

# Risco para ansiedade e depressão entre acadêmicos de enfermagem

## Risk of anxiety and depression among nursing students

Alexsandra Meira de Araújo<sup>1</sup>, Dulcian Medeiros de Azevedo<sup>2</sup>

**Como citar esse artigo.** ARAÚJO, A. M. AZEVEDO, D. M. Risco para ansiedade e depressão entre acadêmicos de enfermagem. *Mosaico - Revista Multidisciplinar de Humanidades*, Vassouras, v. 16, n. 3, p. 01-13, set./dez. 2025.



### Resumo

As mudanças na vida de estudantes após o ingresso no ensino superior podem ser bastante impactantes, tornando a universidade um ambiente que pode contribuir para o surgimento de sofrimento emocional em alguns casos. Objetivou-se investigar o risco para desenvolvimento de depressão e ansiedade entre acadêmicos de enfermagem. Estudo descritivo, quantitativo e transversal, realizado com 141 acadêmicos, entre junho e setembro de 2022, através de um questionário e duas escalas de Beck (Depressão e Ansiedade). A maioria dos participantes eram mulheres (83,7%), heterossexuais (84,4%), solteiros (82,3%), entre 20 e 29 anos (78,7%). Os sintomas depressivos e ansiosos (moderados e graves) estiveram presentes em 49% e 46,1% dos participantes, respectivamente. Os resultados suscitam a necessidade de a gestão universitária local buscar formas de atendimento às necessidades coletivas e individuais dos acadêmicos, objetivando diminuir prejuízos no aprendizado, melhoria do bem-estar e empoderamento deste processo.

**Palavras-chave:** Estudantes de Enfermagem; Educação Superior; Depressão; Ansiedade; Fatores de Risco.

### Abstract

**Nota da Editora.** Os artigos publicados na Revista Mosaico são de responsabilidade de seus autores. As informações neles contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras ou de suas Revistas.

The changes that occur in the lives of students after entering higher education can be quite impactful, making the university a conducive environment for the onset of emotional distress in some cases. The purpose was to investigate the risk of developing depression and anxiety among nursing students. A descriptive, quantitative and cross-sectional study was held with 141 students between June and September 2022, using a questionnaire and two Beck scales (Depression and Anxiety). Most of the participants were women (83.7%), heterosexual (84.4%), single (82.3%) and aged between 20 and 29 (78.7%). Depressive and anxiety symptoms (moderate and severe) were found in 49% and 46.1% of the participants, respectively. The results raise the need for local university management to seek ways of meeting the collective and individual needs of students, with the aim of reducing damage to learning, improving well-being and empowering this process.

**Keywords:** Nursing students; Higher education; Depression; Anxiety; Risk factors.

Afiliação dos autores:

<sup>1</sup>Enfermeira. Especialista em Saúde da Mulher. Egressa do Curso de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), Caicó-RN, Brasil.

<sup>2</sup>Enfermeiro. Doutor em Ciências da Saúde. Professor do Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família (PROFSAUDE/FIOCRUZ), Curso de Enfermagem (UERN), Caicó-RN, Brasil.

E-mail de correspondência: dulcianmedeiros@uern.br

Recebido em: 20/10/2024. Aceito em: 28/10/2025.

## Introdução

O ambiente das instituições de ensino superior apresenta inúmeras dificuldades para os estudantes, entre eles a necessidade de alguns conciliarem trabalho e estudo, a adaptação a um novo sistema de ensino que exige maior autonomia dos mesmos, conhecimentos prévios sobre a área e aprendizados, situações ainda mais distintas entre acadêmicos de classes sociais com vulnerabilidade socioeconômica. A limitação de recursos financeiros constitui um fator agravante, dificultando o acesso a materiais didáticos, participação em eventos científicos e outras atividades extracurriculares (Silva *et al.*, 2022).

É neste contexto que os estudantes enfrentam a pressão decorrente da elevada carga de conteúdos programáticos, da necessidade de adaptação a novos vínculos sociais e do envolvimento em múltiplas atividades acadêmicas. Soma-se ainda métodos avaliativos novos, matriz curricular densa de atividades, dificuldades de aprendizagem e de relações entre colegas, além de um ambiente competitivo (Pereira *et al.*, 2022).

Cursos com elevada carga horária e conteúdos curriculares exigentes, como os da área da saúde, têm sido associados a maiores níveis de sofrimento psíquico entre os estudantes. Em especial, o curso de Enfermagem se destaca pela sua dupla exigência: intensa formação teórico-prática; e o envolvimento direto com o cuidado de pacientes em contextos clínicos reais, fatores que contribuem para o risco aumentado de adoecimento mental (Bernardelli *et al.*, 2022; Santos *et al.*, 2024).

O adoecimento mental entre universitários é uma problemática preocupante na atualidade, podendo se traduzir desde episódios leves de ansiedade, até casos graves de depressão. A depressão se caracteriza por manifestações clínicas graves e alterações de comportamento significativas, tais como perda de afeto positivo que se manifesta com distúrbios do sono; diminuição do autocuidado; falta de concentração; ansiedade; e desinteresse pelas experiências do cotidiano (Santos *et al.*, 2021). A ansiedade é uma condição preocupante que também os afeta, desenvolvendo-se pelos elevados níveis de pressão inerentes às atividades acadêmicas, somados ao ambiente familiar, bem como às dificuldades de conciliar estudos e trabalho (Silva; Panosso; Donadon, 2018).

O relacionamento com o paciente, o medo de cometer erro e a alta demanda de conteúdos a serem estudados são apontados como as principais causas de ansiedade nos universitários de enfermagem (Marchi *et al.*, 2013). Além disso, o estresse é outro elemento que pode gerar vários problemas no cotidiano do acadêmico, como afetar o funcionamento cognitivo, a concentração e a memória; cansaço ininterrupto, queda no desempenho, baixa autoestima; e em casos extremos, depressão e ansiedade (Archanjo; Rocha, 2019).

