

Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem

Factors intervening to anxiety disorder in nursing academics

DOI:10.34117/bjdv7n5-544

Recebimento dos originais: 07/04/2021

Aceitação para publicação: 25/05/2021

Andreza Ohana de Sousa Silva

Pós-graduada em Saúde Mental

Endereço: Rua José Moreira, 599 – Parque Santa Maria, Fortaleza-CE, CEP: 60873-195

E-mail: andrezaohana01@gmail.com

Taynara Tavares de Souza

Graduação Enfermagem

Endereço: Rua Valdemiro Cavalcante, 250, Rodolfo Teófilo, Fortaleza- CE, CEP: 60430-050

E-mail: taynara.tavares.b@gmail.com

Ana Larissa de Sousa Saraiva

Graduação

Enfermeira, Prefeitura de Fortaleza

Endereço: Rua Carlos Studart, 251 A, apt 103, Maraponga, Fortaleza– CE, CEP: 60711-180

E-mail: larisousa621@gmail.com

Érika Nayara Benício Gonçalves de Sales

Mestrado em Enfermagem

Enfermeira, Instituto de Saúde e Gestão Hospitalar

Endereço: Rua Campo Amor Rocha, 71, Ap 701, Fátima, Fortaleza, CEP: 60415-080

E-mail: erika_bsales@hotmail.com

Cristina Costa Bessa

Mestrado

Centro Universitário Estácio do Ceará

Endereço: Rua Eliseu Uchoa Becco, 600 - Água Fria, Fortaleza- CE, CEP: 60810-270

E-mail: tinabessa@hotmail.com

Sue Helem Bezerra Cavalcante Facundo

Mestrado

Centro Universitário Estácio do Ceará

Endereço: Rua Eliseu Uchoa Becco, 600 - Água Fria, Fortaleza- CE, CEP: 60810-270

E-mail: suehelem@gmail.com

Silvana Alves de Oliveira

Pós- graduanda em Acupuntura e Eletroacupuntura

Endereço: Rua Perdígão de Oliveira, 890, Jóquei Club, Fortaleza- CE. CEP: 60520-210

E-mail: silvanacaua@hotmail.com

Letícia Kelly de Carvalho Silva

Graduação em Enfermagem

Endereço: Rua das Olimpíadas, 255, Parque Dois Irmão, Fortaleza- CE. CEP: 60761-135

E-mail: leticiakellydecarvalho@gmail.com

Bruna Shirley Lima Dantas

Graduação Enfermagem

Enfermeira, Instituto da Primeira Infância- Iprede

Endereço: Rua Ana Gonçalves, 1094, São João do Tauape, Cep: 60130-490

E-mail: brunashirleyld@yahoo.com.br

Jéssica dos Santos da Silva

Graduação Enfermagem

Endereço: Rua Barão de Aquiraz bl . 2250 bl 10 apto 201, Coaçu , CEP: 60871-684

E-mail: jessicasantosesv@hotmail.com

RESUMO

Objetivo: identificar na literatura científica os fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem. Método: estudo de revisão integrativa, nas bases de dados BDNF, LILACS, MEDLINE, SCIELO, em língua portuguesa e inglesa, texto completo gratuito, publicado nos últimos 10 anos, período de coleta abril de 2020. Selecionou-se inicialmente 2 551 estudos publicados e após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 16 artigos compuseram a amostra final da revisão. Resultados: foram selecionados 16 artigos, que abrangeram três categorias temáticas: 1) Prevalência do transtorno de ansiedade ao longo da graduação; 2) Fatores desencadeadores da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem; 3) Métodos de alívio da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem. Dos artigos selecionados, o Brasil foi o país que mais publicou entre os anos 2002 a 2019, totalizando 12 artigos publicados, em seguida, tivemos a China (2016), Coreia (2019), Iran (2019) e Peru (2019), com um artigo publicado em cada país, os principais fatores intervenientes encontrados na literatura, foram: atividades curriculares, rotina de atividades pessoais, preocupação com futuro profissional, dificuldade em realizar procedimentos, insegurança quanto ao mercado de trabalho, desgaste físico e emocional com o trabalho de conclusão de curso, má alimentação, baixa qualidade de sono, a falta de lazer, distanciamento social. Conclusão: os estudos sobre os fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem são escassos, percebeu-se que, a sintomatologia está presente durante a formação, além de influenciar em sua assistência com seus futuros clientes/pacientes e na maneira de lidar com sua própria saúde.

Palavras-chave: Estudantes de Enfermagem, Ansiedade, Saúde Mental.

ABSTRACT

Objective: to identify the scientific literature the factors involved in anxiety disorder in nursing students. Method: an integrative review study, in the databases BDNF, LILACS, MEDLINE, SCIELO, in Portuguese and English, free full text, published in the last 10 years, collection period April 2020. Bulletins 2 551 published studies were selected and after applying the inclusion and exclusion criteria, 16 articles made up the final sample of the review. Results: 16 articles were selected, covering three thematic categories: 1) Prevalence of anxiety disorder throughout graduation; 2) Factors that

trigger anxiety in nursing students; 3) Methods of anxiety relief in nursing students. Of the selected articles, Brazil was the country that most published between the years 2002 to 2019, totaling 12 published articles, followed by China (2016), Korea (2019), Iran (2019) and Peru (2019), with an article published in each country, the main intervening factors found in the literature were: curricular activities, routine of personal activities, concern about professional future, difficulty in carrying out procedures, insecurity in the job market, physical and emotional exhaustion with the work of course completion, poor diet, poor sleep quality, lack of leisure, social distance. Conclusion: studies on the factors involved in anxiety disorder in nursing students are scarce, it appears that the symptoms are present during the training, in addition to influencing their assistance with their future clients / patients and the way they deal with your own health.

Keywords: Nursing students, Anxiety, Mental health.

1 INTRODUÇÃO

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que a prevalência de transtornos de ansiedade no mundo é de 3,6%; no continente americano, esse transtorno mental atinge proporções mais elevadas e atinge 5,6% da população; e no Brasil, está presente em 9,3% da população, correspondendo ao maior número de casos de ansiedade do mundo ⁽¹⁾.

