

ANSIEDADE ENTRE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM NO ISOLAMENTO SOCIAL DA PANDEMIA



<https://doi.org/10.56238/arev7n7-116>

Data de submissão: 08/06/2025

Data de Publicação: 08/07/2025

Rafael da Silva Soares

Doutor em ciências do cuidado em saúde
Universidade Federal Fluminense
E-mail: rafaelsoares@id.uff.br
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0002-0796-0835](https://orcid.org/0000-0002-0796-0835)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/2316675947844127](http://lattes.cnpq.br/2316675947844127)

Enéas Rangel Teixeira

Doutor em enfermagem
Universidade Federal Fluminense
E-mail: erteixeira@id.uff.br
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0002-1721-2056](https://orcid.org/0000-0002-1721-2056)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/2282552925139090](http://lattes.cnpq.br/2282552925139090)

Jorge Luiz Lima da Silva

Doutor em saúde pública
Universidade Federal Fluminense
E-mail: jorgeluizlima@gmail.com
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0002-2370-6343](https://orcid.org/0000-0002-2370-6343)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/8243099229156246](http://lattes.cnpq.br/8243099229156246)

Donizete Vago Daher

Doutora em enfermagem
Universidade Federal Fluminense
E-mail: donidaher@gmail.com
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0001-6249-0808](https://orcid.org/0000-0001-6249-0808)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/6800822152435035](http://lattes.cnpq.br/6800822152435035)

Claudia Maria Messias

Doutora em enfermagem
Universidade Federal Fluminense
E-mail: cmessias@id.uff.br
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0002-1323-0214](https://orcid.org/0000-0002-1323-0214)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/7023881504448600](http://lattes.cnpq.br/7023881504448600)

Maria da Soledade Simeão dos Santos

Doutora em enfermagem
Universidade Federal do Rio de Janeiro
E-mail: mariasoledade@eean.ufrj.br
Orcid: [/https://orcid.org/0000-0003-4493-1045](https://orcid.org/0000-0003-4493-1045)
Lattes: [/http://lattes.cnpq.br/3211205168497500](http://lattes.cnpq.br/3211205168497500)

RESUMO

Os transtornos mentais, sofrimento psíquico e distúrbios do sono exercem efeitos negativos no cotidiano e na qualidade de saúde e de vida das pessoas. Objetivo: analisar possíveis associações entre ansiedade e características sociodemográficas de acadêmicos de enfermagem. Método: estudo descritivo exploratório do tipo seccional. A população estudada foi de 446 acadêmicos de enfermagem de duas universidades federais do Rio. Foi utilizada a escala adaptada para o português, baseada na versão do Beck Anxiety Inventory (BAI). A pesquisa foi aprovada pelos Comitês de Ética das instituições envolvidas. Resultados: os resultados demonstraram homogeneidade na quantidade de casos para ansiedade mínima 109 (24,4%), leve 113 (25,3%), moderada 96 (21,5%), e grave 128 (28,7%). A média dos valores encontrada na escala de Beck foi 22,4 pontos, com 206 alunos acima dessa média (46,2%). Houve associação estatística entre ansiedade e sexo feminino, filhos, suspeição de TMC, má-qualidade da internet, classificação ruim da saúde mental, idade (até 21 anos), pessoas próximas infectadas pelo covid-19 e diagnóstico de doença crônica. Conclusão: os resultados e discussão neste estudo fazem conexão entre isolamento social, ansiedade e TMC, além de seus fatores relacionados na população de estudantes de enfermagem, durante a pandemia de covid-19

Palavras-chave: Ansiedade. Enfermagem. Pandemia.

1 INTRODUÇÃO

A doença provocada pelo coronavírus foi identificada pela primeira vez em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, na China, e em março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) a declarou como pandemia. Nesse momento, a própria OMS alertava para a possibilidade de geração de transtornos mentais na população (OMS, 2020). As pandemias são geradoras de impacto global vários seguimentos da sociedade, sobretudo na saúde, economia, política e vida social (MAIA; DIAS, 2020, ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020).

As alterações sofridas pela sociedade são inúmeras e nem todas as pessoas conseguiram lidar com tais mudanças (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020). Infelizmente, as medidas de quarentena e de isolamento social difundidas mundialmente têm contribuído para o aumento de estresse, medo e ansiedade das pessoas (BARBOSA et al, 2021).

Embora seja compreensível que os esforços práticos e científicos estejam focados nos aspectos biológicos da doença, o contexto pandêmico e as medidas de controle preconizadas afetam a população em muitas dimensões das condições de vida e de saúde, mais marcadamente no componente de saúde mental. Os transtornos mentais, sofrimento psíquico e distúrbios do sono exercem efeitos negativos no cotidiano e na qualidade de saúde e de vida das pessoas, podendo levar a incapacidades, se tornar fatores de risco para doenças crônicas ou virais, além de modificar comportamentos relacionados à saúde (BARROS et al, 2020).

