

PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE UMA IES PRIVADA DE MINAS GERAIS

Nísio Lourenço Júnior

Graduando do curso de Farmácia do UNIPAM.

E-mail: nisioj@gmail.com

Nádia Camila Rodrigues Costa Caixeta

Professora do curso de Farmácia do UNIPAM.

E-mail: nadiacamila@unipam.edu.br

Salvador Boccaletti Ramos

Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Franca – UNIFRAN.

E-mail: salvador.ramos@unifran.edu.br

RESUMO: A ansiedade é uma emoção caracterizada por sentimentos de tensão, pensamentos preocupados e mudanças físicas e pode se tornar patológica. No cenário atual, a ansiedade afeta muitos universitários. Por essa razão, o objetivo deste trabalho foi estimar a prevalência e os fatores relacionados à ansiedade em estudantes do curso de Farmácia. Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa, realizado com 132 estudantes do curso de Farmácia de uma IES privada de Minas Gerais. O instrumento de coleta de dados foi um questionário contendo questões relativas a características sociodemográficas, comportamentais, além da Escala de Ansiedade de Beck. A análise dos dados categóricos foi realizada por meio de estatísticas descritivas e do teste Qui-quadrado, adotando-se o nível de significância em 5%. Todas as análises foram realizadas através do software JASP versão 0.11. O estudo foi aprovado pelo CEP do UNIPAM, conforme Parecer nº 3.445.122. Foi demonstrado pelo referido estudo que a prevalência de ansiedade nos estudantes do curso de Farmácia foi de 77,88%, com maior predomínio do nível moderado no segundo período (37,1%, n=13), leve no quarto período (31,8%, n=7), grave no sexto período (43,5%, n=10), moderado no oitavo período (41,7%, n=10) e moderado (32,1%, n=9) / grave (32,1%, n=9) no décimo período. Pôde-se constatar que os fatores sociodemográficos e comportamentais relacionados à ansiedade foram sexo, horas de sono e preocupação com o futuro. Acredita-se que o reconhecimento da ansiedade e a busca de medidas mitigadoras no meio acadêmico são de extrema importância, uma vez que a criação de estratégias voltadas para o controle desse transtorno pode garantir o melhor desempenho dos universitários e bem-estar cognitivo e emocional.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental. Ansiedade. Estudantes de Farmácia.

ABSTRACT: Anxiety is an emotion characterized by feelings of tension, worried thoughts and physical changes, and can become pathological. In the current scenario, anxiety affects many college students. For this reason, the objective of this study was to estimate the prevalence and factors related to anxiety among students of the

Pharmacy course. This is a descriptive study with a quantitative approach, conducted with 132 Pharmacy students from a private HEI in Minas Gerais. The data collection instrument was a questionnaire containing questions related to sociodemographic and behavioral characteristics, in addition to the Beck Anxiety Scale. Categorical data analysis was performed using descriptive statistics and the Chi-square test, adopting a significance level of 5%. All analyses were performed using JASP software version 0.11. The study was approved by the Ethics and Research Committee (EPC) of UNIPAM, according to report no. 3.445.122. This study demonstrated that the prevalence of anxiety among Pharmacy students was 77.88%, with a higher prevalence of moderate level in the second period (37.1%, n=13), mild in the fourth period (31.8%, n=7), severe in the sixth period (43.5%, n=10), moderate in the eighth period (41.7%, n=10) and moderate (32.1%, n=9) / severe (32.1%, n=9) in the tenth period. It was found that the sociodemographic and behavioral factors related to anxiety were sex, sleep hours and concern for the future. Anxiety recognition and the search for mitigating measures in the academic environment are believed to be extremely important, since the creation of strategies aimed at controlling this disorder can ensure the best performance of college students and cognitive and emotional well-being.

KEYWORDS: Mental health. Anxiety. Pharmacy Students.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma emoção caracterizada por sentimentos de tensão, pensamentos preocupantes e mudanças físicas (American Psychological Association). Muitas vezes, essa emoção pode se tornar patológica; isso normalmente ocorre quando um indivíduo apresenta níveis desproporcionais de ansiedade com frequência (FELMAN, 2018). A ansiedade patológica também é denominada de transtorno de ansiedade; ocorre quando há algum impacto negativo na qualidade de vida, no desempenho diário do indivíduo no meio social ou no conforto emocional (PEREIRA; LOURENÇO, 2012).

