

# Avaliação da ansiedade em graduandos de enfermagem e medicina de uma instituição pública nordestina

## *Assessment of anxiety in undergraduate nursing and medical students at a public institution in Northeast Brazil*

<sup>1</sup> Carla Viviane de Meneses Oliveira  

<sup>2</sup> José Lima de Sousa Júnior 

<sup>3</sup> Maria Luisa de Matos Fernandes 

<sup>4</sup> Polyane Correia Lima 

<sup>5</sup> Thais Mendes Pereira Silva 

<sup>6</sup> Saiwori de Jesus Silva Bezerra dos Anjos 

### RESUMO

---

A saúde mental de graduandos da área da saúde tem sido objeto de crescente preocupação, especialmente diante dos altos níveis de ansiedade observados nesse grupo. Diante disso, este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de ansiedade em estudantes dos cursos de Enfermagem e Medicina da Universidade Estadual do Ceará. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, observacional e transversal, com população composta por 234 estudantes. Utilizou-se um questionário com dados sociodemográficos e a escala DASS-21 para mensurar os níveis de ansiedade. Os resultados indicaram prevalência significativa de ansiedade alterada, principalmente entre mulheres, estudantes de enfermagem, pessoas com orientações sexuais não heteronormativas e indivíduos sem acompanhamento psicológico. Observou-se também correlação entre ansiedade e fatores como depressão, estresse, sobrecarga acadêmica, ausência de rede de apoio e intenção de desistência do curso. O estudo mostra que é necessário promover ações interseccionais de prevenção e cuidado em saúde mental nas instituições de ensino superior, com foco na redução das desigualdades e na valorização do bem-estar estudantil.

**Palavras-chave:** ansiedade. saúde mental. saúde

### ABSTRACT

*The mental health of undergraduate health students has been the subject of growing concern, especially given the high levels of anxiety observed in this group. With this in mind, the aim of this study was to assess the levels of anxiety among nursing and medical students at the Universidade Estadual do Ceará. This is a quantitative, observational and cross-sectional study with a population of 234 students. A questionnaire with sociodemographic data and the DASS-21 scale were used to measure anxiety levels. The results indicated a significant prevalence of altered anxiety, especially among women, nursing students, people with non-heteronormative sexual orientations and individuals without psychological support. There was also a correlation between anxiety and factors such as depression, stress, academic overload, lack of a support network and the intention to drop out of the course. The study shows that it is necessary to promote intersectional prevention and mental health care actions in higher education institutions, with a focus on reducing inequalities and valuing student well-being.*

**Keywords:** anxiety. mental health. health

---

1 Graduanda em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

2 Graduando em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

3 Graduanda em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

4 Graduanda em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

5 Graduanda em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

6 Doutora em Enfermagem - Universidade Estadual do Ceará UECE

## 1 INTRODUÇÃO

A saúde mental é um direito e parte integrante do bem-estar geral do ser humano. É com ela que as pessoas enfrentam o estresse cotidiano, reconhecem suas habilidades, aprendem e trabalham de maneira satisfatória, possuindo valor tanto intrínseco quanto instrumental (Organização Mundial da Saúde, 2022).

Os transtornos que afetam a saúde mental são amplamente estudados na literatura. Dentre eles, está a ansiedade, que se faz cada vez mais presente no cotidiano dos indivíduos, especialmente no contexto acadêmico, em que se observa o seu impacto direto no bem-estar dos estudantes de cursos da área da saúde, como Enfermagem e Medicina, devido à elevada carga horária, pressão por desempenho acadêmico e da exigência de habilidades emocionais para lidar com os pacientes (Rachana et al., 2023).

Nesse contexto, a ansiedade pode ser definida como uma resposta emocional fisiológica frente a situações de pressão ou incerteza, porém, em níveis elevados, pode comprometer o desempenho acadêmico e a qualidade de vida do estudante. No caso dos graduandos de Enfermagem e Medicina, a carga de estudos, as avaliações constantes e a pressão por excelência agravam a ocorrência de sintomas ansiosos, levando a uma sensação crônica de preocupação e tensão, muitas vezes associada a sintomas físicos, como taquicardia e sudorese (Alici; Copur, 2023).