Os países de baixa e média renda, como o Brasil, gastam menos de 2,00US\$ per capita, enquanto os de alta renda gastam em média mais de 50,00US\$ per capita no tratamento e na prevenção de transtornos mentais em geral ⁽²⁾.

Os critérios estabelecidos no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5 (DSM-V), indicam que o diagnóstico do transtorno de ansiedade deve ser feito quando for detectada a ocorrência frequente e intensa de diferentes sintomas físicos (taquicardia, palpitações, boca seca, hiperventilação e sudorese), comportamentais (agitação, insônia, reação exagerada a sete estímulos e medos) ou cognitivas (nervosismo, apreensão, preocupação, irritabilidade e distraibilidade) ⁽³⁾.

A ansiedade é um sentimento de temor indefinido que se mostra como desconforto ou estresse devido à antecipação do perigo, de algo incógnito. Esses distúrbios diferem em relação às situações ou objetos que induzem medo, ansiedade ou comportamento de evadir-se e ideação cognitiva agregada ⁽⁴⁾.

Presente em 12% dos universitários, a ansiedade é o problema de saúde mental mais corriqueiro ⁽⁵⁾. Pesquisas revelaram que esse transtorno pode ser incapacitante se não tratado, além disto, a ansiedade em alto nível torna a vida do indivíduo mais difícil, interferindo na vida social e nas atividades diárias ⁽⁶⁾.

O ensino superior apresenta vários desafios, o aumento de independência, a saída da casa familiar, responsabilidade acadêmica e alterações nos grupos sociais. A universidade traz grandes mudanças para a vida dos estudantes ⁽⁷⁾. A vida torna-se mais intensa, os estudos aumentam, muitas vezes, a distância geográfica dos familiares, bem como as cobranças pela sociedade, pela instituição e pelo próprio aluno, podem provocar sentimentos como ansiedade, decepção, irritabilidade, e impaciência durante a graduação ⁽⁸⁾.

Os sintomas psicológicos da ansiedade entre os estudantes incluem nervosismo, pânico, esquecimento durante uma avaliação de aprendizagem, impotência ao fazer trabalhos acadêmicos, ou falta de interesse em uma disciplina difícil. Enquanto que os sintomas fisiológicos compreendem as palmas das mãos frias, sudorese, nervosismo, taquicardia, taquipneia, dor de estômago, entre outros ⁽⁹⁾.

Os acadêmicos de Enfermagem, comparado com outros universitários, possuem fatores adicionais que causam ansiedade: a experiência na prática, o relacionamento com o cliente/paciente, o medo e a angústia de cometer erros e a iminência da morte, são fatores chaves que podem desencadear a ansiedade ⁽¹⁰⁾.

Diante do que foi exposto, tem-se a seguinte pergunta norteadora: Quais os fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem apontados na literatura?

O presente estudo tem como objetivo identificar na literatura os fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, composta por seis fases: 1ª) elaboração da pergunta norteadora; 2ª) busca ou amostragem na literatura; 3ª) coleta de dados; 4ª) análise crítica dos estudos incluídos; 5ª) discussão dos resultados; 6ª) apresentação da revisão integrativa⁽¹¹⁾.

Nesse sentido, definiu-se como questão norteadora da revisão: Quais os fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem apontados na literatura?

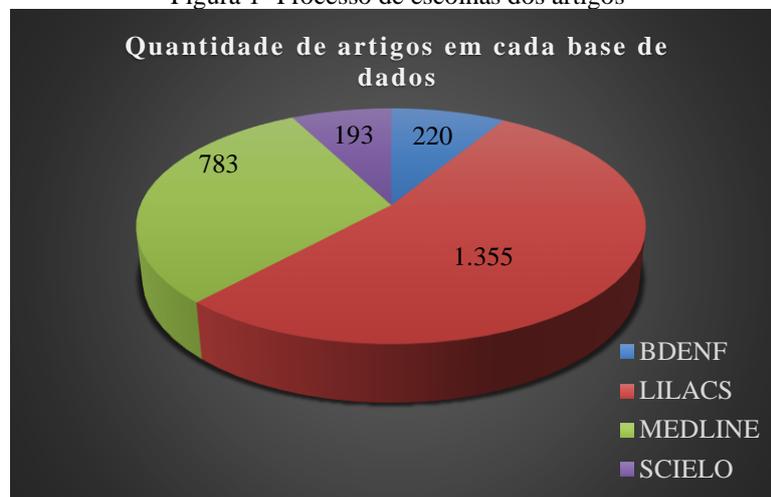
A pesquisa foi realizada a partir dos artigos disponíveis nas bases de dados Base de dados em Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em

Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Para coleta dos dados foram utilizados descritores “estudantes de Enfermagem”, “ansiedade” e “saúde mental”, bem como os seus correspondentes em inglês cadastrados no portal de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da Biblioteca Virtual em Saúde, realizando o entrecruzamento destes através do operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão dos estudos definidos para esta revisão integrativa foram: artigos que abordassem a temática do estudo, texto completo gratuito, mais recentes publicados nos últimos 10 anos, nas bases de dados BDNF, LILACS, MEDLINE, SCIELO, em língua portuguesa e inglesa. Como critérios de exclusão cita-se: teses, dissertações, revisões e/ou materiais que não tivessem relação com o objetivo da pesquisa ou que não respondessem à questão norteadora, assim como os artigos repetidos. O período de coleta ocorreu no mês de abril de 2020.

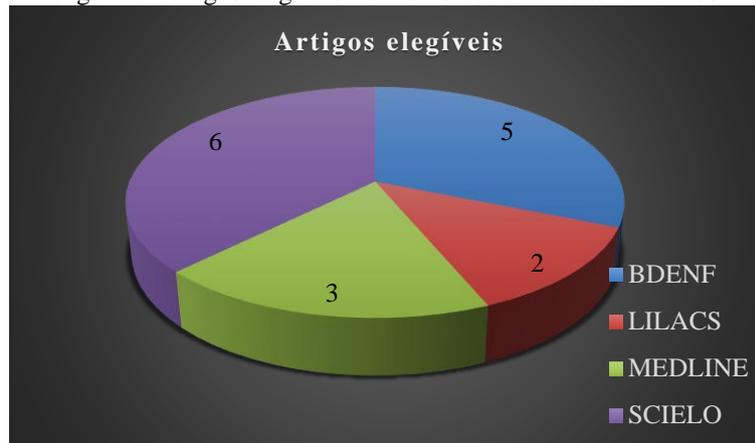
Inicialmente foram encontrados 2 551 estudos (Figura 1). Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, apenas 16 artigos compuseram a amostra final da revisão (Figura 2).