Os transtornos de ansiedade podem ser ocasionados por vários fatores, que são de abrangência mundial. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), os transtornos de ansiedade afetam milhões de pessoas em todo o mundo. Em 2017, o Brasil liderou o *ranking* com 18.657.943 casos de ansiedade. Atualmente, os transtornos de ansiedade afetam muitos jovens, principalmente os jovens universitários. Dentre os fatores que contribuem para o desenvolvimento da doença em estudantes, destaca-se a elevada carga horária, o grande volume de matérias, a insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho e a cobrança da sociedade e da instituição de ensino (VASCONCELOS *et al.*, 2015).

Alunos com transtorno de ansiedade podem apresentar comportamentos prejudiciais em relação aos estudos, como falta de interesse em aprender e mau desempenho nos exames e trabalhos acadêmicos. A ansiedade pode influenciar negativamente a qualidade de vida dos estudantes e estar intimamente ligada ao desempenho no processo de formação e na realização das atividades acadêmicas.

É de suma importância reconhecer a ansiedade no meio acadêmico, uma vez que, presente e em níveis anormais, pode afetar de forma negativa a qualidade de vida do estudante impactando também suas atividades diárias (MARCHI *et al.*, 2013). A diferença entre os sentimentos normais de ansiedade e um transtorno de ansiedade requer atenção médica e pode ajudar a pessoa a identificar e a tratar a condição. A investigação da prevalência de estados ansiosos e da utilização de ansiolíticos pode ser útil para a proposição de medidas de assistência psicológica e acompanhamento psicopedagógico como parte de um programa de atenção primária à saúde dos estudantes (CARVALHO *et al.*, 2015).

A saúde mental de estudantes universitários da área da saúde se tornou foco de muitos especialistas, pois o sofrimento emocional do estudante não se limita a ele próprio, mas tem impacto emocional na sua relação com os pacientes (CARVALHO *et al.*, 2015). O principal problema relacionado a esses estudantes é o fato de eles geralmente não receberem formação adequada sobre os tópicos de saúde mental e, dessa forma, se expõem a situações estressantes. Esses fatores levam ao mau desempenho acadêmico, ao adoecimento psíquico e a um maior risco de suicídio (COSTA, 2012).

Atualmente, nota-se um aumento no número de estudantes que desenvolvem algum tipo de transtorno relacionado à ansiedade após ingressarem na faculdade. Desse modo, estudos nessa área apresentam relevância social, pois são capazes de estimular discussões, apresentar melhorias e definir possíveis soluções para esse problema presente nos estudantes de instituições de ensino superior. Este trabalho teve por objetivo estimar a prevalência e os fatores relacionados à ansiedade em universitários do curso de Farmácia de uma Instituição de Ensino Superior (IES) privada de Minas Gerais.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, com abordagem quantitativa, realizada no Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).

A amostra do estudo foi constituída por 132 estudantes maiores de 18 anos, que estavam matriculados no segundo semestre do curso de Farmácia de 2019 e que frequentavam o segundo, quarto, sexto, oitavo e décimo períodos. Foram excluídos da pesquisa os estudantes que responderem parcialmente aos questionários ou estavam ausentes no dia da coleta de dados.

A coleta de dados foi realizada em agosto de 2019, utilizando, como instrumento, um questionário elaborado por Leão *et al.* (2018), adaptado pelos autores deste estudo, contendo questões relativas a características sociodemográficas, comportamentais, além da Escala de Ansiedade de Beck na sua adaptação e padronização brasileira.

Para o preenchimento da escala de Beck, o participante foi orientado previamente de que não há respostas certas ou erradas e de que as perguntas eram referidas à última semana, incluindo o dia da realização da coleta de dados.

A Escala de Ansiedade de Beck é uma escala criada com o objetivo de medir a intensidade dos sintomas de ansiedade (BECK; STEER, 1993), sendo amplamente

utilizada e validada tanto para pacientes psiquiátricos, quanto para a população em geral (CUNHA, 2001). É constituída por 21 itens que devem ser avaliados numa escala de quatro pontos, refletindo níveis de gravidade crescentes: 1 - nem um pouco, 2 - ligeiramente, 3 - moderadamente, 4 - severamente, sendo que o escore total é a soma dos escores dos itens individuais.

