensa e ansiosa, acho que é o momento mais tenso principalmente prova prática, aí treme as pernas, pois por mais que tu sabes que está fazendo a coisa certa, tu não sabes se no olhar do professor aquilo está certo. (A03).

No 3º semestre, na disciplina de Semiologia II eu me sentia muito nervosa, me sentia muito pressionada, eu acordava já ansiosa, e na prova prática então, comecei a chorar, achei que não sabia nada. (A12).

Sentimentos de ansiedade dos acadêmicos diante da reprovação

Os acadêmicos expressaram os sentimentos vivenciados frente à reprovação. Foi possível perceber que as séries que mais tiveram reprovações foram a 1ª, a 3ª e a 6ª série:

Me senti muito ansiosa quando repeti uma disciplina do 1º semestre. Eu já estava com uma carga horária bem pesada, mais as disciplinas do 1º semestre. Aquilo me fez sentir incapaz, porque eu estava aqui só para estudar e não consegui. (A10).

No 3º semestre eu repeti uma matéria. Aquilo me deixou angustiada e ansiosa. Foi muito desgastante para mim. (A 09).

No 6º semestre reprovei em uma disciplina que tive muita dificuldade. Me senti muito ansiosa e insegura. Estava sempre acabada, sem vontade de fazer nada, foi horrível, queria que o semestre passasse logo senão eu não ia aguentar. (A14).

Sentimentos de ansiedade frente à relação professor/aluno no processo ensino/aprendizagem

Os acadêmicos relataram os aspectos referentes à relação professor/aluno e os sentimentos negativos que essa relação gera no processo de ensino/aprendizagem, mencionados abaixo:

Me senti muito ansiosa no primeiro dia de estágio, pois não tive um bom relacionamento com a professora e na minha opinião, não é na pressão que tu levas um aluno, que tu ensinas. Foi horrível. (A11).

O 6º semestre para mim foi frustrante: a professora me colocava pra baixo, até mesmo quando eu recebia um elogio dos próprios pacientes. Não conseguia me relacionar bem com ela. Me sentia muito mal, tensa e estressada. (A15).

Contrapondo-se a isso, dois alunos relataram que tiveram uma boa relação com alguns professores das disciplinas da 4ª série, os quais lhes proporcionaram sentimentos positivos, como podemos constatar nas falas a seguir:

As disciplinas de Saúde da Criança e Saúde da Mulher foram muito legais. Os professores ajudavam bastante, mas também tudo colaborou: o conteúdo, o ambiente, nós tínhamos mais liberdade para agir, a gente sentia que por parte da professora tinha uma confiança. (A10).

Ainda existem professores bons que dominam o que estão falando, que te passam segurança e isso, faz eu me sentir melhor. (A11).

DISCUSSÃO

Ao expressar os sentimentos de ansiedade no período de adaptação à universidade, para reforçar as falas que já foram expostas anteriormente, estudo realizado em uma universidade do Canadá aponta como dificuldade vivenciada pelo aluno e gerador de estresse o afastamento da família e da cultura de seu local de origem bem como a aquisição de novas responsabilidades. A dificuldade na adaptação do acadêmico representa um fator que pode contribuir para a manifestação de problemas psicológicos.¹ Dessa forma, existe a necessidade de construção de estratégias para adequar-se

ao novo cenário e enfrentar dificuldades que possam surgir advindas dessa mudança pessoal, social e ambiental.

Ainda a fim de corroborar com os relatos sobre a distância dos seus e novidade cultural encontrados no novo contexto, um autor relata que, ao ingressar na universidade, os estudantes são submetidos a uma excessiva demanda de estresse, principalmente pelas cobranças pessoais, pela convivência com colegas de diferentes localidades, pelas longas horas de estudo, desencadeando, muitas vezes, sentimentos de impotência e fracasso nesses jovens. Tais situações do cotidiano acadêmico e de vida geram sentimentos de ansiedade como medo e preocupação excessiva, pois são inúmeras mudanças que ocorrem nesse período e, geralmente, o acadêmico não está preparado para enfrentá-las.¹⁰