Durante o período de formação, os acadêmicos de enfermagem dispõem de fatores desencadeantes da ansiedade, como exemplo a experiência na prática clínica, o contato direto com pacientes, a obrigação em lidar com situações estressantes, como a iminência de morte, contato com o sofrimento psíquico, o medo de cometer erros, a avaliação dos instrutores no cenário da prática, falta de inclusão em grupo social e sentimentos de inadequação. O cenário exaustivo vivenciado pelos acadêmicos aponta conflitos e exigências para uma adaptação eficaz na rotina (PACHECO; CARDOSO; MOURÃO, 2021).

Alguns problemas do isolamento social são descritos como: efeitos psicológicos negativos, tais como confusão, raiva e até estresse pós-traumático. Alguns desses efeitos mantiveram-se num período de tempo mais alargado. A duração do período de isolamento social, as dúvidas e medos em relação ao vírus ou à infecção, a frustração, a diminuição de rendimentos, a informação inadequada e o estigma foram identificados como os principais fatores estressores (MAIA; DIAS, 2020). Estudo realizado em Portugal confirmou aumento significativo de perturbação psicológica (ansiedade, depressão e estresse) entre os estudantes universitários no período pandêmico comparativamente a períodos normais (MAIA; DIAS, 2020).

Aspectos emocionais são relevantes durante processos epidêmicos. Por isso, durante a ocorrência da pandemia de covid-19, autores identificaram a “pandemia do medo” ou a “coronafobia”. Pesquisas realizadas na China têm reportado prevalências elevadas de depressão e ansiedade, sobretudo entre trabalhadores da área da saúde. Maiores prevalências de depressão e de ansiedade têm sido encontradas entre pessoas que precisaram respeitar a quarentena, comparadas aos não afetados pela medida. Elevadas prevalências de depressão e ansiedade foram encontradas entre pessoas do sexo feminino durante a pandemia, segundo estudo realizado no País Basco (BARROS et al, 2020).

Mediante ao exposto, este estudo traz como objetivo: analisar possíveis associações entre grau de ansiedade e características sociodemográficas e hábitos de vida dos acadêmicos de enfermagem. Em cada período histórico aconteceram fenômenos relacionados à saúde da humanidade que exigiram mudanças no comportamento social da população, refletindo na sua forma de pensar e lidar com determinadas situações (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020).

2 METODOLOGIA

O presente estudo possui caráter descritivo exploratório do tipo seccional. A população estudada foi de 446 acadêmicos de enfermagem da UFF e UFRJ. A pesquisa foi realizada entre setembro e dezembro de 2020.

A coleta de dados aconteceu através de questionário eletrônico online disponibilizado por meio da plataforma *Google Docs*. O instrumento aplicado foi questionário estruturado contendo perguntas abertas e fechadas, sobre características referentes aos aspectos sociodemográficos, hábitos de vida e saúde e ansiedade. Foi utilizada a escala adaptada para o português, baseada na versão do *Beck Anxiety Inventory* (BAI). O instrumento foi desenvolvido para verificação do nível de intensidade da ansiedade.

Inicialmente, foi realizada uma análise univariada que permitiu descrever as características sociodemográficas e acadêmicas da população estudada. Para análise bivariada, as características foram agrupadas em dois estratos, detalhadamente descritos abaixo:

A variável idade foi analisada segundo a média encontrada e em três estratos: até 21 anos, de 21 a 30 anos, e acima de 30 anos. Quanto a raça/cor, foram agrupadas em três categorias: preto, branco e outros. Para análise da situação conjugal, foram consideradas duas categorias: com companheiro (a) e sem companheiro (a) e em três estratos: casados e em união estável, separados e divorciados, e solteiros.

A variável número de moradores no domicílio foi analisada segundo a média encontrada. A escolaridade informada foi agrupada em duas categorias para análise pela média de anos de estudo:

ensino superior completo ou incompleto. A renda foi analisada de acordo com os valores per capita, em salários mínimos da época em que foi realizada a coleta de dados (R\$ 1.045,00). Essa variável também foi avaliada segundo a média encontrada para cada grupo.

Quanto ao período, foram utilizadas duas divisões: de primeiro ao quinto período, acima do quinto período; e em três estratos: ciclo básico (até o quarto período), meio (do quinto ao sétimo período) e fim (a partir do oitavo período).

A qualidade do acesso à internet foi dividida de duas maneiras: ótima e boa, regular ruim e péssima; e em três estratos: ótima e boa, regular, ruim e péssima. A autoavaliação da saúde mental ficou dividida em três estratos: ótima e boa, regular, ruim e péssima. A variável ansiedade foi analisada segundo a média encontrada. As demais variáveis estavam originalmente dicotomizadas.