Para categorizar o grupo em estudo, foram realizadas as estatísticas descritivas, com tabelas de frequência para as variáveis quantitativas. A associação entre a variável escala de Beck e os fatores sociodemográficos e comportamentais foram estimadas por meio do teste Qui-quadrado, o qual é aplicado em dados categóricos. Em todo o estudo, estipulou-se o nível de significância em 5%, sendo as análises realizadas através do software JASP versão 0.11. A análise dos dados da Escala de Beck foi realizada com a colaboração de um psicólogo, adotando os pontos de corte: mínimo (variando de 0 a 10), leve (entre 11 e 19), moderado (entre 20 e 30) e grave (entre 31 e 63). O resultado mínimo foi considerado como ausência de ansiedade (CUNHA, 2001).

O estudo foi conduzido em consonância com a Resolução do Conselho Nacional de Saúde CNS 466/12, que regulamenta a pesquisa envolvendo seres humanos e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM), conforme Parecer nº 3.445.122.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

O número de estudantes matriculados no segundo semestre do curso de Farmácia foi de 151 alunos. Foram excluídos da pesquisa 6 alunos por terem respondido parcialmente ao questionário e à Escala de Beck e 13 alunos por ausência no dia da coleta de dados. Dessa forma, os participantes do estudo totalizaram 132 universitários, sendo 26,5% (n=35) do segundo; 16,7% (n=22) do quarto; 17,4% (n=23) do sexto; 18,2% (n=24) do oitavo e 21,2% (n=28) do décimo período (Tabela 1).

Predominou o sexo feminino com 80,3% (n=106); 56,8% (n=75) dos estudantes tinham mais de 20 anos de idade e 92,4% (n=122) eram solteiros (Tabela 1). O perfil dos graduandos deste estudo assemelha-se ao encontrado em outros estudos realizados com graduandos da área de saúde que descrevem maior número de estudantes como adultos jovens e estado civil solteiro, tanto em instituições públicas quanto em privadas (CARLETO, 2018; DONATI, 2010; NARDELLI, 2013).

A maior parte dos universitários declarou ter alguma religião (93,2%, n=123); 81,8% (n=108) tinham renda familiar até três salários mínimos; 61,3% (n=81) residiam com os pais ou cônjuges, e somente 34,1% (n=45) possuíam plano de saúde. Com relação à escolha do curso de farmácia, 63,6% (n=84) declararam ter feito como primeira opção; 95,4% (n=126) relataram satisfação com o curso, porém apenas 35,6% (n=47) escolheram o curso por vocação (Tabela 1).

Quanto à forma de pagamento do curso, 50,0% (n=66) possuem bolsa ou financiamento, e 96,2% (n=127) declararam preocupação em relação ao futuro profissional. A maioria dos participantes relatou ter relacionamento satisfatório com

familiares 91,6% (n=121), amigos 95,4% (n=126), colegas 90,9% (n=120) e professores 100,0% (n=132) (Tabela 1).

Quanto às horas de sono, 52,2% (n=69) declararam insatisfação; 53,8% (n=71) tem o hábito de consumir bebida alcóolica, e a maioria relatou não fumar 93,9% (n=124). Uma parcela representativa dos participantes (62,1%, n=82) relatou não praticar nenhum tipo de atividade física (Tabela 1).

Tabela 1 – Características sociodemográficas e o transtorno de ansiedade em estudantes do curso de Farmácia, Patos de Minas, 2019