Figura 1- Processo de escolhas dos artigos



Fonte: Elaborado pelas autoras

Figura 2- Artigos elegíveis de acordo com cada base de dados.



Fonte: Elaborado pelas autoras

A categorização dos artigos selecionados levou às três categorias temáticas discutidas a seguir: 1) Prevalência do transtorno de ansiedade ao longo da graduação; 2) Fatores desencadeadores da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem; 3) Métodos de alívio da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos foram divididos em três etapas, a primeira etapa (Quadro 1) apresenta os autores dos artigos, ano de publicação, títulos, objetivo e base de dados. A segunda etapa (Quadro 2) trata-se do aspecto metodológico e principais resultados dos estudos encontrados. Na terceira etapa encontram-se as categorias temáticas e discussão com a literatura pertinente.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos de acordo com autoria/ano de publicação, título, objetivo e base de dados.

N	Autor/ Ano	Título	Objetivo	Base de dados
1	Pereira F, Medeiros S, Fernandes-Salgado R, Castro J, Oliveira A. (2019)	Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de Enfermagem	Conhecer as manifestações de ansiedade vivenciadas pelos estudantes de Enfermagem em uma universidade do extremo sul do país.	BDENF
2	Freitas ACM, Malheiros RMM, Lourenço BS, Pinto FF, Souza CC, Almeida ACL (2018)	Fatores intervenientes na qualidade de vida do estudante de Enfermagem	Avaliar o grau de qualidade de vida dos estudantes concluintes do curso de Enfermagem de uma universidade privada acerca dos fatores considerados estressantes.	BDENF
3	Lima BVBG, Trajano FMP, Chaves-Neto G, Alves RS, Farias	Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em Enfermagem	Avaliar os níveis de ansiedade e autoestima em concluintes do curso de Enfermagem.	BDENF

	JA, Braga JEF (2017)			
4	Jesus IS, Sena ELS, Souza LS, Pereira LC, Santos VTC (2015)	Experiências de estudantes de graduação em Enfermagem com a ansiedade	Descrever as vivências de estudantes de Enfermagem com a ansiedade.	BDENF
5	Nascimento MGG, Resck ZMR, Vilela SC (2018)	Sentimentos de acadêmicos de Enfermagem no estágio curricular sob a ótica de Heidegger	Compreender os sentimentos dos acadêmicos de Enfermagem durante o Estágio Curricular Obrigatório.	BDENF
6	Chaves ECL, Iunes DH, Moura CC, Carvalho LC, Silva AM, Carvalho EC (2015)	Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal	Investigar a ansiedade e a espiritualidade de estudantes universitários e a relação entre elas.	LILACS
7	Mohebbi Z, Setoodeh G, Torabizadeh C, Rambod M (2019)	Estado de saúde mental e fatores associados em estudantes de Enfermagem do sudoeste do Irã	Avaliar o estado de saúde mental e sua relação com fatores associados entre os estudantes de Enfermagem.	LILACS
8	Diaz-Godiño J, Fernández-Henriquez L, Peña-Pastor F, Alfaro-Flores P, Manrique-Borjas G, Mayta-Tovalino F (2019)	Estilos de vida, depressão, ansiedade e estresse como fatores de risco em aprendizes de Enfermagem: uma análise de regressão logística de 1193 estudantes em Lima, Peru	Determinar estilos de vida, depressão, ansiedade e estresse entre os estudantes de Enfermagem peruanos.	MEDLINE

(continua)

(continuação)

9	Cheung T, Wong SY, Wong KY, Yan LL, Ng K, Tong MT et al. (2016)	Depressão, Ansiedade e Sintomas de Estresse em Estudantes de Enfermagem de Bacharelado em Hong Kong: Um Estudo Transversal	Examinar a prevalência de depressão, ansiedade e sintomas de estresse entre estudantes de bacharelado em Enfermagem em Hong Kong.	MEDLINE
10	Son HK, So WY, Kim M.	Efeitos da aromaterapia combinada com musicoterapia na ansiedade, estresse e habilidades fundamentais de Enfermagem em estudantes de Enfermagem: um estudo controlado randomizado.	Identificar os efeitos individuais e combinados da aromaterapia e musicoterapia na ansiedade de teste, ansiedade de estado, estresse e habilidades fundamentais de Enfermagem entre estudantes de Enfermagem na Coreia.	MEDLINE
11	Fernandes MA, Vieira FER, Silva JS, Avelino FVSD, Santos JDM (2018)	Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública	Identificar a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos e suas correlações com características sociodemográficas e ocupacionais em estudantes universitários.	SCIELO
12	Bampi LNS, Baraldi S, Guilhem D, Pompeu RB, Campos ACO (2013)	Percepção sobre qualidade de vida de estudantes de graduação em Enfermagem	Conhecer a percepção sobre a qualidade de vida de graduandos em Enfermagem.	SCIELO
13	Leão AM, Gomes IIP, Ferreira JMM, Cavalcanti LPG (2018)	Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil	Estimar a prevalência e os fatores associados à depressão e ansiedade em estudantes universitários da área da saúde.	SCIELO
13	Leão AM, Gomes IIP, Ferreira JMM, Cavalcanti LPG (2018)	Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil	Estimar a prevalência e os fatores associados à depressão e ansiedade em estudantes universitários da área da saúde.	SCIELO
14	1. Gonçalves JRL, Jorge AP, Zanetti GC Amaro EA, Tócoli RT, Lucchetti G (2018)	2. A religiosidade está associada a níveis mais baixos de ansiedade, mas não depressão, em estudantes de medicina e Enfermagem	Avaliar a associação entre crenças religiosas e espirituais, ansiedade e depressão em estudantes de medicina e Enfermagem.	SCIELO

(continua)

(continuação)

15	Bezerra BPN, Ribeiro AIAM, Farias ABL, Farias ABL, Fontes LBC (2012)	Prevalência da disfunção temporomandibular e de diferentes níveis de ansiedade em estudantes universitários	Avaliar a prevalência da disfunção temporomandibular (DTM) e dos diferentes níveis de ansiedade, em acadêmicos dos cursos de Ciências Biológicas, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba.	SCIELO
16	Lima SO, Lima AMS, Barros ES, Varjão RL, Santos VF, Varjão LL et al.	Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de Saúde	Identificar a prevalência de depressão nos acadêmicos dos cursos da área de saúde, medicina, Enfermagem e odontologia.	SCIELO

Fonte: Elaborado pelas autoras

Quadro 2 - Caracterização metodológica e resultados dos estudos utilizados na revisão integrativa.