Pesquisa realizada com estudantes de enfermagem revelou que dos 205 universitários pesquisados, 62,9% apresentavam sintomas ansiosos (Fernandes *et al.*, 2018). Quanto maior o índice de depressão e ansiedade nos estudantes, menor é o desempenho acadêmico (Melo, 2021). Portanto, este cenário de vivências mórbidas pode repercutir numa alta prevalência de depressão e ansiedade em universitários (Santos *et al.*, 2021).

Outro fator que agravou a saúde mental dos estudantes de enfermagem foi a pandemia causada pelo vírus SARS-Cov-2, entre os anos de 2020 e 2022, dada a adoção do isolamento social. Houve a paralização das atividades nas universidades, e todos os cursos presenciais passaram a ser ofertados de forma remota (Lira *et al.*, 2020). Por ser obrigatório, a adesão ao ensino remoto nesta época desencadeou trancamentos e abandonos de curso, e a depender de cada situação vivenciada pelos estudantes e a infraestrutura em seus domicílios, o processo ensino-aprendizagem ficava ainda mais prejudicado, culminando com difíceis decisões acerca da permanência no curso (Crespo *et al.*, 2021).

Objetivou-se investigar o risco para desenvolvimento de depressão e ansiedade entre acadêmicos de enfermagem.

## Materiais e Métodos

Pesquisa descritiva, quantitativa e transversal, realizada na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), Campus Caicó, município de Caicó-RN. A coleta ocorreu no período letivo 2022.1, entre os meses de junho a setembro de 2022, tendo como participantes os estudantes do Curso de Graduação em Enfermagem. Utilizou-se como instrumentos de coleta dois dos inventários/escalas de Beck (Depressão e Ansiedade) (Cunha, 2001) e um questionário com questões objetivas de múltipla escolha, desenvolvido pelos pesquisadores.

Este último instrumento é composto de três partes: variáveis sociodemográficas (nove perguntas); fatores de risco associados à adoecimento mental (dez perguntas); e variáveis relacionadas à pandemia por COVID-19 (duas perguntas). Este instrumento não recebeu validação ou pré-teste, pois sua finalidade era de caracterizar o universo pesquisado.

Os fatores de risco associados mencionados acima tiveram por base artigos científicos (Graner; Cerqueira, 2019; Silva; Panosso; Donadon, 2018): percepção negativa da vivência acadêmica; insegurança na própria competência diante da profissão; alta carga de trabalho acadêmico, afastamento da família; solidão; falta de tempo para lazer com amigos e familiares; baixo nível socioeconômico; falta de tempo para descanso; falta de tempo para o autocuidado.

Sobre os instrumentos de Beck, há muito têm sido utilizados no Brasil por diferentes profissionais de saúde para auxílio de rastreamento de possível adoecimento mental, em diferentes grupos populacionais. Apesar do imbróglio que por vezes paira no campo das categorias profissionais da saúde, de que este instrumento é exclusivo do psicólogo, reitera-se que não se trata aqui de dar exclusividade ou de diminuir o campo de aplicação para este ou outro profissional. As escalas de Beck não se configuram como testes psicológicos, já que o próprio autor era médico/psiquiatra, e dado o arcabouço científico-legal já instaurado no país (Cfm, 2010; Santos *et al.*, 2018; Coren-SP, 2019; Cofen, 2021).

O Inventário Depressão Beck (BDI) é um instrumento que avalia sintomas depressivos, não diagnosticando a depressão, sendo bastante utilizado para detectar sintomas depressivos em universitários e pesquisas em geral, tendo sido traduzido para vários idiomas e validado no território brasileiro. Possui uma escala com 21 itens relacionados a sintomas como: tristeza, pessimismo, sensação de fracasso, ideias suicidas, entre outros itens que identificam sintomas de transtornos de depressão (Cunha, 2001).

Já o Inventário de Ansiedade Beck (BAI) é uma escala de autorrelato que busca mensurar a intensidade de sintomas de ansiedade. O BAI é composto por 21 itens que apresentam informações descritivas dos sintomas de ansiedade como dormência ou formigamento, tremores nas pernas, incapacidade de relaxar, nervosismo, entre outro. Esses recebem uma determinada pontuação que varia de 0 a 3 pontos de acordo com o nível que a pessoa apresenta (Cunha, 2001).

Almejou-se incluir todos os universitários de Enfermagem que estivessem matriculados no período da coleta no Campus Caicó/UERN. Segundo dados da Coordenação do Curso, em 2022.1 existiam além da proponente, 159 estudantes ligados/vinculados ao curso. Seriam excluídos aqueles que estivessem em regime domiciliar de estudo, mas no momento da coleta não houve estudante neste regime. Não houve amostragem.

Destes 159 estudantes, 141 alunos participaram, um se recusou e outros 17 estudantes não foram localizados, pressupondo-se que estavam em abandono/evasão, apesar de ainda ligados ao curso, o que representou 88,7% do universo, algo muito positivo. A coleta ocorreu nas salas de aulas do Campus, preferencialmente, ao término das aulas, conforme pactuação prévia entre pesquisadores e participantes, além do professor que ministra a aula. A coleta não interferiu na perda de aulas pelo participante, ou no seguimento da aula em curso, e todos responderam aos instrumentos de forma impressa.

Estavam presentes no momento de coleta somente os pesquisadores e os participantes/estudantes de enfermagem, garantindo-se a ausência de interferências, a garantia do sigilo, privacidade e conforto necessários (Brasil, 2012). O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UERN,

conforme resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), sendo aprovado com parecer nº 5.282.809 (Brasil, 2012).

Os dados coletados foram organizados em planilha do Microsoft Excel, em seguida utilizou-se o software *Statistical Packages for the Social Sciences* (SPSS, versão 20), para análise descritiva (frequências e médias). Não foi realizado teste de associação estatística, e a apresentação dos resultados se deu pelo uso de ilustrações (tabelas e gráficos).