Um outro aspecto importante abordado nessa categoria foi a dificuldade dos estudantes de se situarem dentro da universidade, seja em relação à estrutura física ou aos conteúdos e aos auxílios necessários para esta nova adaptação. Corroborando com as falas supracitadas referentes a esse contexto, um autor traz em estudo que o ingresso no ensino superior associa-se a um processo de transição que necessita ser bem alicerçado. Essa etapa está repleta de fontes de estresse (avaliações, ensinamentos clínicos, competitividade etc.), que exigem dos estudantes de enfermagem adaptações constantes para superar as dificuldades, uma vez que as transições envolvidas neste nível de ensino acabam acarretando um maior nível de ansiedade, desde a motivação na realização do curso, a separação da família e dos amigos, a autonomia na aprendizagem e a maior necessidade de gestão do tempo, dos recursos e dos novos relacionamentos, assim como as perspectivas profissionais e de carreira.¹¹

Na segunda categoria que traz os sentimentos dos acadêmicos frente às avaliações (provas), percebe-se um forte sentimento de ansiedade presente entre os alunos ao se expressarem sobre as provas teóricas. O estado de ansiedade é como uma reação fisiológica do organismo, funcionando, muitas vezes, como instinto, uma vez que pode tornar previsíveis situações de perigo ou de ameaça que se aproximem, preparando, dessa forma, o organismo para tomar as medidas necessárias, de modo a impedir a concretização desses possíveis prejuízos, ou pelo menos diminuir as suas consequências.¹² Em contraponto, estudos confirmam que a ansiedade, dependendo da circunstância, pode ser positiva, pois mobiliza e motiva os indivíduos em busca do conhecimento, a fim de se obter um bom desempenho, o que irá refletir, posteriormente, na qualidade profissional.¹³

Por outro lado, a ansiedade torna-se patológica quando paralisa o indivíduo, impedindo-o de realizar as atividades cotidianas, o que ficou evidente quando um participante do estudo referiu não ter obtido a nota necessária para a aprovação. Um estudo mostra que mesmo que o aluno tenha se preparado para uma determinada prova, ele pode não ter êxito por não conseguir manejar a ansiedade, muitas vezes excessiva.²

Além do mais, a ansiedade pode estar relacionada a diversos distúrbios psicológicos, podendo ser considerada um transtorno mental dependendo do seu nível e de fatores associados.¹⁴ Esse quadro poderá desencadear a ansiedade

social, que é um dos problemas mais frequentes de saúde mental atuais.¹⁵

Um estudo realizado em uma universidade do extremo sul de Santa Catarina constatou que as avaliações, segundo os estudantes, geram muita ansiedade. Eles mostraram-se preocupados com a nota e com o que seria realmente cobrado dos conteúdos nas avaliações teóricas, por não saberem exatamente quais os objetivos que devem ser alcançados e se o que priorizaram nos estudos vai ao encontro dos objetivos do professor.¹⁶ Dessa forma, a ansiedade acaba interferindo sobre aspectos cognitivos do aluno em sua atenção seletiva, muitas vezes bloqueando a compreensão e o raciocínio, diminuindo, assim, a aquisição de habilidades intelectuais e seu desempenho em geral.¹⁷

Ainda no que se refere ao desempenho acadêmico, a literatura revela que altos níveis de ansiedade diminuem a memória operacional e o raciocínio, promovendo distração nos estudantes, o que faz com que os alunos com maior nível de ansiedade tendam a obter notas mais baixas nas avaliações, podendo desencadear, inclusive, depressão.¹⁸⁻⁹

O sucesso dos estudantes universitários depende da sua capacidade de utilizar o tempo de forma adequada e mais eficiente. As habilidades de gerenciamento de tempo dos alunos diminuem à medida que o nível de ansiedade aumenta. Portanto, essa é uma habilidade extremamente importante que os estudantes de enfermagem devem adquirir durante a sua vida acadêmica para que possam aumentar a sua competência e a sua qualidade do serviço. Gerir o tempo de forma eficiente significa que o indivíduo pode controlar sua vida.²⁰

Por outro lado, alguns estudantes se mostraram mais ansiosos ao realizarem as provas práticas. Confirmando os achados em relação aos sentimentos vivenciados durante as avaliações práticas, um estudo²¹ traz relatos de acadêmicos nos quais apontam o surgimento de ansiedade e desconforto para executarem os procedimentos na presença do observador durante as avaliações. Ainda, em relação ao desempenho, os estudantes afirmaram que parecia que eles não estavam fazendo nada, ou parecia que não sabiam o que estavam fazendo. Essas questões remetem aos componentes críticos que influenciam a aprendizagem dos alunos e o comportamento dos docentes envolvidos nas avaliações práticas.