N	Tipo de estudo	Resultados
1	Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva.	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 ⁽²⁰⁾ .
2	Estudo qualitativo.	Pode-se observar que na universidade que foi o foco do estudo, os níveis de qualidade de vida dos estudantes estão baixos e que o grau de satisfação do momento vivido por eles é médio ⁽²⁴⁾ .
3	Estudo descritivo, de campo, com abordagem quantitativa.	Os estudantes pesquisados, quando questionados sobre as razões que desencadeavam alterações nos níveis de ansiedade, consideraram ser o principal fator o Trabalho de Conclusão de Curso (92,1%). Os demais fatores acadêmicos causadores de alterações nos níveis de ansiedade elencados pelos estudantes foram: estágio curricular (72,5%) e estágio não obrigatório (49,01%); 15,6% dos estudantes indicaram as atividades laborais; e 11,7% outros fatores pessoais como causadores de alterações nos níveis de ansiedade ⁽¹⁷⁾ .
4	Estudo qualitativo, fundamentado na pesquisa-ação-participante.	Os acadêmicos se cobram em relação à aprendizagem prática e se sentem incapazes por ter dificuldade em realizar um procedimento ou mesmo não conseguir realizá-lo. A tristeza aparece devido a não conseguirem executar procedimentos durante o estágio e pela falta de acompanhamento dos professores na execução desses procedimentos, o que vem atrelado ao sentimento de alegria por estarem na reta final do curso ⁽²⁵⁾ .
5	Pesquisa qualitativa com referencial teórico metodológico da Fenomenologia: descrição, redução e compreensão, e analisada sob a ótica de Heidegger.	A insegurança apareceu nas falas dos acadêmicos de duas formas: em relação à execução da prática no estágio curricular obrigatório e em relação ao futuro em se tratando do enfrentamento do mercado de trabalho. Quanto ao futuro, a insegurança aparece por se sentirem sozinhos para enfrentar o mercado competitivo de trabalho. Já o sentimento de medo foi manifestado em relação ao novo, e ao enfrentar o futuro ⁽²¹⁾ .
6	Estudo transversal.	Dos 609 alunos participantes, 501 (82,3%) eram do sexo feminino e 108 (17,7%) pertenciam ao sexo masculino; 84 (13,8%) cursavam Enfermagem; 177 (19,2%) cursavam fisioterapia; 175 (28,7%) cursavam odontologia e 233 (38,3%) cursavam farmácia. A média de idade dos participantes do estudo foi de 21±2,5 anos. Destes 609 que participaram 91,5% apresentam níveis moderados e altos de ansiedade-traço; 92,9%, os mesmos níveis de ansiedade-estado e 93,8% alto escore de espiritualidade. O teste de regressão linear múltipla apontou relação significativa entre a ansiedade e a presença de desconfortos físicos, de movimentos pouco comuns e necessidade de

		tratamento. Os maiores níveis de ansiedade estiveram associados ao sexo feminino, à ausência de atividades de lazer e aos baixos níveis de otimismo da escala de espiritualidade ⁽²⁹⁾ .
7	Estudo de corte transversal.	A maioria dos participantes (65,1%) eram mulheres; 5,3% tinham entre 21 e 22 anos, eram solteiros (84,5%) e o 33,3% estudavam no sexto semestre. 68,5% dos estudantes tinham problemas com a saúde mental. Por dimensões de GHQ-28, se encontrou que 7,7% tinham sintomas somáticos, 13,8% sintomas de ansiedade e transtornos do sono, 52,3% disfunção social e 6,2% depressão. O sexo masculino teve maior pontuação de depressão que as mulheres, e o estado civil solteiro se relacionou com maiores pontuações de sintomas físicos, ansiedade e insônia e depressão, comparado com os casados. Se encontrou uma relação inversa entre a média da pontuação de GHQ-28 e o semestre, a qualificação nas matérias práticas e a qualificação total para sintomas físicos e ansiedade e insônia ⁽¹³⁾ .
8	Estudo observacional transversal.	De acordo com as categorias estabelecidas no respectivo instrumento, verificou-se que, na avaliação do estilo de vida, a maioria dos estudantes de Enfermagem possui estilo de vida não saudável em 53,9% ($n = 643$); da mesma forma, a maioria não apresentou depressão em 61,2% ($n = 730$); no entanto, foram encontrados níveis moderados de 19,7% ($n = 235$), leves 14,2% ($n = 169$), graves 2,5% ($n = 30$) e 2,4% extremamente graves ($n = 29$). Em relação à ansiedade, verificou-se que as maiores prevalências foram no nível moderado 36,3% ($n = 433$), em relação ao estresse, a maioria estava no nível normal 59,9% ($n = 715$) ⁽²²⁾ .
9	Estudo transversal.	Nosso estudo identificou preditores significativos de distúrbios psicossociais em estudantes de Enfermagem de Hong Kong. Os fatores de risco incluem características sociodemográficas como idade, ano de estudo, incidência de qualquer crise no relacionamento familiar, dificuldades financeiras e saúde mental percebida; fatores de estilo de vida, como exercícios, falta de tempo para lazer e tranquilidade, problemas de sono; e fatores relacionados ao trabalho, incluindo especialidade clínica ⁽¹⁸⁾ .
10	3. Estudo controlado randomizado.	O estudo mostrou que a aromaterapia combinada à musicoterapia teve um efeito significativo na ansiedade de teste, ansiedade de estado, estresse e desempenho das habilidades fundamentais de Enfermagem em comparação com intervenções separadas. Com base nos resultados, a aromaterapia combinada à musicoterapia é recomendada como uma intervenção para os estudantes de Enfermagem que se preparam para os testes, para que possam alcançar os objetivos de aprendizagem do currículo de Enfermagem ⁽²⁶⁾ .
11	Estudo censitário, transversal e analítico.	A maioria dos participantes era do sexo feminino, solteira, natural da capital do estado e morava com os pais. A prevalência de depressão foi de 30,2% e de ansiedade, 62,9%. Foi identificada associação entre o nível de sintomas depressivos, trabalho, sexo e lazer ⁽¹²⁾ .
12	Estudo transversal.	No presente estudo, embora o domínio psicológico tenha alcançado destaque, melhor escore na avaliação, a questão referente à presença de sentimentos negativos, como mau humor, ansiedade, desespero e depressão chamou a atenção. As facetas denominadas capacidade de concentração, sono, grau de energia diário, capacidade para realizar atividades do dia-a-dia e do trabalho, oportunidades de lazer e recursos financeiros foram influencias negativas à qualidade de vida dos entrevistados, por apresentarem pior desempenho. Estas estão intimamente ligadas ao sucesso no processo de aprendizagem e na realização das atividades acadêmicas e em conjunto, podem ser desencadeantes de sentimentos negativos, os quais têm influência direta no grau de satisfação/insatisfação que os estudantes demonstraram com sua qualidade de vida ⁽¹⁹⁾ .
13	Estudo transversal analítico.	As prevalências de ansiedade e depressão entre os estudantes da área da saúde foram muito superiores às da população em geral, tendo os estudantes do curso de Fisioterapia apresentado o resultado mais alto ⁽²³⁾ .
14	Estudo transversal.	Foram incluídos no estudo 187 estudantes (90,7%), 56,1% do sexo feminino, média de 23 anos e 69% estavam matriculados no programa médico. Dos