## Resultados

A Tabela 1 traz a caracterização dos participantes quanto à faixa etária, constatando prevalência na faixa de 20-29 anos (78,7%), dado divergente ao apresentado em um estudo realizado no Acre, com acadêmicos dos cursos de enfermagem e medicina, onde apenas 57% dos participantes apresentavam faixa etária semelhante à encontrada (Santiago *et al.*, 2021).

**Tabela 1.** Distribuição absoluta e percentual, segundo a faixa etária. Caicó-RN, 2023.

Faixa Etária (anos)	N	%
17 - 19	18	12,7
20 - 29	111	78,7
30 - 39	11	7,8
40 - 49	1	0,7

Fonte. Dados da pesquisa.

A Tabela 2 apresenta a caracterização dos participantes quando ao sexo, orientação sexual e estado civil. A mesma demonstra predominância do sexo feminino (83,7%), de heterossexuais (84,4%) e de solteiros (82,3%).

**Tabela 2.** Caracterização segundo sexo, orientação sexual e estado civil. Caicó-RN, 2023.

Sexo	N	%
Feminino	118	83,7
Masculino	22	15,6
Outro	1	0,7
Orientação sexual		
Heterossexual	119	84,4
Homossexual	8	5,7
Bissexual	11	7,8
Outro	3	2,1
Estado Civil*		
Solteiro	116	82,3
Casado/união estável	24	17,1

\*01 participante não respondeu o estado civil

Fonte. Dados da pesquisa.

A Tabela 3 apresenta a caracterização dos participantes quanto à renda familiar e pessoas dependentes, sendo a maioria com um salário mínimo (37,6%) e quatro parentes dependentes desta renda (29,1%).

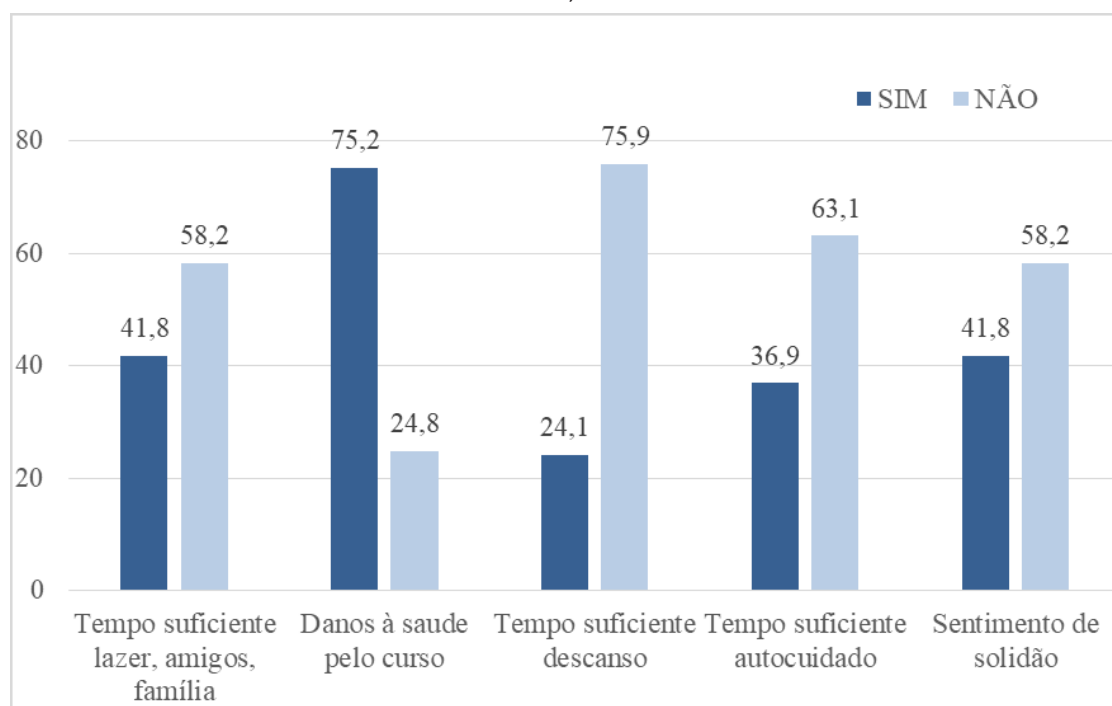
**Tabela 3.** Caracterização dos participantes quanto a renda familiar e pessoas dependentes da mesma. Caicó-RN, 2023.

Variáveis	N	%
<b>Renda familiar</b>		
1 salário mínimo	53	37,6
2 salários mínimos	46	32,6
3 salários mínimos	25	17,7
4 salários mínimos	17	12,1
<b>Pessoas dependentes da renda informada</b>		
1 pessoa	1	0,7
2 pessoas	28	19,9
3 pessoas	39	27,7
4 pessoas	41	29,1
5 pessoas ou mais	32	22,7

Fonte. Dados da pesquisa.

O Gráfico 1 traz que a maioria acredita passar pouco tempo com a família devido ao curso (75,2%); possuem sobrecarga/prejuízo na saúde devido o curso (75,2%); não possuem tempo suficiente para descanso (75,9%), autocuidado (63,1%) e também para lazer com amigos e família (49,6%); e 58,2% não se sentem sozinhos.