Além dos fatores desencadeantes de ansiedade presentes no ambiente acadêmico, também há outras características agravantes, como a falta de tempo para atividades de lazer, o que corrobora para o isolamento social e o distanciamento familiar, além dos graduandos com dupla jornada, que precisam conciliar um vínculo empregatício com a carreira acadêmica (Wynter et al., 2021).

Nesse sentido, a depressão vem se manifestando como um dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) de maior prevalência entre os graduandos da área da saúde, devido ao fato de estudantes universitários serem mais suscetíveis ao desenvolvimento desses transtornos quando comparados com a população geral, podendo manifestar sintomas como redução do humor, energia e atividades do cotidiano (Costa et al., 2025). Farinha e Braga (2023) alertam para a existência de sofrimento mental entre discentes ao indicar a prevalência de TMC em 60% da amostra pesquisada em seu estudo.

Um estudo realizado com 205 graduandos de enfermagem em uma universidade pública do estado do Ceará, evidenciou que, desse total, 42,43% e 45,36% apresentaram níveis médios de ansiedade de traço e de estado, respectivamente, e 14,4% tiveram níveis de depressão moderada (Oliveira et al., 2022). Já em outra pesquisa realizada em uma universidade pública de medicina, que foi composta por uma amostra de 152 participantes, mostrou que 65,1% dos graduandos de medicina apresentavam sintomas depressivos, 42,1% e 30,3% tiveram altos níveis de ansiedade de traço e de estado, respectivamente, apontando níveis preocupantes desses transtornos na população em questão (Costa et al., 2022).

Somado a essas problemáticas, observa-se também que o discurso de sofrimento preconizado no ambiente universitário e a sua romantização faz com que os graduandos negligenciem a busca por ajuda psicológica, o que afeta o bem-estar psicoemocional e o rendimento acadêmico (Mosteiro-Diaz et al., 2023). Esse contexto é demonstrado no estudo de Dias Júnior et al. (2022), que analisou a ansiedade em acadêmicos de Enfermagem e Medicina de uma universidade pública, constatando que 58,1% dos estudantes participantes da pesquisa foram classificados com o TMC.

Dessa forma, compreende-se que a temática de saúde mental no ambiente universitário é uma problemática persistente e com índices alarmantes, requerendo um olhar voltado para esse público. Por isso, o presente estudo objetivou avaliar os níveis de ansiedade em graduandos dos cursos de Enfermagem e Medicina da Universidade Estadual do Ceará (UECE).

## 2 MÉTODO

Trata-se de um estudo quantitativo, observacional e transversal realizado com graduandos do curso de Enfermagem e Medicina da UECE, campus Itaperi, advindo de um projeto guarda chuva denominado “Avaliação da saúde dos estudantes de Universidades Públicas”. A abordagem observacional permitiu a análise de exposições a eventos naturais sem intervenções ou modificações experimentais, de modo a registrar a exposição e o desenvolvimento do desfecho de interesse entre os indivíduos envolvidos (Rouquayrol; Gurgel, 2018). Ademais, o delineamento transversal possibilitou coletar dados em um único momento do tempo, além de permitir que as variáveis independentes fossem eventos ou comportamentos ocorridos no passado (Polit; Beck, 2019).

A população do estudo foi composta por acadêmicos dos cursos de graduação em Enfermagem e Medicina de diversos semestres, ambos com sede no Campus Itaperi da UECE. Ao todo, participaram da pesquisa 234 alunos, sendo 184 graduandos do curso de Enfermagem e 50 estudantes do curso de Medicina. Todos eles permaneceram no estudo após a aplicação dos critérios de inclusão (estar matriculado regularmente em qualquer disciplina da IES e ter acima de 18 anos) e de exclusão (alunos em regime de licença ou em matrícula institucional). Neste artigo, optou-se por utilizar todos os participantes na análise dos dados, a fim de garantir maior precisão dos resultados.