O BAI constitui-se de 21 itens, e o indivíduo deve apontar, em uma escala de quatro pontos, o nível de gravidade do sintoma. O instrumento demonstrou-se apropriado para utilização não somente em pacientes psiquiátricos, mas também para a clínica médica e para a população não clínica. Os resultados da escala de Beck variam em: ansiedade mínima (escores de 0 a 10), leve (escores de 11 a 19), moderada (escores de 20 a 30), e grave (escores de 31 a 63) (FERREIRA; SILVA; COSTA, 2019; LEMOS et al, 2018). O valor de alfa de Cronbach encontrado foi de 0,645.

O teste qui quadrado (χ^2) foi utilizado para verificar diferenças entre os grupos analisados, durante a análise bivariada. Foi considerado, na avaliação da significância, o valor $p \leq 0,05$. Cada etapa do processo de análise dos dados foi realizada utilizando o programa *Statistical Package for the Social Sciences* versão 21(SPSS®).

A pesquisa foi aprovada pelos Comitês de Ética em Pesquisa da UFF, sob o número 4.249.624 e CAAE 35501620.9.0000.5583 e da UFRJ, sob o número 4.263.701 e CAAE 36482520.9.0000.5238.

3 RESULTADOS

Os resultados demonstraram homogeneidade na quantidade de casos para ansiedade mínima 109 (24,4%), leve 113 (25,3%), moderada 96 (21,5%), e grave 128 (28,7%). A média dos valores encontrada na escala de Beck foi 22,4 pontos, com 206 alunos acima dessa média (46,2%). A mediana foi de 20,0 e o desvio padrão de 14,2. A moda descoberta na pesquisa foi 9,0. O valor de alfa de Cronbach encontrado foi de 0,645. Na UFRJ, a média encontrada foi de 24,0. Na UFF, 20,2.

Desordens de cunho psicológico foram expressas através de relatos de ansiedade e demais sintomas identificados na escala de Beck. No modo de autoconceito, a necessidade básica subjacente é a integridade psíquica e espiritual, e tal integridade foi rompida durante a pandemia de covid-19.

Esses problemas de adaptação na integridade do self podem interferir na capacidade da pessoa de se recuperar ou de fazer o que é necessário para manter a saúde.

Foram associados positivamente a essa média de ansiedade os seguintes elementos: sexo feminino, presença de filhos, suspeição de TMC, má qualidade no acesso a internet, classificação ruim da saúde mental, idade (até 21 anos), pessoas próximas infectadas pelo covid-19 e diagnóstico de doença crônica (Tabela 1).

Tabela 1 – Análise bivariada entre média de ansiedade e variáveis de interesse dos estudantes de graduação em enfermagem de universidades federais, 2020 (N = 446).

VARIÁVEIS (UFF e UFRJ)	N	n	%	Valor de p
Idade				0,12
Até 23 anos	270	131	48,5	
Acima de 23 anos	176	75	42,6	
Sexo				0,007
Feminino	391	190	48,6	
Masculino	55	16	29,1	
Raça/cor				0,24
Preto	85	45	52,9	
Branco	221	103	46,6	
Outros	140	58	41,4	
Situação conjugal				0,89
Com companheiro (a)	42	19	45,2	
Sem companheiro (a)	404	187	46,3	
Presença de filhos				0,02*
Sim	19	4	21,0	
Não	427	202	47,3	
Número de moradores no domicílio				0,78
Até 3 moradores	235	110	46,8	
Acima de 3 moradores	211	96	45,5	
Mora com pessoa que precisa de cuidados permanentes				0,14
Sim	107	56	52,3	
Não	339	150	44,2	
Escolaridade				0,14*
Ensino superior incompleto	427	200	46,8	
Ensino superior completo	19	6	31,6	
Faixa de renda				0,31
Até 3SM	268	129	48,1	
Acima de 3SM	178	77	43,2	
Situação laboral				0,75

Trabalha	101	48	47,5
Não trabalha	345	158	45,8
Tabagismo			0,52*
Sim	16	7	43,7
Não	430	199	46,3

Legenda: N = total na linha; n = total de suspeitos acima de 7; %= prevalência; P=Teste do qui quadrado de Pearson;
*Valores do teste de Fischer

Tabela 1 – Análise bivariada entre média de ansiedade e variáveis de interesse dos estudantes de graduação em enfermagem de universidades federais, 2020 (N = 446) (continuação)

VARIÁVEIS (UFF e UFRJ)	N	n	%	Valor de p
Consumo de drogas				0,47*
Sim	16	8	50,0	
Não	430	198	46,0	
Atividade física				0,46*
Sim	17	4	23,5	
Não	429	202	47,1	
Etilista regular				0,54
Sim	145	64	44,1	
Não	301	142	47,2	
Possui ambiente próprio para estudo				0,16
Sim	419	190	45,3	
Não	27	16	59,2	
TMC (corte 7)				0,00*
Suspeito	315	197	62,5	
Não suspeito	131	9	6,8	
Qualidade do acesso à internet na residência				0,00
Boa e ótima	262	102	38,9	
Regular, ruim e péssima	184	104	56,2	
Período que está cursando				0,714
Até 5º período	297	67	22,6	
Acima do 5º período	149	67	45,0	
Como classifica sua saúde mental				<0,0001
Ótima	91	10	11,0	
Regular	176	62	35,2	
Ruim	179	134	74,9	
Qualidade do acesso à internet na residência				0,001
Ótima ou boa	262	102	38,9	
Regular	142	82	57,7	
Ruim ou péssima	42	22	52,4	