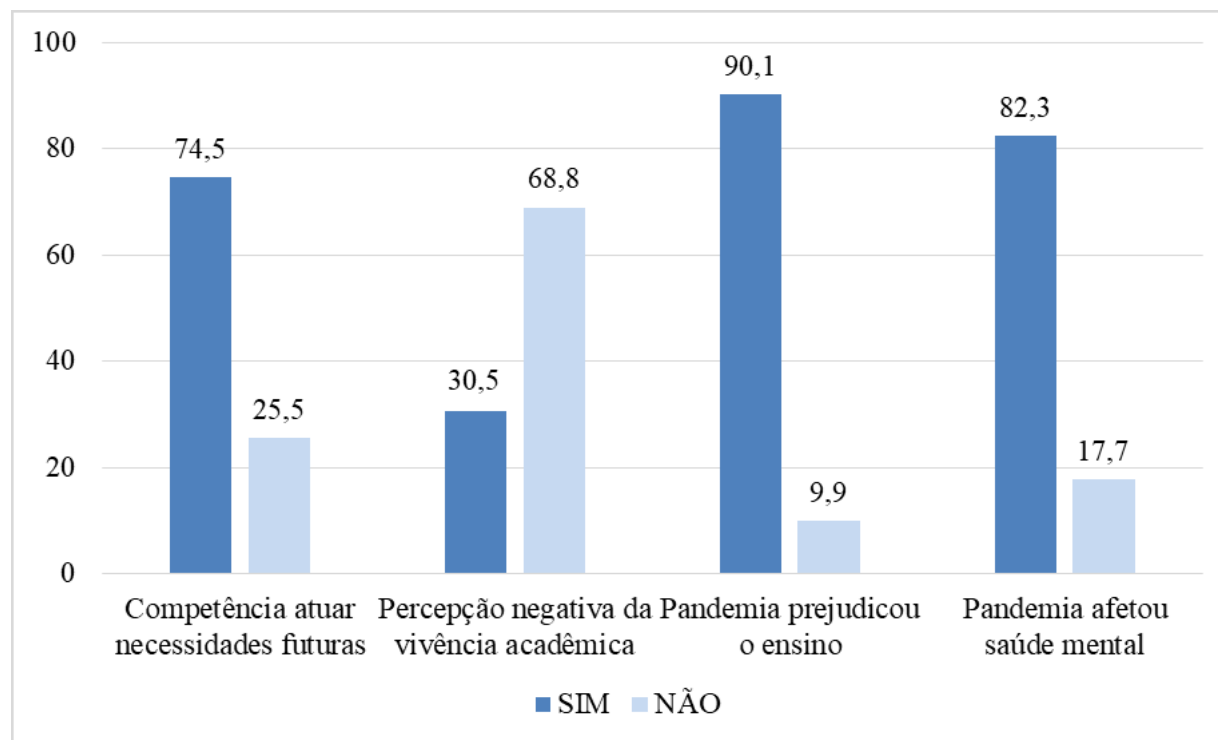
**Gráfico 1.** Caracterização percentual dos participantes quanto à percepção de tempo suficiente para lazer, amigos/família, danos à saúde pelo curso, tempo suficiente para descanso, tempo suficiente para autocuidado e sentimento de solidão. Caicó-RN, 2023.



Fonte. Dados da pesquisa

O Gráfico 2 traz elementos autopercebidos sobre a pandemia por COVID-19, sendo que 90,1% acreditam que a pandemia prejudicou o ensino de enfermagem e 82,3% que a mesma afetou a saúde mental.

**Gráfico 2.** Caracterização percentual dos participantes quanto ao prejuízo no ensino e na saúde mental devido à pandemia COVID – 19. Caicó-RN, 2023.



Fonte. Dados da pesquisa.

A Tabela 4 traz a centralidade do estudo, que foi investigar o risco de sofrimento mental em acadêmicos de enfermagem. Houve prevalência para risco moderado de depressão (35,5%), e 13,5% para depressão grave; e de 30,5% para ansiedade moderada, e 15,6% grave.

**Tabela 4.** Caracterização dos participantes quanto ao risco de desenvolver depressão e ansiedade de acordo com as escalas de depressão e ansiedade Back.

Variáveis	N	%
Escala de Back Depressão (BDI)		
Grau Mínimo de Depressão	24	17
Depressão Leve	48	34
Depressão Moderada	50	35,5
Depressão Grave	19	13,5
Escala de Back Ansiedade (BDA)		
Grau Mínimo de Ansiedade	38	27
Ansiedade Leve	38	27
Ansiedade Moderada	43	30,5
Ansiedade Grave	22	15,6

Fonte. Dados da pesquisa.



## Discussão

A predominância do sexo feminino nesta pesquisa apresenta conformidade com o estudo de Santos *et al.*, (2022), realizado com 142 discentes do curso de Enfermagem de Mato Grosso do Sul, com 84,5% das participantes mulheres. Remete-se à história da enfermagem, onde o sexo feminino foi reconhecido como pioneiro e responsável pela criação e sistematização da enfermagem como profissão, trabalho majoritariamente feminino (Peduzzi, 2021).

Quanto à orientação sexual, dados semelhantes foram encontrados em um estudo realizado com 192 estudantes de enfermagem do Ceará, onde 82,4% se reconheceram heterossexuais (Silveira *et al.*, 2022). Esses resultados demonstram que há prevalência da heterossexualidade em ambientes científicos, causando por vezes maior vulnerabilidade dos estudantes que fogem dos padrões heteronormativos (Capucce *et al.*, 2021).

Em relação à renda familiar, prevaleceu os participantes que vivem apenas com um salário mínimo (37,6%), e possuem mais de quatro dependentes para esta renda (29,1%). Houve divergências noutros estudos: estudo realizado com acadêmicos de enfermagem de uma instituição superior pública paranaense apresentou que a maioria dos acadêmicos (76,6%) possuía uma renda média familiar de mais de um salário mínimo por mês. Este mesmo estudo, mostra que 45,5% destes acadêmicos tinham renda familiar entre seis e dez salários mínimos por mês (Eurich; Kluthcovsky, 2008).

A condição socioeconômica está diretamente ligada à saúde mental, e a baixa renda pode influenciar diretamente o adoecimento mental de acadêmicos, tornando a rotina acadêmica ainda mais estressante e comprometedor do processo saúde-doença, já que a renda também é responsável por acesso à alimentação, transporte, oportunidades de congressos e materiais relacionados à manutenção no curso.