		estudantes, 29,4% frequentavam serviços religiosos uma vez por semana ou mais, 10,7% realizavam atividades religiosas privadas uma vez por dia ou mais, e os índices de religiosidade e espiritualidade intrínsecas eram moderados. Na regressão linear, ajustada pelas variáveis sociodemográficas, o atendimento religioso foi o único fator associado a menores níveis de ansiedade (Beta: - 0,178, p = 0,026). As outras dimensões da religiosidade ou espiritualidade não foram associadas a níveis de ansiedade e depressão ⁽²⁸⁾ .
15	Estudo transversal, com abordagem indutiva e análise estatística descritiva e inferencial.	48,2% dos indivíduos apresentavam DTM leve, 11,3% moderada e 3% grave. A DTM foi mais frequente em indivíduos solteiros, do gênero feminino, na faixa etária dos 18 aos 22 anos, com sintoma de tensão emocional. Os acadêmicos de Fisioterapia apresentaram significativamente maior necessidade de tratamento para DTM e valores mais elevados do nível de ansiedade ⁽¹⁶⁾ .
16	Estudo quali-quantitativo.	Os acadêmicos do curso de Enfermagem apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos, seguido pelo curso de odontologia e o de medicina. O gênero feminino apresentou uma prevalência maior de casos de depressão, mas não houve associação entre a variável depressão e gênero. A faixa etária que apresentou alto índice de depressão foi a que estava entre 26 e 33 anos ⁽¹⁵⁾ .

Fonte: Elaborado pelas autoras

Dos artigos selecionados, o Brasil foi o país que mais publicou entre os anos 2002 a 2019, totalizando 12 artigos publicados, em seguida, tivemos a China (2016), Coreia (2019), Iran (2019) e Peru (2019), com um artigo publicado em cada país.

A seguir apresentam-se as categorias temáticas que surgiram a partir da análise dos artigos bem como sua discussão com literatura pertinente.

3.1 CATEGORIA 1 - PREVALÊNCIA DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE AO LONGO DA GRADUAÇÃO

A leitura e análise dos artigos revelaram um aumento do nível de ansiedade nos acadêmicos ao longo da graduação e que a maioria não procura ajuda e nem tratamento, o que ocasiona uma grande quantidade de acadêmicos ansiosos e/ou depressivos sem tratamento.

Em pesquisa realizada com acadêmicos de Enfermagem de uma universidade federal do nordeste brasileiro, 62,9% desses universitários apresentaram sintomas de ansiedade, onde a maioria era do sexo feminino (81,5%), solteira (91,6%) e 73% ainda moravam com os pais. Em relação ao período do curso constatou-se que 52,7% cursavam até o segundo ano e 47,3% estavam cursando a partir do terceiro ano do curso. Comparando os sintomas foi visto que 62% apresentaram sintomas de grau leve, 44% moderado e 23% sintomas graves de ansiedade, onde o nervosismo (80%), sensação de estar assustado (73%), e indigestão ou desconforto abdominal (73%) foram os mais relatados ⁽¹²⁾.

Em estudo realizado com 130 estudantes de Enfermagem de uma universidade do Irã, mostrou que 68,5% dos alunos tinham problemas com a saúde mental, onde 13,8% relataram sintomas de ansiedade e transtornos do sono e que, além disso, 7,7% tinham sintomas somáticos, 52,3% disfunção social e 6,2% depressão ⁽¹³⁾.

Já em outro estudo realizado com 378 alunos, 151 (39,9%) dos estudantes universitários entrevistados apresentaram escore de classificação para caso suspeito de transtornos de humor, de ansiedade e de somatização. Das variáveis sociodemográficas, os maiores índices foram para mulheres (43,7%), homossexuais (50%), cor de pele preta (42,9%) e em união estável (50%). Sobre os cursos oferecidos pela instituição escolhida para o estudo, nota-se, entre estudantes do curso de Administração, um elevado índice de casos suspeitos para transtornos mentais comuns (57,5%), seguidos por estudantes do curso de Enfermagem (43,8%) e estudantes do curso de Análise de Sistemas (40%) ⁽¹⁴⁾.

Contudo um estudo com 383 alunos mostrou que a prevalência também de depressão entre esses acadêmicos foi de 62,92% e que dentro dessa porcentagem, 71,02% eram do curso de Enfermagem. Ademais, o mesmo artigo mostrou ainda que houve um maior índice de sintomas de depressão, onde os estudantes de Enfermagem foram 1,7 vezes mais propensos a ter a doença do que outros estudantes da área da saúde ⁽¹⁵⁾.