Fatores associados		Escala de Beck				Total	p valor	
		Mínimo	Leve	Moderado	Grave			
		% (n)	% (n)	% (n)	% (n)			
Período	2º	11,4 (4)	34,3 (12)	37,1 (13)	17,1 (6)	100,0 (35)	0,162	
	4º	27,3 (6)	31,8 (7)	18,2 (4)	22,7 (5)	100,0 (22)		
	6º	21,7 (5)	13,0 (3)	21,7 (5)	43,5 (10)	100,0 (23)		
	8º	25,0 (6)	16,7 (4)	41,7 (10)	16,7 (4)	100,0 (24)		
	10º	25,0 (7)	10,7 (3)	32,1 (9)	32,1 (9)	100,0 (28)		
Sexo*	Masculino	38,5 (10)	26,9 (7)	30,8 (8)	3,8 (1)	100,0 (26)	0,012	
	Feminino	17,0 (18)	20,8 (22)	31,1 (33)	31,1 (33)	100,0 (106)		
Idade	Até 20 anos	21,1 (12)	28,1 (16)	24,6 (14)	26,3 (15)	100,0 (57)	0,380	
	Mais de 20 anos	21,3 (16)	17,3 (13)	36,0 (27)	25,3 (19)	100,0 (75)		
Estado Civil	Solteiro	19,7 (24)	20,5 (25)	32,8 (40)	27,0 (33)	100,0 (122)	0,112	
	Casado/União estável	40,0 (4)	40,0 (4)	10,0 (1)	10,0 (1)	100,0 (10)		
Religião	Sim	21,1 (26)	22,0 (27)	31,7 (39)	25,2 (31)	100,0 (123)	0,927	
	Não	22,2 (2)	22,2 (2)	22,2 (2)	33,3 (3)	100,0 (9)		
Renda	1 a 3 sal. mínimos	19,4 (21)	22,2 (24)	33,3 (36)	25,0 (27)	100,0 (108)	0,570	
	4 ou mais sal. mínimos	29,2 (7)	20,8 (5)	20,8 (5)	29,2 (7)	100,0 (24)		
Mora com	Pais/Cônjuge	22,2 (18)	23,5 (19)	30,9 (25)	23,5 (19)	100,0 (81)	0,862	
	Outros	19,6 (10)	19,6 (10)	31,4 (16)	29,4 (15)	100,0 (51)		
Plano de saúde	Sim	22,2 (10)	22,2 (10)	33,3 (15)	22,2 (10)	100,0 (45)	0,923	
	Não	20,7 (18)	21,8 (19)	29,9 (26)	27,6 (24)	100,0 (87)		
Curso de farmácia (1ª opção)	Sim	22,6 (19)	22,6 (19)	29,8 (25)	25,0 (21)	100,0 (84)	0,933	
	Não	18,8 (9)	20,8 (10)	33,3 (16)	27,1 (13)	100,0 (48)		
Motivo da escolha	Vocação	19,1 (9)	17,0 (8)	29,8 (14)	34,0 (16)	100,0 (47)	0,400	
	Outros	22,4 (19)	24,7 (21)	31,8 (27)	21,2 (18)	100,0 (85)		
Satisfação com o curso	Sim	21,4 (27)	22,2 (28)	31,0 (39)	25,4 (32)	100,0 (126)	0,961	
	Não	16,7 (1)	16,7 (1)	33,3 (2)	33,3 (2)	100,0 (6)		
Forma de pagamento do curso	Recursos próprios	24,2 (16)	28,8 (19)	24,2 (16)	22,7 (15)	100,0 (66)	0,121	
	Bolsa/financiamento	18,2 (12)	15,2 (10)	37,9 (25)	28,8 (19)	100,0 (66)		
Relacionamento	Familiares	Satisfatório	23,1 (28)	22,3 (27)	29,8 (36)	24,8 (30)	100,0 (121)	0,933
		Insatisfatório	0,0 (0)	18,2 (2)	45,5 (5)	36,4 (4)	100,0 (11)	
	Amigos	Satisfatório	22,2 (28)	23,0 (29)	31,0 (39)	23,8 (30)	100,0 (126)	0,400
		Insatisfatório	0,0 (0)	0,0 (0)	33,3 (2)	66,7 (4)	100,0 (6)	
	Colegas	Satisfatório	23,3 (28)	24,2 (29)	30,8 (37)	21,7 (26)	100,0 (120)	0,961
		Insatisfatório	0,0 (0)	0,0 (0)	33,3 (4)	66,7 (8)	100,0 (12)	
Professores	Satisfatório	21,2 (28)	22,0 (29)	31,1 (41)	25,8 (34)	100,0 (132)	0,121	
	Insatisfatório	0,0 (0)	0,0 (0)	0,0 (0)	0,0 (0)	100,0 (0)		
Preocupação com o futuro*	Sim	18,1 (23)	22,8 (29)	32,3 (41)	26,8 (34)	100,0 (127)	0,001	
	Não	100,0 (5)	0,0 (0)	0,0 (0)	0,0 (0)	100,0 (5)		
Horas de sono*	Satisfatório	30,2 (19)	25,4 (16)	27,0 (17)	17,5 (11)	100,0 (63)	0,029	
	Insatisfatório	13,0 (9)	18,8 (13)	34,08 (24)	33,3 (23)	100,0 (69)		
Atividade física	Sim	30,0 (15)	24,0 (12)	26,0 (13)	20,0 (10)	100,0 (50)	0,189	
	Não	15,9 (13)	20,7 (17)	34,1 (28)	29,3 (24)	100,0 (82)		
Consumo de bebidas alcólicas	Sim	22,5 (16)	19,7 (14)	26,8 (19)	31,0 (22)	100,0 (71)	0,388	
	Não	19,7 (12)	24,6 (15)	36,1 (22)	19,7 (12)	100,0 (61)		
Hábito de fumar	Sim	25,0 (2)	12,5 (1)	25,0 (2)	37,5 (3)	100,0 (8)	0,810	
	Não	21,0 (26)	22,6 (28)	31,5 (39)	25,0 (31)	100,0 (124)		