A maioria dos estudantes relatou sentimento de passar pouco tempo com a família devido à sobrecarga do curso, reafirmando o tempo despendido com a formação diuturnamente, e a convivência diminuída no seio familiar. A condição de estudante faz com que o sujeito ocupe muito tempo da vida, o que demanda uma enorme sobrecarga, fazendo parecer que aquilo que é externo à universidade é menos importante do que estar em dia com as questões acadêmicas, muitas vezes levando ao afastamento da família e sofrimento mental (Carneiro; Soares; Souza, 2021).

Da mesma forma, relataram sobrecarga e prejuízo na saúde devido à grande demanda de conteúdos presentes no curso. Tal sobrecarga muitas vezes está relacionada à alta cobrança advinda dos professores, que apresentam autoritarismo e indiferença às necessidades relatadas pelos estudantes, tanto pelo excesso de conteúdo e atividades, como também pela individualização e culpabilização destes, como se os mesmos tivessem sempre que realizar todas as atividades exigidas com igual eficácia, e se não conseguem, são tidos como inferiores àqueles que conseguem (Carneiro; Soares; Souza, 2021).

Outro resultado significativo foi 75,9% dos participantes relatarem não possuir tempo suficiente para descanso. Dado semelhante encontrado entre graduandos de cursos da área da saúde, com relatos de que o cansaço se relaciona à sobrecarga com o curso, carga horária obrigatória intensa, participação em atividades extracurriculares, contato com a realidade nos estágios, o envolvimento com pessoas, pacientes e suas histórias, além dos afazeres domiciliares, causando sobrecarga, esgotamento e prejuízos à saúde (Paro; Camargo, 2013).

Do mesmo modo, prevaleceu o número de participantes que acreditam não possuir tempo suficiente para o autocuidado. O autocuidado é um fenômeno inerente à assistência de enfermagem, e precisa ser refletido desde a graduação, reforçada nos futuros profissionais a partir da formação. Estudo metodológico validou uma estratégia educativa voltada a estudantes de enfermagem no que tange à compreensão e identificação do conceito autocuidado, aceitação e proatividade para agir, a partir de comportamentos específicos (Gomez *et al.*, 2023). Sobre ter tempo para lazer com amigos/família, a metade relatou possuí-lo, resultado diferente de outra pesquisa (Hirchi *et al.*, 2018) que trouxe 76,0% dos participantes referindo alguma atividade de lazer.

Um resultado considerado positivo, assim como o apresentado anteriormente, foi o de que 58,2% referiram não se sentir sozinhos, semelhante à pesquisa realizada com 574 graduandos da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, onde a maioria apresentou baixo índice para solidão. No entanto, é necessário levar em consideração que naqueles que se sentiram sozinhos, a solidão pode causar sérias consequências para a saúde, desempenho acadêmico e qualidade de vida (Barroso; Oliveira; Andrade, 2019).

Com relação a ter sido afetado mentalmente pela pandemia, 82,3% afirmaram algum nível de adoecimento/sofrimento. Pesquisa realizada com estudantes de uma universidade pública federal admitiu que 94% destes afirmaram que a pandemia causou impactos na saúde mental (Morato; Fernandes; Santos, 2022). Tal impacto foi consequência de vários fatores: quebra da rotina acadêmica; atraso no curso e, conseqüentemente, na formação; paralisação de estágios e aulas práticas; preocupação com internet; e ambiente doméstico incompatível com as aulas remotas (Gundim *et al.*, 2021).

Noutro estudo, pouco mais da metade dos participantes referiu que o processo de aprendizagem foi menos produtivo quando comparado ao semestre presencial. Esta diminuição é associada a algumas dificuldades enfrentadas no período de ensino remoto, entre elas os aspectos psicossociais dos estudantes, quantidade de conteúdo, necessidade de dedicação às atividades domésticas durante as aulas, sinal de internet ruim (Campos Filho *et al.*, 2022).

Estudo realizado no período da pandemia, com 290 egressos de enfermagem, 58 deles apresentaram risco de ansiedade leve, moderada ou grave e 71 depressão leve, moderada ou grave, devido a todas as mudanças provadas pelo período pandêmico (Nobre; Albuquerque; Cabral Junior, 2024). Com isso, percebe-se o quanto os estudantes foram afetados, desde em termos de ensino, quanto na autopercepção de adoecimento mental.

O período pandêmico fez surgir inúmeras incertezas, tanto relacionadas à qualidade do ensino que era ofertado, quanto à conclusão/término do curso. Cada disciplina que não era possível ser ofertada por ser teórico-prática ou prática, mais distante parecia o seguimento e término da formação. Ao retornar para o presencial, surgiu a insegurança sobre as atividades práticas referentes à profissão. Os prejuízos acadêmicos e psicossociais advindos desse período não poderão ser medidos e sequer recompensados, principalmente em se tratando dos acadêmicos que se encontravam nos últimos períodos do curso.

Ao analisar o resultado do BDI, prevaleceu o número de participantes encontrados na categoria de sintomas depressivos moderados (35,5%) que junto à categoria de sintomas graves, atingiu 49% dos participantes. Esse resultado difere do encontrado em estudo com graduandos de enfermagem de uma instituição em Brasília-DF, onde 62,6% apresentou sintomas leves (Camargo; Sousa; Oliveira, 2014). No estudo de Sousa, Romeiro e Sandim (2021), 54,43% dos participantes apresentaram sintomas improváveis de depressão, bem próximo de outra pesquisa realizada no interior de Mato Grosso, onde 53,33% dos estudantes não apresentaram sintomas de depressão (Silva *et al.*, 2019a)

Quanto aos períodos prevalentes para sintomas depressivos moderados e graves, prevaleceram os últimos períodos (7°, 8° e 9°), com 56% dos sintomas moderados e 51,82% dos sintomas graves. No entanto, ao avaliar individualmente os períodos, prevaleceu o 7° período com 28% dos sintomas moderados e o 5° com 26,3% dos sintomas graves. A prevalência para risco de depressão em acadêmicos mais avançados no curso também foi vista noutros estudos (Luo *et al.*, 2019; Silva *et al.*, 2019b).