De acordo com uma pesquisa realizada com acadêmicos de enfermagem na Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul, a amostra estudada permitiu detectar ser a 3ª série aquela em que o estudante demonstra maiores fragilidades e quando necessita de maior apoio por parte dos docentes, uma vez que, nesse período, os alunos se encontram em fase de inserção inicial em campos clínicos hospitalares, presenciando morte e morbidades em um ambiente estressante, causando, assim, a ansiedade.¹⁷

A terceira categoria retrata os sentimentos de ansiedade dos acadêmicos diante da reprovação, na qual os alunos das séries iniciais se mostraram mais ansiosos, devido as disciplinas de base muitas vezes não serem do seu interesse ou do seu domínio principal. De acordo com pesquisa com estudantes universitários²², e sobre a relação entre ansiedade e o desempenho acadêmico, foi observado que grande parte desses estudantes apresentaram altos níveis de ansiedade, o

que refletiu no baixo desempenho acadêmico. Muitos deles reprovaram em, pelo menos, uma disciplina durante o curso.

Além do receio de não ser aprovado nas avaliações e ter que refazer alguma disciplina por reprovação, estudo²² mostra, por meio de relatos feitos pelos estudantes de enfermagem, que o desenvolvimento da atividade de simulação propiciou reflexão acerca dos resultados das próprias ações e também o reconhecimento do nível de ansiedade, nervosismo ou atitudes que comprometem o desempenho durante esta.

Essa é uma importante questão que precisa ser considerada pelos professores, uma vez que sentimentos negativos frequentes e fracassos repetidos geralmente levam à baixa autoestima e à inferioridade, podendo desencadear vários transtornos mentais, entre eles, o transtorno depressivo, cuja consequência mais drástica e grave é o suicídio.²³⁻⁴ Contudo, nesses casos há uma necessidade em estar atento a possíveis mudanças de comportamento do indivíduo e, caso isso ocorra, deve-se tentar saber sua história pregressa, a fim de evitar tal situação.²⁵

Entende-se que apresentar maior dificuldade em algumas disciplinas é normal, uma vez que depende de inúmeros fatores, entre eles: afinidade, grau de importância, facilidade, entre outros. No entanto, a avaliação é uma questão polêmica, que vem sendo discutida há muito tempo na área da educação e ainda se constitui um entrave, em termos de como deve ser realizada de forma mais justa.²⁶

Na última categoria, podem-se observar as duas faces acerca dos sentimentos de ansiedade frente à relação professor/aluno no processo ensino/aprendizagem. Pesquisa realizada no formato de revisão integrativa acerca das relações estressantes e desencadeadores de ansiedade em acadêmicos de enfermagem²⁷ consideraram danosos, na trajetória acadêmica, comportamentos e atitudes prejudiciais na relação professor/aluno, entre eles o autoritarismo e o papel intimidador do docente. Também citaram o desrespeito e a falta de ética por parte dos professores como elementos que podem fazer com que o estudante se sinta menosprezados o que dificulta a interação entre professor/aluno desencadeando fatores negativos no processo ensino/aprendizagem.²⁷

Ainda sobre a relação professor/aluno, a decepção com o tipo de vínculo estabelecido com os docentes pode ocorrer principalmente devido o distanciamento, a formalidade, as poucas possibilidades de interação social e a percepção de menor interesse pelas questões individuais do aluno.²⁸ A realidade do Ensino Superior pode não corresponder à expectativa dos alunos de manutenção dos vínculos de proximidade e proteção vivenciados na escola.²⁵

Estudo de autores²⁸ corrobora com os relatos encontrados nessa categoria, no qual foi possível perceber o quanto a receptividade e o incentivo dos professores são importantes para a adaptação acadêmica dos estudantes. Os universitários ainda explicaram que muitos professores agem de forma autoritária e rígida, amedrontando-os. Devido a esse distanciamento, muitos jovens não se sentem à vontade para se aproximar e sanar dúvidas junto aos professores.

Em contrapartida, para embasar os relatos positivos em relação aos sentimentos de ansiedade frente à relação professor/aluno no processo ensino/aprendizagem, em uma

universidade do interior do Rio Grande do Sul, estudantes universitários relatam acerca da boa relação entre professor/estudante, em que os participantes elencaram diversos fatores que contribuem para o melhor aprendizado: o professor não deve apenas transmitir conhecimento e segurança, mas também ser compreensível, comunicar-se de uma forma mais empática; o modo de se relacionar parece facilitar também a aprendizagem, uma vez que estimula a motivação interna e, conseqüentemente, o interesse pelo conteúdo.²⁸⁻⁹

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar dos estudos sobre sintomas de ansiedade em universitários ainda serem escassos, este sentimento está cada dia mais presente entre os estudantes e as exigências que são feitas ao longo da graduação propiciam a manifestação de tais evidências. Neste estudo, foi constatado que os estudantes de enfermagem apresentam manifestações de ansiedade ao longo do curso de graduação, o que pode atrapalhar sua formação acadêmica e influenciar o modo de agir profissionalmente, bem como sua maneira em lidar com sua própria saúde, além de influenciar no relacionamento com seus futuros pacientes.