O instrumento construído para a pesquisa abordou dados sociodemográficos, dados acadêmicos e variáveis de saúde, além da DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale), uma escala que mensura os níveis de depressão, ansiedade e estresse a partir de comportamentos e sensações experimentados nos últimos sete dias. Lovibond e Lovibond (1995) propuseram a DASS com o objetivo de apresentar um instrumento adequado sob a óptica psicométrica. A DASS foi, originalmente, desenvolvida em língua inglesa com 42 itens distribuídos em três fatores. Entretanto, considerando a ocorrência de situações em que uma versão mais curta do instrumento é desejável e utilizando somente os dados de ansiedade, os autores apresentaram uma versão reduzida da DASS com 21 itens, denominada DASS-21.

Martins et al. (2019) atestou a validade e a confiabilidade do modelo da DASS-21. Os escores médios de depressão, ansiedade e estresse foram calculados. Baseados nesses escores, os indivíduos foram agrupados, considerando somente a severidade de ansiedade, utilizando pontos de percentis propostos pelo autor da escala original para cômputo da prevalência dessas condições na amostra. As prevalências foram calculadas por ponto e por intervalo de confiança de 95% (IC 95%). Esses pontos de corte foram obtidos a partir dos percentis da escala de resposta aos itens da DASS-21 e estão apresentados na tabela a seguir:

Tabela 1- Pontos de corte (escore médio) obtidos a partir dos percentis da escala de resposta aos itens da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Fortaleza – CE, 2025.

Fator DASS	Percentil <sup>#</sup>	Escore Médio <sup>†</sup>	Classificação
	< P78	< 2,34	Normal
Depressão	P78  — P87	2,34  — 2,61	Leve
Ansiedade	P87  — P95	2,61  — 2,85	Moderada
Estresse	P95  — P98	2,85  — 2,94	Severa
	≥ P98	≥ 2,94	Extremamente severa

Fonte: Elaboração própria

O instrumento utilizado na pesquisa, que engloba a DASS e outras informações sociodemográficas e de saúde, foi validado em março de 2023, com os bolsistas do Programa de Educação Tutorial (PET) de Enfermagem da UECE e UFC, que fazem parte da população alvo da pesquisa. Ao todo, participaram do teste piloto 24 alunos de diversos semestres. Durante a validação, foi analisado o tempo médio de preenchimento, a linguagem utilizada e a coerência das perguntas. Após as modificações sugeridas e aprimoramento do instrumento, foi ini-

ciada a coleta de dados, que ocorreu nos meses de setembro a dezembro de 2023. Para os alunos em aulas presenciais na universidade, foi disponibilizado o instrumento em formato eletrônico, através da plataforma Google Forms, por meio de Qr Code, e o instrumento físico, para aqueles com dificuldades de acesso à tecnologia. Já para os acadêmicos com atividades fora da IES (em estágio ou internato), foi enviado o instrumento online através de redes sociais (WhatsApp e Gmail). A aplicação da pesquisa foi realizada pelos bolsistas do PET de Enfermagem da UECE.

Os dados sociodemográficos e acadêmicos e as variáveis de saúde correspondem às variáveis preditoras, enquanto as variáveis de desfecho consistem nos níveis de depressão, ansiedade e estresse. Neste artigo, foram utilizados somente os dados acerca da ansiedade. Os dados foram tabulados no Google Sheets, por meio de importação direta da plataforma Google Forms e tabulação manual dos instrumentos físicos. Em seguida, foram realizadas as análises descritivas, em que os próprios autores realizaram manualmente os cálculos de percentil, a fim de identificar a classificação da ansiedade dos participantes da pesquisa. Para melhor organização dos resultados, separou-se em duas categorias: ansiedade fisiológica (para os que foram classificados como ansiedade “normal”) e ansiedade alterada (aglomerando as classificações “leve”, “moderada”, “severa” e “extremamente severa”). Por fim, foram realizados cálculos de porcentagem.