Período que está cursando				0,830
Até 4P (ciclo básico)	223	106	47,5	
Do 4P ao 7P (meio)	171	76	44,4	
Do 8P ao 10P (fim)	52	24	46,2	

Legenda: N = total na linha; n = total de suspeitos acima de 7; %= prevalência; P=Teste do qui quadrado de Pearson;
*Valores do teste de Fischer

Tabela 1 – Análise bivariada entre média de ansiedade e variáveis de interesse dos estudantes de graduação em enfermagem de universidades federais, 2020 (N = 446). (continuação)

VARIÁVEIS (UFF e UFRJ)	N	n	%	Valor de p
Idade (em três estratos)				0,005
Até 21 anos	202	109	54,0	
De 21 a 30 anos	225	92	40,9	
Acima de 30 anos	19	5	26,3	
Infectado pelo covid-19				0,293
Sim	64	46	71,9	
Não	382	269	70,4	
Sentiu-se suficientemente informado acerca da pandemia da				0,069*
Sim	435	198	45,5	
Não	11	8	72,7	
Possui alguém próximo que faleceu com covid-19				0,023
Sim	278	140	50,4	
Não	168	66	39,3	
Pessoas próximas infectadas pelo covid-19				0,002*
Sim	419	201	48,0	
Não	27	5	18,5	
Existe fatores que dificultem a rotina de estudos				0,506
Sim	261	124	47,5	
Não	185	82	44,3	
Situação conjugal (três estratos)				0,029
Casado ou união estável	42	19	45,2	
Separado ou divorciado	8	0	0	
Solteiro	396	187	47,2	
Exerce ou exerceu atividade profissional na linha de frente				0,483
Sim	46	19	41,3	
Não	400	187	46,8	
Cuidou de alguém com covid-19				0,060
Sim	91	50	55,0	
Não	355	156	44,0	
Diagnóstico de doença crônica				0,000
Sim	111	74	66,6	

Não	316	122	38,6
Prefere não responder	19	10	52,6

Legenda: N = total na linha; n = total de suspeitos acima de 7; %= prevalência; P=Teste do qui quadrado de Pearson;
*Valores do teste de Fischer.

Tabela 1 – Análise bivariada entre média de ansiedade e variáveis de interesse dos estudantes de graduação em enfermagem de universidades federais, 2020 (N = 446). (continuação)

VARIÁVEIS (UFF e UFRJ)	N	n	%	Valor de p
<i>Possuía bolsa antes da pandemia</i>				0,994
Sim	91	42	46,1	
Não	355	164	46,2	
<i>Conhecimento ou acesso em algum ambiente virtual de</i>				0,114*
Sim	434	203	46,0	
Não	12	3	25,0	
<i>Possui acesso à internet onde mora atualmente</i>				0,142*
Sim	441	202	45,8	
Não	5	4	80,0	
<i>Quantidade de recursos online disponíveis</i>				0,045
Um	56	30	53,5	
Dois	323	155	48,0	
Três	61	18	29,5	
Quatro	5	2	40,0	
Cinco	1	1	100,0	

Legenda: N = total na linha; n = total de suspeitos acima de 7; %= prevalência; P=Teste do qui quadrado de Pearson;
*Valores do teste de Fischer

4 DISCUSSÃO

Pesquisa com acadêmicos de enfermagem em Roraima encontrou valores semelhantes. Em relação ao grau de ansiedade, notou-se que a maioria dos participantes apresentam ansiedade em nível moderado (31%), seguido por ansiedade mínima (28,4%), ansiedade grave (23%) e ansiedade em um grau leve (17,6%) (PACHECO; CARDOSO; MOURÃO, 2021).

Estudo com acadêmicos de enfermagem no Piauí também avaliou a presença dos diferentes níveis de ansiedade, através do inventário de Beck, e constatou que dos 50 alunos a maioria apresentam ansiedade grave (32%) e ansiedade leve (30%). Nesse contexto, foram identificados alguns fatores predispostos para o aparecimento da ansiedade, como sedentarismo, baixas quantidade e qualidade de sono, e o tempo prolongado de utilização de aparelhos eletrônicos (SOUSA et al, 2022).