Acredita-se que essas manifestações acometem grande parte dos acadêmicos devido à complexidade do curso e, dessa forma, sugere-se, como uma das estratégias para minimizar este desconforto/transtorno, a aproximação da relação professor/aluno, pois alguns acadêmicos não conseguem revelar seus sentimentos e isso faz com que eles passem como despercebidos e/ou desqualificados pelos professores. Dessa forma, é desconsiderado seu provável potencial e avaliada somente sua fragilidade, o que aumenta ainda mais sua baixa autoestima e seus sentimentos de incapacidade e inferioridade.

Com base no que foi discutido, este estudo aponta para a necessidade de mudanças na relação professor/aluno, por meio da qualificação do corpo docente com educação em saúde voltada para didática, a fim de que a interação incentive e estimule os discentes a se envolverem cada vez mais com as atividades propostas pelo curso, além de fomentar um olhar empático do professor para o aluno. Propõe-se que o docente tenha uma postura motivadora, mobilizadora do conhecimento e centrada no acadêmico. Dessa forma, serão formados enfermeiros seguros, autoconfiantes, capazes de manejar e enfrentar suas fragilidades, de modo a exercerem a profissão com maior êxito.

REFERÊNCIAS

1. Moreira SNT, Vasconcellos RLSS, Heath N. *Estresse na Formação Médica: como lidar com essa realidade?* Rev bras educ med. 2015; 39(4): 558-64. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010055022015000400558&lng=en&nrm=iso
2. Lantyer AS, Varanda CC, Souza FG, Padovani RC, Viana MB. *Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários: Avaliação e Intervenção.* Rev Bras de Ter Comp Cogn. 2016; 8(2): 04-9. Disponível em: <http://usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/view/880/476>
3. Vasconcelos TC, Dias BRA, Andrade LR, Melo GF, Barbosa L, Souza E. *Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina.* Rev bras educ med. 2015; 39(1): 135-42. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100550220150001005

4. Nanda Internacional. *Diagnosticos de enfermagem da NANDA: definições e classificação - 2015-2017.* Porto Alegre: Artmed; 2015.
5. Papadakis MA, McPhee SL. *CURRENT Medical Diagnosis and Treatment 2015.* United States: Mcgraw Hill Companies; 2014.
6. Ramos SIV *Níveis e principais manifestações de ansiedade face às avaliações dos alunos do ensino superior.* [internet] Psicologia PT O Portal dos Psicólogos. 2013; 1-20. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0665.pdf>
7. Padovani RC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WF, Cavalcanti HAF et al. *Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário.* Rev bras ter cogn. 2014; 10(1): 02-10. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S180856872014000100002&script=sci_abstract&tlng=en
8. Bampi LNS, Baraldi S, Guilhem D, Pompeu B, Campos ACO. *Percepção sobre qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem.* Rev Gaúcha Enferm. 2013; 34(1): 125-32. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198314472013000200016&lng=en&nrm=iso
9. Minayo MCS. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.* São Paulo: Hucitec; 2010.
10. Marchi KC, Bárbaro AM, Miasso AI, Tirapelli CR. *Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública.* [Internet] Rev Eletr Enf. 2013; 15(3): 731-9. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v15i3.18924>
11. Sequeira C, Carvalho JC, Borges E, Sousa C. *Vulnerabilidade mental em estudantes de enfermagem no ensino superior: estudo exploratório.* J Nurs Health. 2013; 3(2): 170-81. Disponível em: <http://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/17856>
12. Claudino J, Cordeiro R. *Níveis de ansiedade e depressão nos alunos do curso de licenciatura em enfermagem e caso particular dos alunos da escola superior de saúde de Portalegre.* Journal of Education, Technologies, and Health. 2016; 32(11): 197-10. Disponível em: <http://www.ipv.pt/millennium/Millennium32/15.pdf>
13. Carvalho EA, Bertolini SMMG, Milani RG, Martins MC. *Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior.* Cienc Cuid Saude. 2015; 14(3): 1290-8. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23594>
14. Borine MS. *Ansiedade, neuroticismo e suporte familiar: evidência de validade do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE).* [Tese]. São Paulo: Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade São Francisco; 2011. Disponível em: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/427/606054467274901.pdf>
15. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. *The Role of Social Skills in Social Anxiety of University Students.* Paidéia. 2014; 24(58): 223-32. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103863X2014000200223
16. Cardozo MK, Gomes KM, Fan LG, Soratto MT. *Fatores associados à ocorrência de ansiedade dos acadêmicos de biomedicina.* Revista Saúde e Pesquisa. 2016; 9(2): 251-62. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/viewFile/4747/2837>
17. Araujo MAN, Lunardi Filho WD, Leite LRC, Ma RTK, Silva AA, Souza JC. *Qualidade de vida de estudantes de enfermagem.* Rev Rene. 2014; 15(6): 990-07. Disponível em: http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/11309/1/2014_art_manaraujo.pdf
18. Rezayat F, Nayeri ND. *The level of depression and assertiveness among nursing students.* IJCBNM. 2014; 2(3): 177-84. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4201197/>
19. Langham GW, Jones MP, Terry A. *Transforming future nurses through simulation in mental health nursing.* Journal of Nursing Education and Practice. 2017; 7(4): 96-02. Disponível em: <http://www.sciencedirect.com/journal/index.php/jnep/article/download/10377/6497>
20. Kaya H, Kaya N, Palloş AÖ, Küçük L. *Assessing time-management skills in terms of age, gender, and anxiety levels: A study on nursing and midwifery students in Turkey.* Nurse Educ Pract. 2012; 12(5): 284-98. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22727849>
21. Tabalipa FO, Souza MF, Pfützenreuter G, Lima VC, Traibert E, Traibert J. *Prevalence of anxiety and depression among medical students.* Rev bras educ med. 2015; 39(3): 388-94. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010055022015000300388