*Variáveis com significância estatística ($p < 0,05$).

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

3.2 PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE E CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

A prevalência de ansiedade nos estudantes do curso de Farmácia foi de 77,88%, com maior predomínio do nível moderado no segundo período (37,1%, n=13), leve no

quarto período (31,8%, n=7), grave no sexto período (43,5%, n=10), moderado no oitavo período (41,7%, n=10) e moderado (32,1%, n=9) / grave (32,1%, n=9) no décimo período. No entanto, o teste de Qui-quadrado mostrou que não houve diferença estatisticamente significativa entre essa associação ($p=0,162$).

No estudo de Vasconcelos *et al.* (2015), 15,0% a 25,0% dos universitários apresentam algum transtorno psiquiátrico durante a sua formação acadêmica, sendo os transtornos depressivos e de ansiedade os de maior predomínio. Esses autores apontam que os principais fatores que podem contribuir para a prevalência de ansiedade nos estudantes são elevada carga horária, grande volume de matérias, insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho e cobrança da sociedade, sendo que esses fatores se intensificam à medida que o estudante avança no curso.

Estudo realizado por Carleto *et al.* (2018) evidencia que problemas de ordem mental em estudantes de cursos superiores têm crescido e se tornado cada vez mais intensos, representando grande problema para as instituições de ensino. Ansiedade, estresse, depressão, entre outros, são prejudiciais à saúde mental, ao desempenho e ao desenvolvimento do estudante e geram consequências na formação e na futura atuação profissional.

No presente estudo, o sexo foi o principal fator sociodemográfico associado à ansiedade, em que o sexo feminino predominou com ansiedade nível moderado e grave, e o sexo masculino com ausência de ansiedade (nível mínimo). Essa associação apresentou diferença estatisticamente significativa ($p=0,012$).

No estudo de Moura *et al.* (2018), realizado com 57 universitários do curso de Farmácia, utilizou-se também a escala de Beck devido à sua relevância no diagnóstico da ansiedade. Os autores encontraram uma prevalência de ansiedade grave na população feminina, bem maior em relação à população masculina.

Para Carvalho *et al.* (2015), isso se deve ao fato de que ainda vivemos em uma sociedade em que a mulher tem que vencer mais obstáculos para ingressar em uma carreira que lhe permita uma maior independência social e econômica, enfrentando mais conflitos que os homens e, por isso, tendem a reagir com maior grau de ansiedade em condições de pressão psicológica.