Em relação aos aspectos éticos e legais, a pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa das IES envolvidas. As coletas de dados iniciaram logo após a aprovação, tendo como parecer nº 6.060.206. Foram respeitados os preceitos éticos da pesquisa com seres humanos de acordo com as normas da Resolução do Conselho Nacional de Saúde números 466/2012 e 510/2016, além da Lei Geral de Proteção dos Dados, número 13709/2018. Os participantes receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), com linguagem simples e acessível, contendo as informações necessárias, o tempo médio de preenchimento do instrumento, além de possíveis riscos e benefícios. Após a leitura, coube ao participante ler e decidir, de forma autônoma e informatizada, sobre a sua participação na pesquisa, podendo desistir a qualquer momento.

### 3 RESULTADOS

A amostra total foi de 234 acadêmicos, de modo que destes 78,6% ( $n = 184$ ) eram da Enfermagem e 21,4% ( $n = 50$ ) eram da Medicina. Quanto ao sexo, entre os graduandos de enfermagem e medicina, 77,3% ( $n = 181$ ) eram mulheres e 22,7% ( $n = 53$ ) eram homens. A idade de prevalência deste grupo obteve uma média de 22 anos de idade, com uma renda média de 2 salários mínimos.

Ao analisar as respostas adquiridas no questionário DASS-21 e os itens do questionário sociodemográfico, presentes na tabela 2 deste estudo, observou-se que dentre estes, 71,9% ( $n = 128$ ) dos universitários que responderam a pesquisa eram heterossexuais, 76,0% pardos ( $n = 79$ ) e 75,2% ( $n = 97$ ) da religião católica. Além das características sociodemográficas, houve análise dos resultados obtidos com a DASS-21. De acordo com os percentis dos estudantes, constatou-se que 59 possuíam ansiedade classificada como normal e 142 possuíam ansiedade alterada (aglomerando as classificações “leve”, “moderada”, “severa” e “extremamente severa”).

**Tabela 2** – Distribuição dos níveis de ansiedade segundo as caracterizações sociodemográficas. Fortaleza – CE, 2025.

Variável	Categoria	Ansiedade Alterada n (%)	Ansiedade Fisiológica n (%)
Sexo biológico	Feminino	142 (78,5%)	39 (21,5%)
	Masculino	33 (62,3%)	20 (37,7%)
Orientação sexual	Heterossexual	128 (71,9%)	50 (28,1%)

	Homossexual	9 (56,3%)	7 (43,8%)
	Bissexual	28 (93,3%)	2 (6,7%)
	Assexual	3 (100,0%)	0 (0,0%)
	Pansexual	6 (100,0%)	0 (0,0%)
	Outros	1 (100,0%)	0 (0,0%)
<b>Raça/Cor</b>	Branca	75 (74,3%)	26 (25,7%)
	Parda	79 (76,0%)	25 (24,0%)
	Preta	18 (69,2%)	8 (30,8%)
	Amarela	2 (100,0%)	0 (0,0%)
	Indígena	1 (100,0%)	0 (0,0%)
<b>Religião</b>	Católica	97 (75,2%)	32 (24,8%)
	Evangélica	26 (65,0%)	14 (35,0%)
	Espírita	7 (77,8%)	2 (22,2%)
	Sem religião	38 (77,6%)	11 (22,4%)
	Outros	7 (100,0%)	0 (0,0%)

Fonte: Elaboração própria.

Nota: Percentuais calculados dentro de cada categoria. Dados obtidos com base na DASS-21.

Ao comparar os níveis de ansiedade com os dados de depressão e estresse, percebe-se que há uma prevalência de 90% (n = 153) dos participantes da pesquisa com ansiedade e depressão alteradas, enquanto 90,5% (n = 143) possuem ansiedade e estresse alterados. Além disso, há uma baixa adesão nas atividades de promoção à saúde mental no âmbito acadêmico, de modo que 161 participantes, equivalentes a 74,5% dos estudantes, não realizam uso das atividades de promoção à saúde mental. Em relação aos hábitos de vida, entende-se a realização de atividade física como uma prioridade para melhora na qualidade de vida, no entanto, neste estudo destaca-se que 79,3% (n = 88) não realizam essa prática. Em relação ao diagnóstico psicológico, 69,4% (n = 120) dos estudantes não possuem nenhum tipo de diagnóstico e 77,2% (n = 44) não realizam acompanhamento psicológico, constatando a ausência de atenção com a saúde mental e a provável subnotificação dos transtornos existentes.