Ao avaliar os níveis de ansiedade, uma pesquisa com 336 alunos apresentou que o índice de ansiedade-estado mostrou uma taxa de nível médio para 66,1% dos estudantes, 33,6% em nível baixo e 0,3% para nível alto. Já para análise de ansiedade-traço apresentou 77% para nível médio, 22% para nível baixo e 0,3% apresentaram nível alto. Ainda segundo o estudo foi visto que essa ansiedade pode trazer até mesmo problemas físicos como a DTM (disfunção temporomandibular), que constatou uma maior prevalência dos níveis médio/alto para aqueles que têm DTM e nível baixo para os indivíduos sem a disfunção ⁽¹⁶⁾.

Percebeu-se que o perfil sociodemográfico das pesquisas acerca da ansiedade nos acadêmicos de Enfermagem é de prevalência feminina, como mostra uma pesquisa feita com estudantes do curso de Enfermagem da universidade federal da Paraíba, onde 92,16% dos entrevistados eram do sexo feminino e que mais uma vez a ansiedade estava presente em mais da metade desses estudantes, cerca de 52,9% apresentaram uma alta ansiedade e os demais, 47,1%, baixa ansiedade ⁽¹⁷⁾.

Segundo uma pesquisa feita em Hong Kong identificou que a prevalência de sintomas de ansiedade (39,9%), depressão (24,3%) e estresse (20%) está presente na vida

dos estudantes de Enfermagem, onde o sexo feminino apresentou um maior índice de sintomas de ansiedade e estresse, enquanto acadêmicos do sexo masculino apresentaram maior probabilidade para sintomas de depressão. Ainda foi visto que os alunos mais jovens (18 a 22 anos) apresentaram maior probabilidade para sintomas de ansiedade do que os de faixa etária mais velha (23 a 27 anos e 23 a 28 anos) ⁽¹⁸⁾.

3.2 CATEGORIA 2 - FATORES DESENCADEADORES DA ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

As atividades curriculares, a rotina de atividades pessoais e a preocupação com futuro profissional emergiram em oito artigos como fatores desencadeadores da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem na literatura encontrada.

Em relação às atividades curriculares, os artigos evidenciaram a insegurança dos acadêmicos na realização das avaliações teóricas ou práticas, onde estes sentiam-se bastante preocupados em relação a nova cobrança e apreensivos por não conseguir conciliar seu tempo de estudos com atividades extracurriculares o que acaba gerando um certo medo de reprovação nas disciplinas ⁽¹⁹⁾.

As disciplinas de estágios curriculares também apareceram como desencadeadoras de sintomas de ansiedade devido à dificuldade dos acadêmicos em realizar procedimentos, ao receio, ao estar em um local atípico de estudo (hospitais e unidades básicas de saúde) e ao medo dos estudantes para lidar com suas emoções e as do paciente ⁽²⁰⁾.

Ainda segundo um estudo com alunos de oitavo e nono semestre de uma universidade de Minas Gerais apresentou estudantes com sentimentos vivenciados durante os estágios obrigatórios, como angústia, medo, tristeza, cobrança pessoal frente ao assunto, pois expuseram o medo em relações práticas, de não conseguirem executar os procedimentos e da falta de um melhor acompanhamento dos professores em relação a isso. Manifestaram também uma grande insegurança quanto ao mercado de trabalho, de não conseguirem suprir as necessidades do futuro emprego ⁽²¹⁾.

As pesquisas realizadas com acadêmicos de final de curso demonstraram que a ansiedade aumenta mais ainda devido ao desgaste físico e emocional com a chegada dos estágios e/ou residências e com o trabalho de conclusão de curso, pois exigem uma demanda ainda maior de si e com isso acabam se cobrando muito e conseqüentemente há um aumento dessa ansiedade ⁽¹⁷⁾.

Percebeu-se nos estudos que a rotina de atividades diárias está relacionada à sobrecarga de funções e surgiu como fator que gera ansiedade no público em questão. Muitos acadêmicos trabalhavam e estudavam, eram responsáveis pelos serviços domésticos, ou tinham filhos ⁽²²⁾.

Má alimentação, baixa qualidade de sono, a falta de tempo para lazer bem como o distanciamento social, em especial aqueles que precisaram sair de suas cidades natais para estudar também estiveram ligados ao surgimento de sintomas ansiosos ⁽²³⁾.

Os resultados são preocupantes, pois os acadêmicos relatam estar cansados e estressados fisicamente e mentalmente por conta da soma de eventos passados na vida acadêmica e sentimentos relacionados ao fim da vida acadêmica com início da vida profissional ⁽²⁴⁾. Em alguns relatos os estudantes demonstram sentimento de medo de não conseguir um emprego ou não conseguir dar suporte ao paciente sozinho, sem a presença do professor, também tem o sentimento de tristeza por não se acharem aptos ao serviço por pensar não ter prática suficiente. Eles comentam também sobre a frustração quanto a desvalorização da Enfermagem ⁽²⁵⁾.

3.3 CATEGORIA 3 - MÉTODOS DE ALÍVIO DA ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

A análise dos artigos encontrados revelou alguns métodos de alívio da ansiedade em estudantes de Enfermagem, como: o uso das práticas integrativas e complementares (PICs) e a espiritualidade.

Em estudo realizado com acadêmicos coreanos, os pesquisadores dividiram os participantes em três grupos: 32 estudantes participaram de aromaterapia, 32 participaram de musicoterapia e 34 participaram de aromaterapia combinada com musicoterapia. O estudo confirmou os efeitos da aromaterapia e musicoterapia quando aplicados separadamente e quando combinados. Aromaterapia combinada com musicoterapia geraram uma diminuição significativa na ansiedade de teste, estado de ansiedade e estresse, e aumentou o desempenho das habilidades fundamentais de Enfermagem dos alunos em comparação com os outros grupos de intervenção separados ⁽²⁶⁾.

A utilização das PICs vem apresentando resultados positivos na redução da ansiedade em estudantes de outras categorias da área da saúde, em estudo com acadêmicos de Medicina na Alemanha, concluiu-se que tanto a acupuntura auricular (AA) quanto o placebo reduziram a ansiedade no exame em comparação com nenhuma

intervenção em estudantes de medicina, enquanto o AA produziu efeitos mais fortes que o procedimento com placebo. Verificou-se que o procedimento placebo reduz a ansiedade do exame em comparação com nenhuma intervenção em estudantes de medicina, embora esse efeito não tenha sido tão forte quanto a redução da ansiedade pré-exame através do AA ⁽²⁷⁾.