22. Teixeira CRS, Pereira MCA, Kusumota L, Gaioso VP, Mello CL, Carvalho EC. *Avaliação dos estudantes de enfermagem sobre a aprendizagem com a simulação clínica*. Rev Bras Enferm. 2015; 68(2): 311-9. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672015000200311
23. Moreira DP, Furegato ARF. *Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de Enfermagem*. Rev latinoam enferm. 2013; 21(8): 155-62. Acesso em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21nspe/pt_20.pdf
24. Botti NCL, Monteiro AMC, Benjamim MLN, Queiroz LC. *Depressão, uso de drogas, ideação e tentativa de suicídio entre estudantes de enfermagem*. Rev enferm UFPE. 2016; 10(7): 2611-6. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/11321>
25. Bardagi MP, Hutz CS. *Rotina acadêmica e relação com colegas e professores: impacto na evasão universitária*. Psico. 2012; 43(2): 174-84. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/7870/>
26. Chaves SE, Ceccim RB. *Avaliação externa no Ensino Superior na área da saúde: inquietações e a dimensão das margens*. Interface comun saúde educ. 2015; 19(55): 1233-42. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/icse/2015nahead/1807-5762-icse-1807-576220140728.pdf>
27. Silva ARS, Silva AL, Bezerra MPM, Mendes MLM, Santos IN. *Estudo do estresse na graduação de enfermagem: revisão integrativa de literatura*. Semina: Ciências biológicas e da saúde. 2016; 2(3): 75-86. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaude/article/view/3211>
28. Oliveira CT, Wiles JM, Fiorin PC, Dias ACG. *Percepções de estudantes universitários sobre a relação professor-aluno*. Psicol Esc Educ. 2014; 8(2): 239-46. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141385572014000200239&lng=en&nrm=iso
29. Dearmon V, Graves RJ, Hayden S, Mulekar MS, Lawrence SM, Jones L et al. *Effectiveness of simulation-based orientation of baccalaureate nursing students preparing for their first clinical experience*. J Nurs Educ. 2013; 52(1): 29-38. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23230885>

Recebido em: 01/08/2017

Revisões requeridas: Não houve

Aprovado em: 12/09/2017

Publicado em: 07 /01/2019

Autora responsável pela correspondência:

Rúbia Gabriela Fernandes Salgado

Rua Visconde de Paranaguá, nº 102, Centro, Rio Grande

Rio Grande do Sul, Brasil

CEP 96.203-900

E-mail: rgabifs@hotmail.com

Telefone: +55 (53) 9 8115-2337

**Divulgação: Os autores afirmam
não ter conflito de interesses.**