**Tabela 3** – Distribuição dos níveis de ansiedade segundo variáveis comportamentais e acadêmicas. Fortaleza- CE, 2025.

Variável	Categoria	Ansiedade Alterada n (%)	Ansiedade Fisiológica n (%)
<b>Depressão (DASS-21)</b>	Alterada	153 (90,0%)	17 (10,0%)
	Normal	22 (34,4%)	42 (65,6%)
<b>Estresse (DASS-21)</b>	Alterado	143 (90,5%)	15 (9,5%)
	Normal	32 (42,1%)	44 (57,9%)

<b>Atividades de promoção da saúde mental</b>	Sim	14 (77,8%)	4 (22,2%)
	Não	161 (74,5%)	55 (25,5%)
<b>Realiza atividade física</b>	Sim	87 (70,7%)	36 (29,3%)
	Não	88 (79,3%)	23 (20,7%)
<b>Diagnóstico psicológico</b>	Sim	55 (90,2%)	6 (9,8%)
	Não	120 (69,4%)	53 (30,6%)
<b>Faz acompanhamento psicológico</b>	Sim	39 (88,6%)	5 (11,4%)
	Não	44 (77,2%)	13 (22,8%)
<b>Já pensou em desistir do curso</b>	Sim	77 (77,0%)	23 (23,0%)
	Não	98 (73,1%)	36 (26,9%)
<b>Realiza atividade extracurricular</b>	Sim	134 (73,6%)	48 (26,4%)
	Não	41 (78,8%)	11 (21,2%)

Fonte: Elaboração própria.

Nota: Percentuais calculados dentro de cada categoria. Dados obtidos com base na DASS-21.

Correlacionando os resultados abordados com os dados acadêmicos dos participantes da pesquisa, constatou-se que 73,6% (n = 134) universitários realizavam atividades extracurriculares e, desses, metade já havia pensado em desistir do curso. Dessa forma, é possível identificar a relação entre a pressão acadêmica e o estresse persistente na respectiva universidade.

#### 4 4 DISCUSSÃO

A presente investigação evidencia um cenário preocupante em relação à saúde mental dos graduandos da área da saúde, corroborando a tendência de elevados níveis de sofrimento psíquico já amplamente descrita na literatura (Gaiotto et al., 2021). Os achados deste estudo revelaram especificidades que demandam atenção especial, principalmente quando se comparam diferentes perfis sociodemográficos dos participantes. A formação acadêmica em saúde, por sua natureza, impõe desafios emocionais significativos, os quais tendem a se intensificar diante de contextos marcados por vulnerabilidades sociais e limitações institucionais, tornando-se necessária uma análise mais aprofundada das interseccionalidades presentes.

Os resultados indicam uma tendência de maior sofrimento psíquico entre as mulheres, o que se alinha à literatura que aponta o sexo feminino como o mais suscetível a transtornos como ansiedade e depressão no contexto acadêmico (Rosa; Nunes; Armstrong, 2021). Tal vulnerabilidade parece estar relacionada a fatores como a dupla jornada da mulher (acadêmica e doméstica), o machismo estrutural e o modo como socialmente se espera que mulheres sejam emocionalmente disponíveis, o que contribui para a interiorização de sobrecargas. Essa dinâmica pode promover a internalização do estresse, agravando o desgaste emocional desses estudantes. É fundamental que intervenções voltadas à saúde mental reconheçam e abordem essas dimensões para promover um suporte mais eficaz.