Outros fatores sociodemográficos foram associados aos níveis de ansiedade. Quanto à idade, 36,0% (n=27) dos universitários com mais de 20 anos apresentaram nível de ansiedade moderado; já naqueles com idade inferior a 20 anos, o nível de ansiedade foi leve (28,1%, n=16). Quanto ao estado civil, nos estudantes solteiros predominou o nível moderado de ansiedade (32,8%, n=40); já nos casados / união estável, houve ausência de ansiedade (40,0%, n=4) e nível leve (40,0%, n=4). Nos alunos que declararam ter uma religião, 31,7% (n=39) apresentaram nível de ansiedade moderado e naqueles sem religião predominou nível grave (33,3%, n=3). Em relação à renda, observou predomínio do nível moderado em 33,3% (n=36) dos estudantes que declaram renda inferior a três salários mínimos e ausência de ansiedade (29,2%, n=7) e nível grave (29,2%, n=7) naqueles com renda salarial superior a quatro salários mínimos, vigente no período do estudo. O nível de ansiedade moderado foi observado tanto nos estudantes que residem com os pais/cônjuge (30,9%, n=25) quanto naqueles que residem distantes dos pais (31,4%, n=16). Quanto ao plano de saúde, o nível moderado de ansiedade esteve presente tanto nos

estudantes que declaram ter algum plano (33,3%, n=15) quanto naqueles que não possuem (29,9%, n=26). Estatisticamente, não houve diferença entre a associação de ansiedade e esses fatores sociodemográficos, pois o p valor foi superior a 0,05 (Tabela 1).

Na associação dos fatores relacionados ao curso de Farmácia e os níveis de ansiedade, observou-se que, nos alunos que escolheram o curso como primeira opção, o nível de ansiedade foi moderado (29,8%, n=25), e, naqueles que relataram como segunda opção, o nível foi grave (33,3%, n=16). Com relação à satisfação com o curso, constatou-se o nível de ansiedade moderado em 31,0% (n=39) dos alunos que se declaram satisfeitos, e, naqueles insatisfeitos, a ansiedade foi moderada (33,3%, n=2) e grave (33,3%, n=2). Quanto à forma de pagamento do curso, predominou o nível de ansiedade leve (28,8%, n=19) nos estudantes que efetuam por meio de recursos próprios. Já nos alunos que recebem bolsa/financiamento, o nível de ansiedade foi moderado, observado em 37,9% (n=25). Considerando-se os relacionamentos satisfatórios dos estudantes com os familiares, amigos, colegas e professores, predominou o nível moderado em 29,8% (n=36), 31,0% (n=39), 30,8% (n=37) e 31,1% (n=41), respectivamente; já nos alunos insatisfeitos, o nível moderado foi constatado em relação aos familiares (45,5%, n=5); grave em relação aos amigos (66,7%, n=4) e aos colegas (66,7%, n=8). O nível de ansiedade moderado também foi prevalente nos alunos que declaram estar preocupados com o futuro (32,3%, n=41); já nos alunos despreocupados, observou-se ausência de ansiedade (100,0%, n=5). Esta última associação foi a única que apresentou diferença estatisticamente significativa, em que o p valor foi inferior a 0,05 ($p=0,001$) (Tabela 1).

O trabalho de Andrade *et al.* (2014) mostrou que problemas pessoais ou familiares contribuem para aumentar o sofrimento mental dos estudantes. Dessa forma, isso favorece o surgimento de problemas pessoais e de relacionamento, influenciando diretamente o rendimento acadêmico e o aumento da ansiedade. A maior prevalência de ansiedade nesses alunos com problemas de relacionamento revela um caráter possivelmente sistêmico, evidenciando a necessidade de maior equilíbrio em todas as esferas da vida do estudante. Esse equilíbrio deve proporcionar melhores condições para a formação adequada desses estudantes, já que problemas nos relacionamentos acabam por gerar dificuldades psicológicas, como insegurança, tristeza, medos, preocupações, dificuldades de atenção e baixa autoestima (LEAO *et al.*, 2018).

A preocupação em relação ao futuro profissional é uma situação que abrange a maior parte dos estudantes de muitos cursos, não apenas da área da saúde. A grande maioria tem medo das incertezas do mercado; em muitas vezes, esses medos e inseguranças contribuem para a prevalência de ansiedade (CARVALHO *et al.*, 2015).