Os dados de estudo na Jordânia revelaram que cerca de 63% dos participantes apresentavam um nível moderado de ansiedade e 32% apresentavam níveis de ansiedade “grave” e “extremamente

grave” (no total 89%) (MRAYYAN et al, 2023). Em pesquisa com residentes multiprofissionais, 31,30% apresentavam níveis de ansiedade classificados como moderado e grave (DANTAS et al, 2021).

Em tempos de epidemia, as pessoas tendem a sentir medo de ser infectadas com o vírus e dessa forma passam a desenvolver crises de ansiedade, estresse e depressão, pois são muitas as incertezas, medos e solidão. Também é natural que diante de tal fenômeno haja maior preocupação a saúde mental (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020, COTRIM et al, 2021).

Foi identificada diferença estatística significativa para a variável idade ($p = 0,005$), com maior prevalência entre os que possuíam até 21 anos. Corroborando com o presente estudo pesquisadores do Hospital Sofia de Crianças, na Holanda, analisaram mais de mil estudos científicos para compreender em que fase da vida cada tipo de transtorno de ansiedade começa. Sendo constatado que a idade média para desenvolver algum distúrbio de ansiedade é 21 anos (LIJSTER et al., 2017). Essa é a etapa em que os jovens estão entrando na vida adulta, descobrindo o que gostam ou desgostam, se tornando cidadãos atuantes na sociedade, sendo assim um momento crítico na formação da psiquê.

Os alunos com menos de 25 anos apresentaram maior nível de dependência de internet em ensino remoto e cibercondria em ensino remoto do que estudantes com mais de 25 anos (MRAYYAN et al, 2023).

Apresentou diferença estatística significativa entre o sexo feminino ($p = 0,005$), também apresentou significância não possuir filhos ($p = 0,020$).

De forma semelhante ao nosso estudo, em que as mulheres foram mais afetadas pela ansiedade, em pesquisa no Maranhão, a população feminina analisada sob a perspectiva do inventário de ansiedade, se mostrou mais vulnerável a quadros de ansiedade variando entre moderada a grave (OLIVEIRA et al, 2021). O mesmo ocorreu em pesquisa com acadêmicos de Enfermagem na Espanha (MOSTEIRO-DIAZ et al, 2023).

Esses achados podem ser explicados historicamente pelo fato de as mulheres assumirem as tarefas domésticas, serem submetidas a menor remuneração e desvalorização profissional. Devido ao isolamento social, as rotinas foram intensificadas, somando o preparo de refeições, limpeza da casa, cuidado com idosos, crianças e enfermos, considerados deveres femininos. Mais um fator estressor entre as mulheres foi o crescimento da violência doméstica, durante a pandemia e a convivência domiciliar por tempo indeterminado (BARROS et al., 2020; MARQUES et al., 2020).

Ainda sobre a questão de gênero, as mulheres na área da saúde tendem a ser mais acometidas mentalmente, pois o sexo feminino compõe grande maioria do pessoal da enfermagem e são, muitas vezes, as principais responsáveis pelo trabalho doméstico e cuidado com os filhos, tendo maiores

chances de, quando aliada as demais circunstâncias as quais estão inseridas, terem sua saúde mental afetada (BEZERRA et al, 2020). Outras possíveis causas desse aumento de risco seriam as interações entre influências hormonais, diferenças sexuais ligadas a aspectos neuronais envolvidas com humor e ansiedade, fatores estressores ligados aos papéis do gênero e a importância atribuída ao apoio social da mulher (SILVA et al, 2019).

Por outro lado, é necessário considerar que essa nova realidade sirva para construir seres humanos melhores e capazes de entender que nem tudo está no seu controle. Além disso, outras formas de viver foram retomadas e devem ser valorizadas, como por exemplo a possibilidade de passar mais tempos com os filhos e cônjuges. Nesse sentido, outra alternativa é buscar encontrar os pontos positivos que toda situação possibilita (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020).

Na Indonésia, estudo realizado com estudantes de enfermagem evidenciou recebimento de apoio da família, como pais ou irmãos e irmãs, na participação na aprendizagem online. Isso foi considerado pelos estudantes de enfermagem como um meio de reduzir o estresse no aprendizado online (TAMBUNAN; SINAGA, 2023).

Em Portugal, foi evidenciado que os estudantes que integraram o estudo no período pandêmico apresentaram níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse comparativamente aos que integraram o estudo no período normal, ou seja, impacto psicológico negativo da pandemia nos estudantes (MAIA; DIAS, 2020).

Outros fatores como atividades curriculares, rotina de atividades pessoais, preocupação com futuro profissional, má alimentação, baixa qualidade de sono, falta de tempo para lazer, bem como o distanciamento social, em especial aqueles que precisaram sair de suas cidades natais para estudar emergiram como fatores desencadeadores da ansiedade em acadêmicos de Enfermagem (SILVA et al, 2021).