A pesquisa de Silva *et al.* (2019), que acompanhou acadêmicos de enfermagem por um ano após o ingresso, apontou aumento do índice de depressão de acordo com a progressão do curso, que variou de 42,19% no ingresso para 45,02% em nove meses. Noutra pesquisa, que acompanhou acadêmicos por um ano, mostrou resultado semelhante, já que os sintomas depressivos aumentaram com o decorrer da vivência na universidade de 9,19% para 12,69% (Goel *et al.*, 2016).

Quanto à ansiedade, 30,5% dos pesquisados apresentaram pelo menos ansiedade moderada, que somada à ansiedade grave (15,6%), o conjunto de sintomas ansiosos chegou a 46,1% dos estudantes. Pesquisa realizada em Roraima, com mesmo público e instrumento, obteve resultado de 31,0% para ansiedade moderada, sendo mais prevalente em mulheres (Pacheco; Cardoso; Mourão, 2021). Noutro



estudo, 533 acadêmicos apresentaram sintomas leves (31,5%), sintomas moderados (23,5%) e graves 25,1% (Andrade; Pires, 2020). Mediante os resultados da pesquisa no cenário de Caicó-RN, em comparação aos resultados dos outros estudos apresentados, percebeu-se o quão alto foi o resultado para esta escala (BDI).

Quanto aos períodos prevalentes para sintomas de ansiedade moderada e grave, prevaleceram os períodos iniciais (1º, 3º e 5º) para sintomas moderados (51,18%), e os últimos (7º, 8º e 9º) para sintomas graves (54,54%). Ao se avaliar por período, predominaram os sintomas no 7º período (23,25%) para sintomas moderados e 27,27% para graves.

A prevalência dos sinais de adoecimento moderado em graduandos dos períodos iniciais pode estar associada às adaptações que a faculdade exige, desde o afastamento da família, rotina de estudos mais exaustiva, entre outros já apontados ao longo do trabalho. Já quanto à prevalência dos resultados “graves” nos últimos períodos, principalmente no 7º, pode estar relacionada à maior oferta de disciplinas práticas na matriz curricular do curso.

É no 7º período que se inicia o contato efetivo e rotineiro com pacientes/usuários diante das disciplinas teórico-práticas de clínica, fazendo com que haja mais pressão de estudos, autocobrança em ter o conhecimento necessário para acompanhar a formação. Quanto mais se vivencia a prática clínica, o cuidar do outro, maior é a necessidade do conhecimento, e isto pode gerar fatores de risco para sofrimento/adoecimento.

Este achado é similar ao encontrado em pesquisa recente, onde houve aumento progressivo dos sintomas de ansiedade no decorrer do curso de 40%, 41%, 49% e 50%, respectivamente, para o 1º, 2º, 3º e 4º períodos, demonstrando que o ambiente acadêmico pode ser, em determinadas circunstâncias, favorável ao desenvolvimento de ansiedade nos alunos (Bernardelli *et al.*, 2022).

No geral, esta pesquisa apontou que os acadêmicos de enfermagem apresentaram, no momento da coleta, riscos potenciais para desenvolvimento de depressão e para ansiedade. Estes dados são extremamente preocupantes, já que essa condição pode gerar prejuízos no aprendizado, na convivência social e saúde, podendo ser até mesmo um risco à paralisação dos estudos. Nesse sentido, nenhum dos estudantes relacionados a estes resultados teve esse desfecho, conforme informações da coordenação do curso de graduação.

No período da coleta, para os estudantes que obtiveram resultados moderado ou grave nas escalas, os pesquisadores apresentaram o significado dos scores e se dispuseram a conversar individualmente com aqueles que sentissem necessidade. Além disso, também foi aconselhado aos mesmos buscar ajuda psicossocial, tanto dentro da própria instituição (atendimento psicopedagógico do Campus), quanto a ajuda de um profissional fora do contexto acadêmico, em seu território de abrangência/atenção primária.

A autocobrança é percebida e vista por muitos colegas na rotina acadêmica. Parece ser compreensível por se tratar de um curso da área da saúde, com funcionamento de aulas diurno, e muitas atividades de estudos externas à sala de aula. É oportuno que a gestão do curso, da universidade, compreenda as especificidades coletivas e individuais de cada turma, reconhecendo que há outras demandas além do curso. Isso poderia atenuar o risco para sofrimento/adoecimento mental dos alunos.

Alguns dos participantes ficaram surpresos ao saberem que a instituição dispõe do serviço de auxílio psicopedagógico ao estudante, o que comprova a divulgação e/ou oferta do serviço insuficiente. Portanto, é necessária uma intervenção e maior divulgação. Os resultados apresentados no cenário pesquisado demonstraram a necessidade constante da gestão do Campus, junto à Pró-Reitoria de Ensino de Graduação (PROEG), ofertar mecanismos de acompanhamento e atividades psicossociais/pedagógicas para estes estudantes e toda a comunidade acadêmica.

Por fim, reitera-se que o uso de instrumentos de rastreio, como foi o caso das escalas de Beck nesta pesquisa, não representam a face diagnóstica exata, sendo essa ação privativa do profissional médico. Tal uso se torna relevante pela capacidade de ser aplicada por qualquer pessoa, ou mesmo autoaplicada, na

perspectiva prática de se perceber indícios de adoecimento/sofrimento naquele momento, dirimindo-se ações rápidas, como a indicação de procura para um profissional de saúde. Ter essa possibilidade prática no contexto da formação em saúde, enquanto pesquisador/estudante, foi uma possibilidade de aprendizado importante.

## Conclusão

A pesquisa revelou riscos reais para desenvolvimento de depressão e ansiedade entre os estudantes de enfermagem pesquisados. Estes resultados são essenciais para que a gestão da universidade possa se reunir e buscar maneiras de atender às necessidades coletivas e individuais dos acadêmicos, tendo em vista a melhora no aprendizado, ao mesmo tempo em que beneficie o bem-estar, já que o sofrimento/adoecimento mental traz prejuízos na capacidade de aprender, nas relações sociais e na vida do sujeito.