3.3 PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE E CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS

Quanto às horas de sono declaradas como satisfatórias, predominou o nível mínimo de ansiedade (30,2%, n=19), ou seja, sua ausência. Já nos estudantes que declararam insatisfação, prevaleceu o nível moderado com 34,08% (n=24). Nos praticantes de atividades físicas, observou-se ausência de ansiedade em 30,0% (n=15),

e, nos não praticantes, o nível de ansiedade observado foi moderado em 34,1% (n=28). Com relação ao consumo de bebidas alcólicas, o nível de ansiedade grave foi evidente em 31,0% (n=22) dos estudantes que apresentam esse hábito. Já nos alunos que não fazem o consumo, o nível de ansiedade foi moderado em 36,1% (n=22). A maioria dos estudantes declarou não ter hábito de fumar; neles o nível de ansiedade foi moderado em 31,5% (n=39); já naqueles que fumam o nível de ansiedade foi grave (37,5%, n=3). Nessas características comportamentais, observou-se diferença estatisticamente significativa apenas em relação a horas de sono ($p=0,029$).

Dessa forma, o presente estudo corrobora a literatura médica disponível, que aponta a importância do sono para a saúde física e emocional do indivíduo, já que noites mal dormidas e inatividade física podem gerar problemas como fadiga, irritabilidade, hipertensão arterial, dificuldades de atenção e de memória e transtornos mentais como depressão e ansiedade (LEAO *et al.*, 2018). Em um trabalho realizado com estudantes de medicina, Andrade *et al.* (2014) também observaram associação significativa entre a insatisfação de horas dormidas e a prevalência de ansiedade e depressão.

O presente trabalho corrobora a pesquisa de Leão *et al.* (2018) e a vasta literatura, que incentiva a importância da prática de atividade física para melhoria e manutenção da saúde e qualidade de vida (COSTA, 2018; SILVA, COSTA, 2017). Nesse estudo, pode-se perceber que há uma tendência de ansiedade moderada à grave em estudantes que não praticam atividade física regularmente.

Quando a atividade física é praticada com regularidade, auxilia na produção de endorfina e serotonina, neurotransmissores responsáveis pela sensação de prazer e bem-estar. Essa melhoria ocorre também de forma indireta, por meio das transformações corporais decorrentes do exercício que contribuem para uma melhora significativa na autoestima, o que leva a um maior grau de satisfação e felicidade (SILVA; COSTA, 2017). Consequentemente, a atividade física pode atuar de maneira benéfica ajudando a diminuir o grau de ansiedade.

Um problema com o consumo de álcool é o uso concomitantemente com medicamentos ansiolíticos. No estudo realizado por Marchi *et al.* (2013), 31,0% dos participantes mencionaram ingerir bebida alcoólica concomitantemente com o uso do benzodiazepínico, sendo que 19% o fazem aos finais de semana. Cabe destacar que a intoxicação resultante do sinergismo do efeito depressor causado pela interação de benzodiazepínicos e álcool pode ser grave e fatal, mesmo que o indivíduo o utilize socialmente (ORLANDI; NOTO, 2005). Nesse mesmo estudo de Marchi *et al.* (2013), foi relatado que 60,0% dos estudantes utilizam outras medicações, especialmente os antidepressivos como a fluoxetina, que também pode promover interação farmacológica importante.

A ansiedade pode afetar os alunos tanto profissional quanto pessoalmente, ocasionando situações de dificuldade no relacionamento interpessoal, abuso de drogas, deterioração do desempenho acadêmico, diminuição da empatia e adoecimento físico e mental (TABALIPA *et al.*, 2015).

4 CONCLUSÃO

A prevalência de ansiedade em os estudantes do curso de Farmácia foi de 77,88%, com maior predomínio do nível moderado no segundo período (37,1%, n=13), leve no quarto período (31,8%, n=7), grave no sexto período (43,5%, n=10), moderado no oitavo período (41,7%, n=10) e moderado (32,1%, n=9) / grave (32,1%, n=9) no décimo período. Pôde-se constatar que os fatores sociodemográficos e comportamentais relacionados à ansiedade foram sexo, horas de sono e preocupação com o futuro.

O reconhecimento da presença de transtornos de ansiedade e a busca de medidas mitigadoras do problema no meio acadêmico são de extrema importância, uma vez que a criação de estratégias voltadas para o controle desse transtorno pode garantir melhor desempenho dos universitários e bem-estar cognitivo e emocional.