O ambiente acadêmico do ensino superior traz várias mudanças, como a forma de estudo, o aumento das cargas horárias, grandes exigências e pressão para qualificação e aprendizado adequados aos discentes de enfermagem, por ter que trabalhar com as vidas de outras pessoas. Além de efetuar todas as atividades requeridas pelo curso, é necessário conciliar com a vida social, com o bem-estar emocional e rotina de sono regular saudável. A ausência de equilíbrio nesses elementos afeta a saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes, gerando vulnerabilidade psicológica, que além da ansiedade, pode acarretar outras doenças mentais (SOUSA et al, 2022).

Muito embora haja diversas vantagens na atividade física, que promove a movimentação do corpo e relaxamento da mente, pesquisa mostrou que apenas 24% dos estudantes relataram praticar exercício com frequência. Porcentagem relativamente negativa, pois exercita-se é uma forma de

autocuidado, que previne contra várias doenças, inclusive transtornos de ansiedade (SOUSA et al., 2022). A relação entre exercício físico e os transtornos do humor é apontada em diversos estudos que abordam os benefícios psicológicos da prática regular de atividades físicas. Ocorre que a prática regular de atividades aeróbias pode produzir efeitos ansiolíticos e proteger o organismo dos efeitos prejudiciais do estresse na saúde mental (ARAÚJO; MELLO; LEITE, 2007).

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

Apresentou significância entre os indivíduos que conheciam alguém que foi infectado pelo covid-19 ($p = 0,002$) e alguém que faleceu da doença ($p = 0,0023$). Essa associação pode ser explicada pelo fato de ser um novo vírus, com diversas novas informações sendo divulgadas diariamente e aumento dos números de morte. Diante de momento de alerta e vulnerabilidade a população entra em pânico ao vivenciar algo jamais previsto (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020). Ter sido infectado e ter algum familiar próximo infectado foram estatisticamente significativos associados à subescala ansiedade em estudo realizado na Espanha (MOSTEIRO-DIAZ et al, 2023).

Esse sentimento é expresso, por exemplo, pelo medo de contaminação/transmissão e pela perda de entes queridos. Tal instabilidade emocional surge em decorrência dessas preocupações geradas pela pandemia, que trouxe uma insegurança não somente individual, mas coletiva (ACIOLI et al, 2022). O temor de perder um ente querido ou amigo, viver o luto e não conseguir se despedir traz à tona sentimentos de medo, angústia, impotência e tristeza, deixando os cidadãos suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade.

Também se encontrou diferença estatística significativa entre aqueles que possuíam ruim ou péssima qualidade de acesso à internet ($p = 0,000$), esta essencial para a continuidade dos estudos durante a pandemia. Os avanços tecnológicos das últimas décadas tornaram possível o ensino remoto, esses recursos nem sempre chegam, ou estão disponíveis para todos (BRANCO; ADRIANO; ZANATTA, 2020). A internet, ferramenta básica e, deficitária, muitas vezes pode atrapalhar mais do que ajudar, agravando as desigualdades e aumentando a ansiedade desses alunos (FAGUNDES et al., 2022).

Manter o distanciamento ou isolamento social por um período de duração incerta, têm levado a propostas de organização e implementação de serviços de atenção à saúde mental em novos moldes. A Comissão Nacional de Saúde da China, logo em janeiro de 2020, promulgou princípios básicos para atendimento psicológico durante a pandemia, organizando rapidamente o estabelecimento de serviços de apoio psicológico on-line e de assistência psicológica, por meio de hot-lines, a serem prestados por profissionais da saúde mental em instituições médicas e acadêmicas nas 24 horas do dia. A OMS e as sociedades e associações de profissionais de saúde mental de vários países têm produzido e divulgado guias com recomendações de práticas e condutas para a preservação e atendimento à saúde mental em meio à pandemia e durante períodos de distanciamento ou isolamento social (BARROS et al, 2020).

Pesquisa em Portugal revelou que os estudantes que tiveram maior ansiedade ao longo de todo o período de isolamento foram os que perceberam impacto negativo na aprendizagem e no aproveitamento escolar e, também, os que manifestaram necessidade de apoio psicológico (AUGUSTO et al, 2023).

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 (SILVA et al, 2021). Importa continuar a explorar as implicações da pandemia na saúde mental dos estudantes, para que se possam prevenir e minorar os seus efeitos (MAIA; DIAS, 2020).

É necessário nesse momento de pandemia pensar em mudanças de conceito e quebra de paradigmas, mesmo que ainda distante daquelas idealizadas, que convergem para um romper de olhares estigmatizados da sociedade para com a pessoa em sofrimento mental (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020).

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, 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 ambulatorios de saúde mental que promovam o acolhimento de estudantes de enfermagem (SILVA et al, 2021).