Sugere-se que outras pesquisas sobre saúde mental dos acadêmicos sejam realizadas, abrangendo outros cursos, para efeito comparativo e de prevalência. É imprescindível ainda estudos qualitativos, para que possam relatar seus sentimentos, sofrimentos e angústias, serem ouvidos na totalidade e, assim, poder entender os motivos que levam os acadêmicos ao sofrimento/adoecimento mental, ainda que momentâneo.

## Conflitos de interesse

Os autores declaram que não há conflitos de interesse potencial com relação à pesquisa, autoria e/ou publicação deste artigo.

## Referências

- ANDRADE, A. M.; PIRES, E. U. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ. **Trabalho En(Cena)**, Palmas, v. 5, n. 1, p. 248-268, 2020. Disponível em: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7294>. Acesso em: 02 jul. 2023.
- ARCHANJO, V. P.; ROCHA, F. N. Estresse acadêmico e o olhar da psicologia positiva. **Revista Mosaico**, Vassouras, v. 10, n. 1, p. 11-19, 2019. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/1754>. Acesso em: 01 fev. 2024.
- BARROSO, S. M.; OLIVEIRA, N. R.; ANDRADE, V. S. Solidão e depressão: relações com características pessoais e hábitos de vida em universitários. **Psicologia, Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 35, e35427, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/revistatpt/article/view/23496/25414>. Acesso em: 06 fev. 2023.
- BERNARDELLI, L. V. *et al.* A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. **Avaliação: Revista da avaliação da educação superior**, Campinas, Sorocaba, SP, v. 27, n. 01, p. 49-67, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/c6Th7LNHGQHMM8V37KmJVZx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 02 jul. 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012**. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html). Acesso em: 31 jan. 2022.
- CAMARGO, R. M.; SOUSA, C. O.; OLIVEIRA, M. L. C. Prevalência de casos de depressão em acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino de Brasília. **Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 18, n. 2, p. 392-397, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/50165/41410>. Acesso em: 06 fev. 2023.
- CAMPOS FILHO, A. S. *et al.* O ensino remoto no curso de Medicina de uma universidade brasileira em tempos de pandemia. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 46, n.01, p. e034, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/qSpb9PH3SQRyj8ScJLSwSPc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 06 fev. 2023.

CAPUCCE, V. S. *et al.* Desafios da permanência de estudantes LGBT+ na universidade: percepção de discentes de centro universitário amazônico. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Belo Horizonte, v.13, n. 4, p.1-8, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/7109/4537> Acesso em: 01 fev. 2023.

CARNEIRO, V. T.; SOARES, M. P.; SOUZA, S. R. A condição de estudante e o sofrimento na universidade: pesquisa e intervenção. **Revista do NUFEN**, Belém, v. 13, n. 2, p. 30-44, 2021. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rnufen/v13n2/v13n2a04.pdf> Acesso em: 01 fev. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. **Processo-consulta no 3.601/10 – parecer no 36/10**. O Inventário de Depressão de Beck é instrumento de uso comum entre médicos e psicólogos tanto na clínica quanto nas investigações em pesquisas, 2010; Disponível em: [https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/pareceres/BR/2010/36\\_2010.pdf](https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/pareceres/BR/2010/36_2010.pdf) Acesso em: 02 jun. 2022.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Resolução Cofen nº 678/2021**. Aprova a atuação da equipe de Enfermagem em Saúde Mental e em Enfermagem Psiquiátrica, 2021. Disponível em: [http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-678-2021\\_90358.html](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-678-2021_90358.html) Acesso em: 06 fev. 2023.

CONSELHO ESTADUAL DE ENFERMAGEM DE SÃO PAULO. **Parecer 036/2019**. Possibilidade de aplicação pelo enfermeiro e estudantes de enfermagem de testes/escalas na área de saúde mental, 2019. Disponível em: <https://portal.coren-sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/02/PARECER-036.2019-Escalas-Sa%C3%BAde-Mental.pdf> Acesso em: 06 fev. 2022.

CRESCO, M. C. A. *et al.* Ensino remoto emergencial na enfermagem: uma experiência brasileira na pandemia da COVID-19. **Revista Iberoamericana de Educación e Investigación en Enfermería**, Madri, v.11, n. 2. p. 57-64, 2021. Disponível em: <https://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/article/356/ensino-remoto-emergencial-na-enfermagem-uma-experiencia-brasileira-na-pandemia-da-covid-19/>. Acesso em: 06 ago. 2023.

CUNHA, J. A. **Manual da versão em português das escalas Beck**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

EURICH, R. B.; KLUTHCOVSKY, A. C. G. C. Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 30, n. 3, p. 211-220, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/5ZMmxts6FXSKXH3SXJRCQvB/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 05 jul. 2023.

FERNANDES, M. A. *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **REBEN**, Brasília, v. 71, n. suppl 5, p. 2298-2304, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/JwkL4F3S5DQGkmvx5ZP7cYQ/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 09 set. 2021.

GOEL, A. D. *et al.* Longitudinal assessment of depression, stress, and burnout in medical students. **Journal of Neurosciences in Rural Practice**, Madhya Pradesh, v. 7, n. 4, p. 493–498, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27695226/> Acesso em: 06 fev. 2022.

GOMEZ, M. A. B. *et al.* Validación de una intervención para fortalecer el autocuidado en estudiantes de enfermería. **Revista Cuidarte**, Bucaramanga, v. 14, n. 2, e2540, 2023. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v14n2/2346-3414-cuid-14-02-e04.pdf> Acesso em: 24 out. 2025.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/RLFrGpHpQKgkYpwXvHx3B3b/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 05 jul. 2023.

GUNDIM, V. A. *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, Brasília, v. 35, p.1-14, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293> Acesso em: 06 fev. 2023.