Embora seja uma temática de grande relevância e um problema atual, pouco se discute sobre a ansiedade e seus efeitos deletérios no meio acadêmico, portanto sugere-se um suporte psicológico na instituição para acompanhamento dos alunos, bem como a continuação de estudos sobre o tema para enriquecer o conhecimento na área.

REFÊRENCIAS

American Psychological Association (APA). **Anxiety**. Disponível em:

<https://www.apa.org/topics/anxiety/index>. Acesso em: 26 mar. 2019.

ANDRADE, J. B. C. *et al.* Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica [online]**, v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014.

BECK, A.; STEER, R. Beck anxiety inventory manual. San antonio, tx: The psychological corporation. Harcourt Brace & Company; 1993.

CARLETO, C. T. *et al.* Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 20, p. 20-21, 2018. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/325290771_Adaptacao_a_universidade_e_transtornos_mentais_comuns_em_graduandos_de_enfermagem. Acesso em: 10 out. 2019.

CARVALHO, E. A. *et al.* Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. **Cienc Cuid Saude**, v. 14, p. 1290-1298, set. 2015. Disponível em:

<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23594/15278>. Acesso em: 10 out. 2019.

COSTA P. H. V. *et al.* Nível de atividade física e qualidade de vida dos estudantes de fisioterapia da FCM-MG. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 2, p. 46-53, 2018.

COSTA, E. F. O. *et al.* Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 1, p. 53-59, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v58n1/v58n1a15.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2019.

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

DONATI, L. *et al.* O perfil do estudante ingressante no curso de graduação em enfermagem de uma faculdade privada. **Revisita enfermagem UERJ**, v.18, n.3, p.446-450, 2010. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v18n3/v18n3a19.pdf>. Acesso em: 10 out. 2019

FELMAN, A. What to know about anxiety. **Medical care today**. Outubro 2018. Disponível em: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323454.php>. Acesso em: 08 out. 2019.

LEÃO, A. N. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista brasileira de Educação Médica**, v. 42, p. 55-65, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v42n4/1981-5271-rbem-42-4-0055.pdf>. Acesso em: 09 out. 2019.

MARCHI, K. C. *et al.* Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 3, p. 731-739, set. 2013. Disponível em: https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v15/n3/pdf/v15n3a15.pdf. Acesso em: 09 out. 2019.

MOURA, A. A. *et al.* Prevalência de transtorno de ansiedade em acadêmicos do curso de farmácia de uma instituição privada na Amazônia. **Ver. Saberes**. v. 7, jul. 2018. Disponível em: <https://facsapaulo.edu.br/wp-content/uploads/sites/16/2018/05/ed7especial/5.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2019.

NARDELLI, G. G. *et al.* **Perfil dos alunos ingressantes dos cursos da área da saúde de uma universidade federal**. 2013. Disponível em: <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/405>. Acesso em: 10 out. 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Geneva, Suíça, 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf;jsessionid=7F99A5296F65C27D8A93DA709A9B32B3?sequence=1>. Acesso em: 06 out. 2019.

ORLANDI, P.; NOTO, A. R. Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 13, p.896-902, 2005.

PEREIRA, S. M.; LOURENÇO, L. M. O estudo bibliométrico do transtorno de ansiedade social em universitários. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**. v. 64, p. 47-62, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v64n1/v64n1a05.pdf>. Acesso em: 08 out. 2019.

SILVA, P. V. C.; COSTA JUNIOR, Á. L. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 29, n. 64, p. 41-50. jan./mar. 2011. Disponível em: <http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd99=issue&dd0=269> . Acesso em: 23 maio 2016.

TABALIPA, F. O. *et al.* Prevalence of anxiety and depression among medical students. **Revista Brasileira de Educação Médica**. Rio de Janeiro, v. 39, n. 3, p. 388-394, set. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022015000300388. Acesso em: 08 out. 2019.

VASCONCELOS, T. C. *et al.* Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 1, p. 135-142, out. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbem/v39n1/1981-5271-rbem-39-1-0135.pdf>. Acesso em: 07 out. 2019.