Entre as estratégias para manejo de ansiedade e estresse nessas condições destacam-se, fazer pausas ao assistir, ler ou ouvir notícias, incluindo mídias sociais, ouvir sobre a pandemia repetidamente pode ser perturbador; ter cuidado com o corpo, fazer atividades físicas; respirar, alongar-se e meditar; tentar fazer refeições saudáveis e equilibradas; dormir; evitar álcool e drogas; fazer alguma outra

atividade prazerosa e conversar com pessoas de confiança sobre os sentimentos presentes diante deste contexto de pandemia (BARBOSA et al, 2021). Num momento posterior, certamente será necessário aprofundar a discussão e implementar programas de promoção de competências sociais e emocionais junto de populações mais jovens, bem como estratégias de remediação para episódios traumáticos decorrentes desta pandemia (MAIA; DIAS, 2020).

Em relação às repercussões positivas no que tange ao ensino em Enfermagem no contexto da pandemia perpassaram por implicações diversas nos estudantes, principalmente, o desenvolvimento de novas habilidades de estudo e, para os docentes, a ampliação de conhecimentos e novas aptidões para o ensino com maior uso de tecnologias e ferramentas. Ademais, é fato notório que o contexto pandêmico permitiu perceber e concretizar a importância da formação em Enfermagem para momentos de crise sanitária, além de que as instituições de ensino superior devem ter um plano de contingência para a continuidade da formação em ocasiões como esta e também é importante estimular a valorização profissional (NASCIMENTO et al, 2023).

Para a formação de enfermeiros, é de extrema importância a aquisição de conhecimento teórico e de habilidades práticas. O ensino remoto foi capaz de substituir as aulas presenciais e suprir a necessidade de aprendizado teórico, entretanto, a prática clínica foi prejudicada (NASCIMENTO et al, 2023).

5 CONCLUSÃO

Os dados apoiam a hipótese de que, devido ao isolamento social provocado pela pandemia de covid-19, os acadêmicos de enfermagem apresentaram, naquele momento, sinais de ansiedade.

É necessário ampliar a discussão sobre as adaptações, como o isolamento social durante a pandemia de covid-19 e como esse contexto afeta a vida do graduando de enfermagem e o desenvolvimento de desequilíbrios de ordem mental. As informações obtidas neste estudo poderão servir como subsídios para estratégias de manejo do estado emocional de universitários. As universidades precisarão pensar formas de minimizar os efeitos psicológicos causados pela pandemia, mediante a prestação de assistência psicossocial e outros mecanismos.

Essas problemáticas de saúde representam desafios no âmbito da formação em enfermagem, e seu conhecimento fornece subsídios para a implementação de intervenções, visando à promoção da saúde mental dos estudantes.

REFERÊNCIAS

- ACIOLI, D. M. N. et al. Impactos da pandemia de covid-19 para a saúde de enfermeiros. *Rev Enferm UERJ*, v. 30, e63904, 2022. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2022.63904>>. Acesso em 13 set 2023.
- ARAUJO, S. R. C.; MELLO, M. T.; LEITE, J. R. Transtornos de ansiedade e exercício físico. *Braz J Psychiatry*, v. 29, n. 2, p. 164-171, 2007.
- AUGUSTO, C. et al. O impacto do isolamento devido à covid-19 em estudantes de enfermagem. *Rev Referência*, v. 4, e22041, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.12707/rvi22041>>. Acesso em 13 nov 2023.
- BARBOSA, L. N. F. et al. Frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em brasileiros na pandemia covid-19. *Rev Bras Saúde Matern Infant*, v. 21 (Supl 2): S421-428, 2021. Disponível em: <dx.doi.org/10.1590/1806-9304202100S200005>. Acesso em 07 mar 2022.
- BARROS, M. B. A. et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de covid-19. *Epidemiol Serv Saúde*, v. 29, n. 4, e2020427, 2020. Disponível em: <dx.doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>. Acesso em 07 mar 2022.
- BRANCO, E. P.; ADRIANO, G.; ZANATTA, S. C. Educação e TDIC: contextos e desafios das aulas remotas durante a pandemia da covid-19. *Debates em Educação*, v. 12, n. 2, p. 328-350, 2020. Disponível em: <<https://www.seer.ufal.br/index.php/debateseducacao/article/view/10712>>. Acesso em 18 mai 2023.
- BEZERRA, G. D. et al. O impacto da pandemia por covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa. *Rev. Enferm. Atual In Derme*, v. 93, e 020012, 2020. Disponível em: <dx.doi.org/10.31011/reaid-2020-v.93-n.0-art.758>. Acesso em 06 jul 2022.
- COTRIM, L. V. P. et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e qualidade de vida de universitários durante a pandemia covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 6, p. 28231-46, 2021.
- DANTAS, E. S. O. et al. Fatores associados à ansiedade em residentes multiprofissionais em saúde durante a pandemia por covid-19. *Rev Bras Enferm*, v. 74 (Supl 1): e20200961, 2021. Disponível em: <dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0961>. Acesso em 03 jun 2022.
- ESTRELA, F. M. et al. Covid-19 e doenças crônicas: impactos e desdobramentos frente à pandemia. *Rev Baiana Enferm*, v. 34, p. e36559, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/36559>>. Acesso em 18 mai 2023.
- FAGUNDES, A. T. et al. Universitários no contexto da covid-19: perfil, comportamentos e atividades acadêmicas. *Cogit Enferm*, v. 27, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.82306>>. Acesso em 18 mai 2023.