HIRCHI, C. D. *et al.* Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 27, n. 1, e0370014, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/KTNJLpSq7X73DGkf6zzkVpf/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 06 fev. 2023.

LIRA, A. L. B. C. *et al.* Educação em enfermagem: desafios e perspectivas em tempos de pandemia covid – 19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, suppl 2, e20200683, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/5k48Mq64Qp5vnCthC3GGMMq/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 01 fev. 2023.

LUO, Y. *et al.* Self-compassion may reduce anxiety and depression in nursing students: a pathway through perceived stress. **Public Health**, Sheffield, v. 174, p.1-10, 2019. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0033350619301623?via%3Dihub> Acesso em: 06 maio 2023.

MARCHI, C. M. *et al.* Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v. 3, n. 15, p. 731-739, 2013. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/18924/15499> Acesso em: 25 ago. 2025.

MELO, H. E. *et al.* Impacto dos sintomas de ansiedade e depressão na autoeficácia percebida em estudantes de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 34, eAPE01113, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/73H5Lx9kPybXCgK3ZHGS3d/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 23 ago. 2021.

MORATO, G. G.; FERNANDES, A. D. S. A.; SANTOS, A. P. N. Saúde mental e cotidiano dos estudantes de terapia ocupacional frente à Covid-19: possíveis impactos e repercussões. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Carlos, v. 30, p. 1-21, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/M9r4XDrKVW9g9hDwjqGH9D/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 06 fev. 2022.

NOBRE, F. A.; ALBUQUERQUE, M. C. S.; CABRAL JUNIOR, C. R. Prevalência de ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem na pandemia da covid-19. **Revista Mosaico**, Vassouras, v. 15, n. 1, p. 01-14, jan./abr. 2024. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/3866/2355> Acesso em: 10 set. 2024.

PACHECO, J. B.; CARDOSO, A. S.; MOURÃO, R. P. Transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública em Boa Vista –Roraima. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.6, p. 27674-27692, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/41244/pdf> Acesso em: 04 jul 2023.

PARO, A. C.; CAMARGO, Z. Z. L. B. Qualidade de vida de graduandos da área da saúde. **Revista brasileira de educação médica**, Brasília, v. 37, n. 3, p. 365-375, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/wXcZc3TZC7ytckm5JJgHP7v/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 01 fev. 2023.

PEDUZZI, M. Maria Cecília Puntel de Almeida: análise crítica do trabalho em enfermagem em um momento crítico para os trabalhadores. In: **Mulheres e saúde: as diferentes faces da inserção feminina no trabalho e na educação em saúde** (Orgs: PADILLA, C. G. *et al.*) Porto Alegre, RS: Rede Unida, 2021.

PEREIRA, S. A. *et al.* Fatores estressores no ambiente acadêmico e contribuições de um programa no enfrentamento às situações de vulnerabilidade. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 11, n.16, e332111637918, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/37918/31699> Acesso em: 24 out. 2025.

SANTIAGO, M. B. *et al.* Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador, v. 10, n.1, p.73-84, 2021. Disponível: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3374> Acesso: 02 jul. 2023.

SANTOS, G. G. S. *et al.* Depressão, ansiedade e estresse em acadêmicos de Enfermagem: um estudo transversal. **Revista de Enfermagem UFJF**, Juiz de Fora, v. 10, n. 1, p. 1-18, 2024. Disponível em <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/46350/28220> Acesso em: 24 out. 2025.

SANTOS, I. L. C. *et al.* Fatores de estresse em estudantes de enfermagem na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica. **Ciência, Cuidado e Saúde**, Maringá, v. 21, p.1-9, 2022. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/59265/751375154370> Acesso em: 01 fev. 2023.

SANTOS, K F. R. *et al.* Aplicabilidade do inventário de beck nos acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino de minas gerais. **Enfermagem em Foco**, Brasília, v. 9, n. 3, p.81-88, 2018. Disponível em: [https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles\\_xml/2357-707X-enfoco-09-03-0081/2357-707X-enfoco-09-03-0081.pdf](https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-09-03-0081/2357-707X-enfoco-09-03-0081.pdf) Acesso em: 05 jul. 2023.

SANTOS, L. B. *et al.* Prevalência, severidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. **SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas**, Ribeirão Preto, v. 17, n. 1, p. 92-100, 2021. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v17n1/v17n1a13.pdf> Acesso em: 24 out. 2025.



SILVA, D. B. *et al.* Evasão no ensino superior público do Brasil: estudo de caso da Universidade de São Paulo. **Avaliação: Revista da avaliação da educação superior**, Sorocaba, v. 27, n. 02, p. 248-259, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/KJr3VDQdmbJtXJXYzMJVjcw/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 24 out. 2025.

SILVA, D. R.; PANOSSO, I. R.; DONADON, M. F. Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura. **Psicologia - Saberes & Práticas**, São Paulo, v.1, n. 2, p. 1-10, 2018. Disponível em: <https://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/psicologiasaberes&praticas/sumario/64/16012019150843.pdf> Acesso em: 04 jun 2023.

SILVA, L. S. *et al.* Depressão entre acadêmicos de enfermagem e os fatores sociodemográficos associados. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Belo Horizonte, v. 11, n. 17, p. 1- 9. 2019a. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1524/938> Acesso em: 06 fev. 2023.

SILVA, R. M. *et al.* Alterações de saúde em estudantes de enfermagem um ano depois do ingresso no curso de graduação. **Revista escola de enfermagem da USP**, São Paulo, v.53, e03450, 2019b. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/dvcQSXQNGWQCZFYwWcDyyt/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 06 fev. 2022.

SILVEIRA, G. E. L. *et al.* Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/VSmF96SyxP8Gkmm7Z4jRggz/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 01 fev. 2023.

SOUSA, T. B.; ROMEIRO, A. M. S.; SANDIM, L. S. Sintomas de depressão em estudantes de enfermagem. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, São Paulo, v. 2, n. 6, p.78-88,2021. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/sintomas-de-depressao> Acesso em: 06 fev. 2022.