Um estudo realizado com acadêmicos de Enfermagem e medicina, as medidas religiosas às vezes podem se comportar como fatores de risco e outras, como fatores de proteção, sob diferentes situações e variando de acordo com o contexto e a população. O estudo foi realizado com 75 acadêmicos de Enfermagem e 131 acadêmicos de medicina. O estudo mostrou que a prática religiosa minimiza os impactos negativos da vida universitária. Esse apoio torna-se mais eficaz quando envolve a participação em atividades sociais religiosas em detrimento de atividades privadas ⁽²⁸⁾.

Outro estudo confirma que a religiosidade pode atuar na promoção e na preservação da saúde dos estudantes universitários, o estudo foi realizado com 609 acadêmicos, 501 (82,3%) eram do sexo feminino e 108 (17,7%) pertenciam ao sexo masculino; 84 (13,8%) cursavam Enfermagem; 177 (19,2%) cursavam fisioterapia; 175 (28,7%) cursavam odontologia e 233 (38,3%) cursavam farmácia. O estudo mostrou que as pessoas que vivenciam uma experiência espiritual possuem menos ansiedade, ou ainda, que a incorporação da espiritualidade tem sido benéfica no tratamento da mesma ⁽²⁹⁾.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final do estudo, percebeu-se com base na literatura encontrada, que há um aumento na prevalência do transtorno de ansiedade ao longo da graduação, os fatores desencadeadores da ansiedade estão relacionados às atividades curriculares, a rotina de atividades pessoais e a preocupação com futuro profissional e que há métodos de alívio da ansiedade envolvendo as Práticas Integrativas e Complementares.

O transtorno de ansiedade gera uma sintomatologia que está presente durante a formação acadêmica, além de influenciar em sua assistência com seus futuros clientes/pacientes e na maneira de lidar com sua própria saúde.

Ressalta-se a necessidade de realização mais pesquisas clínicas que abordem e aprofundem fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem e pesquisas de campo sobre métodos de alívio para os sintomas gerados pela doença.

Tendo em vista a necessidade de seus acadêmicos, sugere-se que as Instituições de nível superior intervenham positivamente levando para suas instalações uma sala climatizada, silenciosa e/ou um ambiente tranquilo ao ar livre de fácil acesso, podendo nesses espaços acontecer as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) para que os estudantes possam usufruir de momentos de alívio do estresse e ansiedade. Além disso, os cursos da área da saúde podem investir em projetos de extensão com ambulatórios de saúde mental que promovam o acolhimento de estudantes de Enfermagem e/ou outros cursos de graduação.

REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial de Saúde-OMS. Depressão e outros transtornos mentais comuns: estimativas globais de saúde [Internet]. Genebra: OMS; 2017. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>
2. Organização Mundial da Saúde. Novas perspectivas sobre gastos globais em saúde para cobertura universal de saúde. [Internet]. Genebra: OMS; 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/259632>
3. Associação Americana de Psiquiatria. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5. 5th.ed. Washington: Associação Americana de Psiquiatria, 2013
4. Guimarães AMV, Silva Neto AC, Vilar ATS, Almeida BGC, Albuquerque CMF, Fermoseli AFO. Transtornos de ansiedade: um estudo de prevalência sobre como fobias específicas e a importância da ajuda psicológica. Semina [Internet]. 2015 [acesso 15 mar. 2020]; 3 (1): 115-28. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/fitsbiosauade/article/view/2611/1497>
5. Szpak JL, Kameg KM. Simulation Decreases Nursing Student Anxiety Prior to Communication With Mentally Ill Patients. Clin Simulation Nurs. 2013; 9:13-19
6. Vitasaria P, Wahabb MNA, Othmanc A, Herawand T, Sinnaduraie S. K. The Relationship between Study Anxiety and Academic Performance among Engineering Students. Procedia Soc Behav Sci . 2010; 8:490–7
7. Chatterjee S, Saha I, Mukhopadhyay S, Misra R, Chakraborty A, Bhattacharya A. Depressão entre estudantes de Enfermagem de uma faculdade do governo indiano. Ir. J Nurs [Internet]. 2014 [acesso em 25 jun. 2020]; 23 (6): 316-20. Disponível em: <https://www.magonlinelibrary.com/doi/10.12968/bjon.2014.23.6.316>
8. Ibrahim AK, Kelly SJ, Adams CE, Glazebrook C. Uma revisão sistemática de estudos de prevalência de depressão em estudantes universitários. J Psychiatr Res [Internet]. 2013 [acesso em 25 jun. 2020]; 47 (3): 391-400. Disponível em: [https://www.journalofpsychiatricresearch.com/article/S0022-3956\(12\)00357-3/fulltext](https://www.journalofpsychiatricresearch.com/article/S0022-3956(12)00357-3/fulltext)
9. Sanches SHB, Osório FL, Udina M, Santos RM, Crippa JAS. Associação entre ansiedade e hipermobilidade articular: uma revisão sistemática. Rev Bras Psiquiatr. 2012; 34(11):53-68
10. Marchi KC, Bárbaro AM, Miasso AI, Tirapelli CR. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de Enfermagem de uma universidade pública. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 30º de setembro de 2013 [acesso em 25 jun. 2020]; 15(3):729-37. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/18924>
11. Souza Marcela Tavares de, Silva Michelly Dias da, Carvalho Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo) [Internet]. 2010 Mar [acesso em

04 jun. 2020] ; 8(1): 102-106. Disponível:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>

12. Fernandes Márcia Astrês, Vieira Francisca Emanuelle Rocha, Silva Joyce Soares e, Avelino Fernanda Valéria Silva Dantas, Santos José Diego Marques. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. *Rev. Bras. Enferm.* [Internet]. 2018 [access 2020 June 04] ; 71(Suppl 5): 2169-2175. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102169&lng=en. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>