FERREIRA, B. C.; SILVA, S. M.; COSTA, B. V. Verificação de ansiedade em Acadêmicos dos cursos de saúde de uma Universidade Privada da Zona da Mata mineira. *Interdisciplinary Scientific Journal*, v. 6, n. 5, p. 330, 2019.

LEMOS, M. F. et al. Preoperative education reduces preoperative anxiety in cancer patients undergoing surgery: Usefulness of the self-reported Beck anxiety inventory. *Rev Bras Anesthesiol*, v. 69, n. 1, p. 1-6, 2019.

LISJTER, J. M. et al. The age of onset of anxiety disorders. *Can J Psychiatry*, v. 62, n. 4, p. 237-246, 2017. Disponível em: <<http://doi.org/10.1177/0706743716640757>>. Acesso em 13 set 2023.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da covid-19. *Estud Psicol*, v. 37, e200067, 2020. Disponível em: <dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Acesso em 07 mar 2022.

MALTA, D. C. et al. Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de covid-19 no Brasil. *Rev Bras Epidemiol*, v. 24, e210009, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/rhTGSqRDbs94Wh8CmjggYTb/abstract/?lang=pt>>. Acesso em 18 mai 2023.

MARQUES, E. S. et al. A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela covid-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. *Cad Saúde Pública*, v. 36, n.4, e00074420, 2020. Disponível em: <dx.doi.org/10.1590/0102-311X00074420>. Acesso em 07 mar 2022.

MOSTERO-DIAZ, M. P. et al. Anxiety and depression among nursing students during the covid-19 lockdown: a cross-sectional correlational study. *J Clin Nurs*, v. 32, p. 5065-5075, 2023. Disponível em: <<http://doi.org/10.1111/jocn.16758>>. Acesso em 13 set 2023.

MRAYYAN, M. T. et al. Covid-19 era-related e-learning: a cross-sectional web-scale study of cyberchondria, internet addiction and anxiety-related symptomatology among university nursing students. *BMJ Open*, v. 13, n. e071971, 2023. Disponível em: <<http://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-071971>>. Acesso em 13 set 2023.

NASCIMENTO, A. A. A. et al. Repercussões da pandemia covid-19 na formação em Enfermagem: Scoping Review. *Rev Latino-Am Enferm*, v. 31, e3913, 2023. Disponível em: <<http://doi.org/10.1590/1518-8345.6414.3913>>. Acesso em 13 set 2023.

OLIVEIRA, J. C. et al. O impacto da pandemia de covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde em município da baixada maranhense. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 10, e163101018744, 2021. Disponível em: <dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18744>. Acesso em 03 jun 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Mental health and psychosocial considerations during the covid-19 outbreak*. Disponível em: <<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>>. Acesso em 07 mar 2022.

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, v.4, n.6, p.27674-92, 2021. Disponível em: <[dx.doi.org/10.34119/bjhrv4n6-324](https://doi.org/10.34119/bjhrv4n6-324)>. Acesso em 03 jun 2022.

ROLIM, J. A.; OLIVEIRA, A. R.; BATISTA, E. C. Manejo da ansiedade no enfrentamento da covid-19. *Rev Enfermagem e Saúde Coletiva*, v. 4, n. 2, p. 64-74, 2020.

SILVA, P. L. B. C. et al. Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. *Recom*, v. 9, e3191, 2019. Disponível em: <[dx.doi.org/ 10.19175/recom.v9i0.3191](https://doi.org/10.19175/recom.v9i0.3191)>. Acesso em 13 nov 2023.

SILVA, A.O.S. et al. Fatores intervenientes ao transtorno de ansiedade em acadêmicos de enfermagem. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 5, p. 51962-81, 2021.

SOUSA, F. C. A. et al. Prevalência de ansiedade em estudantes de enfermagem de uma instituição de ensino superior. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 3, e16911326338, 2022. Disponível em: <[dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i3.26338](https://doi.org/10.33448/rsd-v11i3.26338)>. Acesso em 03 jun 2022.

TAMBUNAN, E. H.; SINAGA, R. R. Nível de estresse e estratégias de enfrentamento de estudantes de enfermagem devido ao aprendizado online durante a pandemia de covid-19. Um estudo de métodos mistos. *Rev Invest Educ Enferm*, v. 41, n. 2, e 09, 2023. Disponível em: <[dx.doi.org/10.17533/udea.iee.v41n2e09](https://doi.org/10.17533/udea.iee.v41n2e09)>. Acesso em 13 nov 2023.