No que se refere à comparação entre os cursos, observou-se que graduandos de Enfermagem apresentaram, em média, indicadores emocionais mais elevados do que os de Medicina. Essa diferença pode estar relacionada à metodologia pedagógica adotada no curso de Enfermagem, que frequentemente demanda envolvimento direto e contínuo em atividades práticas, muitas vezes desde os primeiros semestres, em ambientes hospitalares e comunitários.

A exposição constante a atividades de prática, aliada a uma formação que valoriza o cuidado integral e a empatia como eixo central, pode intensificar a carga emocional vivenciada pelos discentes (Lopes et al., 2024). Ao serem incentivados a desenvolver vínculos próximos com os pacientes e lidar com aspectos subjetivos do sofrimento humano, os graduandos de Enfermagem podem experimentar maior vulnerabilidade psíquica ao longo da graduação.

A variável identidade sexual também merece destaque, uma vez que estudantes que se identificam com orientações não heteronormativas, como lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros (ou travestis e transexuais), queer (ou pessoas que estão questionando sua sexualidade ou identidade de gênero), intersexo, assexuais, entre outras representadas pelo símbolo "+", demonstraram maiores índices de sofrimento. Esse achado converge com estudos que apontam a vivência de preconceito, invisibilização e medo de rejeição como fatores de risco importantes para a saúde mental da população LGBTQIA+ no ensino superior. A exclusão social, somada ao silenciamento institucional, contribui significativamente para o sofrimento psicológico desses graduandos (Ilharco; Pocinho; Saboga, 2024).

Em relação às diferenças observadas entre categorias raciais, reforça-se o impacto das desigualdades sociais e do racismo institucional no aumento dos níveis de ansiedade entre graduandos. Aqueles que possuem características sociais específicas, como raça, orientação sexual ou identidade de gênero, tendem a vivenciar situações de discriminação no ambiente universitário, o que contribui diretamente para o desenvolvimento e agravamento de quadros ansiosos (Santos; Castanho, 2021). Esse cenário evidencia que as instituições de ensino ainda carecem de ambientes verdadeiramente inclusivos e de políticas antirracistas que promovam a saúde mental de forma equânime.

Nesse cenário, outro aspecto relevante é o envolvimento em atividades extracurriculares. Embora a literatura destaque o potencial protetivo dessas ações e indique que pode favorecer uma transição mais positiva para a vida adulta, especialmente no contexto universitário, ao fortalecer estratégias adaptativas de autorregulação, como a resiliência e a reavaliação de metas (Guilmette et al, 2019). Em contrapartida, no cenário acadêmico, a sobrecarga de atividades e a pressão por alto desempenho podem resultar em desgaste físico e mental, favorecendo respostas disfuncionais ao estresse (Prudencio; Soeiro, 2025).

É preocupante, ainda, que mesmo entre os acadêmicos que realizam acompanhamento psicológico, os níveis de sofrimento se mantêm elevados. O apoio institucional desempenha um papel crucial no bem-estar e no desempenho acadêmico dos estudantes universitários, quando esse suporte é eficaz, contribui para aumentar a satisfação dos alunos, melhorar seu rendimento acadêmico e promover o bem-estar psicológico. Por outro lado, a ausência ou deficiência desse apoio pode levar ao esgotamento acadêmico, caracterizado por exaustão emocional, desinteresse, baixo engajamento e sentimentos de desamparo (Chaudhry et al, 2024).

Ademais, a ausência de redes de apoio social no contexto universitário está diretamente associada ao aumento dos níveis de ansiedade entre os graduandos. A falta de vínculos afetivos, de suporte emocional e de relações interpessoais saudáveis contribui para o surgimento e agravamento de sintomas ansiosos, especialmente em períodos de maior pressão acadêmica, como avaliações, prazos e demandas constantes. Segundo Alsubaie et al. (2019), estudantes que se percebem socialmente isolados tendem a apresentar maior vulnerabilidade psicológica, caracterizada por preocupação excessiva, insegurança, dificuldades de concentração e sintomas físicos relacionados à ansiedade. Esse cenário evidencia a importância de estratégias institucionais que promovam am-

bientes acolhedores, incentivem a construção de redes de apoio e favoreçam o desenvolvimento de habilidades socioemocionais como ferramenta de enfrentamento do adoecimento mental na universidade.