13. Mohebbi Zinat, Setoodeh Giti, Torabizadeh Camelia, Rambod Maoume. Estado de saúde mental e fatores associados em estudantes de Enfermagem do sudoeste do Irã. *Invest. educ. enferm* [Internet]. 2019; 37(3):4. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-53072019000300004&script=sci_abstract&tlng=pt
<http://dx.doi.org/10.17533/udea.iee.v37n3e04>

14. Gomes C, Pereira Junior R, Cardoso J, Silva D. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários. *SMAD Rev Eletr Saúde Mental Álcool Drog* [Internet]. 21fev.2020 [acesso 28 jun.2020];16(1):1-. Disponível: <http://www.revistas.usp.br/smad/article/view/166992>

**15. Lima Sonia Oliveira, Lima Aline Melo Sentges, Barros Erica Silva, Varjão Renato Leal, Santos Vivian Fernandes dos, Varjão Lucas Leal et al. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. *Psicol. cienc. prof.* [Internet] 2019 Dez; 39. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932019000100160&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt
<https://doi.org/10.1590/1982-3703003187530>**

16. Bezerra Berta Priscilla Nogueira, Ribeiro Ana Isabella Arruda Meira, Farias Alcione Barbosa Lira de, Farias Alan Bruno Lira de, Fontes Luciana de Barros Correia, Nascimento Silvio Romero do et al . Prevalência da disfunção temporomandibular e de diferentes níveis de ansiedade em estudantes universitários. *Rev. dor* [Internet]. 2012. [acesso 04 jun. 2020] ; 13(3): 235-242. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-00132012000300008&lng=pt. <https://doi.org/10.1590/S1806-00132012000300008>

17. Vasconcelos-de-Brito-Gomes-Lima B, Pedroza-Trajano F, Chaves-Neto G, Santos-Alves R, Alves-Farias J, Fernandes-Braga J. Evaluation of anxiety and self-esteem in students concluding the nursing graduation course. *Journal of Nursing UFPE on line* [Internet]. 2017 Nov 5; [access 2020 June 04]; 11(11): 4326-4333. Available from: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaEnfermagem/article/view/13440>

18. Cheung T, Wong SY, Wong KY, et al. Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2016;13(8):779. Published 2016 Aug 3. doi:10.3390/ijerph13080779

19. Bampi Luciana Neves da Silva, Baraldi Solange, Guilhem Dirce, Pompeu Rafaella Bizzo, Campos Ana Carolina de Oliveira. Percepção sobre qualidade de vida de estudantes de graduação em Enfermagem. *Rev. Gaúcha Enferm.* [Internet]. 2013. [acesso 04 jun. 2020] ; 34(2): 125-132. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472013000200016&lng=pt. <https://doi.org/10.1590/S1983-14472013000200016>
20. Pereira F, Medeiros S, Fernandes-Salgado R, Castro J, Oliveira A. Anxiety signs experienced by nursing undergraduates / Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de Enfermagem. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online* [Internet]. 2019 Jul 1; [acesso 4 jun. 2020]; 11(4): 880-886. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6699>
21. Nascimento Márcia Gabriela Gomes, Resck Zélia Marilda Rodrigues, Vilela Sueli de Carvalho. Sentimentos de acadêmicos de enfermagem no estágio curricular sob a ótica de Heidegger. *Cogitare enferm.* [Internet]. 2018; [acesso 27 jun. 2020] ; 23(4): e57562. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-85362018000400320&lng=pt. Epub 31-Jan-2018. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v23i4.57562>
22. Diaz-Godiño J, Fernández-Henriquez L, Peña-Pastor F, Alfaró-Flores P, Manrique-Borjas G, Mayta-Tovalino F. Lifestyles, Depression, Anxiety, and Stress as Risk Factors in Nursing Apprentices: A Logistic Regression Analysis of 1193 Students in Lima, Peru. *J Environ Public Health.* 2019;2019:7395784. Published 2019 Nov 6. doi:10.1155/2019/7395784
23. Leão Andrea Mendes, Gomes Ileana Pitombeira, Ferreira José Marcelo Monteiro, Cavalcanti Luciano Pamplona de Góes. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Rev. bras. educ. med. Brasília.* [Internet]. 2018 Dez; 42(4): 55-65. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lng=pt&tlng=pt. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092>
24. Freitas ACM, Malheiros RMM, Lourenço BS, Pinto FF, Souza CC, Almeida ACL. Intervening factors in the quality of life of nursing student. *Journal of Nursing UFPE on line* [Internet]. 2018; [acess 2020 June 04]; 12(9): 2376-2385. Available from: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaEnfermagem/article/view/230110>
25. Jesus IS, Sena ELS, Souza LS, Pereira LC, Santos VTC. Experiências de estudantes de Enfermagem com ansiedade. *Revista de Enfermagem da UFPE on-line* [Internet]. 8 de dezembro de 2014; [Citado em 2020 em 27/06]; 9 (1): 149-157. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaEnfermagem/article/view/10319>
26. Son HK, So WY, Kim M. Effects of Aromatherapy Combined with Music Therapy on Anxiety, Stress, and Fundamental Nursing Skills in Nursing Students: A Randomized Controlled Trial. *Int J Environ Res Public Health.* 2019;16(21):4185. Published 2019 Oct 29. doi:10.3390/ijerph16214185

27. Klausenitz C, Hacker H, Hesse T, Kohlmann T, Endlich K, Hahnenkamp K, et al. Auricular Acupuncture for Exam Anxiety in Medical Students-A Randomized Crossover Investigation. *PLoS One*. 2016;11(12):e0168338. Published 2016 Dec 29. doi:10.1371/journal.pone.0168338
28. Gonçalves Jurema Ribeiro Luiz, Jorge Arthur Pereira, Zanetti Guilherme Cia, Amaro Elisângela de Assis, Tótolí Ricardo Tonim, Lucchetti Giancarlo. Religiousness is associated with lower levels of anxiety, but not depression, in medical and nursing students. *Rev. Assoc. Med. Bras.* [Internet]. 2018; [access 2020 June 04] ; 64(6): 537-542. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302018000600537&lng=en. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.64.06.537>
29. Chaves ECL, Iunes DH, Moura CC, Carvalho LC, Silva AM, Carvalho EC. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. *Rev. Bras. Enferm.* [Internet]. [acesso 27 jun. 2020] ; 68(3): 504-509. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672015000300504&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>.