A recorrente ideia de desistência do curso relatada por parte significativa da amostra dialoga diretamente com o sofrimento psíquico, a sensação de inadequação e a ausência de acolhimento. O estresse relacionado aos estudos exerce influência direta na intenção de abandono universitário. Fatores do ambiente acadêmico, como autonomia, apoio de professores e colegas, além de oportunidades de desenvolvimento, somados com características psicológicas dos graduandos, como engajamento, resiliência acadêmica, satisfação com os estudos e estresse, são indicadores significativos dessa intenção (Bulotaité et al, 2024). A evasão acadêmica pode ser vista como um dos indicativos de adoecimento coletivo e não pode ser descontextualizada das pressões estruturais presentes na formação superior em saúde.

É importante ressaltar que os acadêmicos de cursos da área da saúde enfrentam maior vulnerabilidade ao desgaste psicológico e emocional devido à exposição constante a ambientes de alta demanda emocional, visto que o contato frequente com doenças transmissíveis, o medo de contaminação, o receio de cometer erros e o sentimento de impotência diante de enfermidades graves e da morte contribuem significativamente para o aumento do estresse e da ansiedade dentre esses estudantes (Gaiotto et al., 2021).

Desse modo, apesar do aumento dos recursos destinados à saúde mental no ambiente universitário, os índices de ansiedade entre graduandos seguem em ascensão. Esse cenário sugere que abordagens predominantemente reativas, focadas apenas no tratamento dos sintomas, têm se mostrado insuficientes frente à complexidade dos fatores que geram sofrimento psíquico. Torna-se, portanto, fundamental a adoção de estratégias proativas, capazes de atuar na prevenção dos fatores que desencadeiam e mantêm os quadros de ansiedade (Emmertón, Camilleri, Sammut, 2024). Este estudo reforça que a ansiedade entre estudantes da área da saúde não deve ser analisada de forma isolada, mas sim compreendida a partir das intersecções de gênero, raça, orientação sexual, curso e contexto socioeconômico, que se configuram como determinantes significativos da vulnerabilidade psicossocial e dos níveis elevados de ansiedade neste grupo.

Entre os fatores limitantes que compreendem o estudo, entende-se a baixa adesão de participantes à pesquisa, principalmente dos graduandos do curso de medicina, os quais obteve-se um difícil acesso de coleta de dados, devido a ausência de participantes no formato presencial, uma vez que maior parte de suas atividades ocorrem em ambiente hospitalar e não universitário.

Portanto, como contribuição dos autores para pesquisas futuras na respectiva área analisada, recomenda-se o estudo de outros cursos obstantes da área da saúde e a produção de variáveis comparativas entre os acadêmicos de instituições públicas e privadas, a fim de tornar as investigações sobre a saúde mental dos estudantes mais abrangentes.

## 5 CONCLUSÃO

A presente pesquisa reforça a urgência de abordar a saúde mental dos graduandos da área da saúde sob uma perspectiva ampliada, que ultrapasse as abordagens individuais e considere os determinantes sociais, institucionais e pedagógicos que atravessam suas trajetórias acadêmicas. Os resultados encontrados apontam para elevados níveis de sofrimento psíquico entre os participantes, com destaque para os impactos de fatores como identidade de gênero, raça, orientação sexual, curso e ausência de apoio institucional. Tais dados confirmam que o adoecimento mental não pode ser compreendido como uma experiência isolada, mas sim como um fenômeno coletivo e estrutural.

A análise dos dados evidenciou a necessidade de ações mais efetivas por parte das instituições de ensino superior e demais áreas envolvidas. Políticas de promoção da saúde mental devem ser interseccionais, contínuas e articuladas a práticas pedagógicas que acolham a diversidade estudantil, minimizem as pressões acadêmicas



desnecessárias e fortaleçam redes de apoio. A reavaliação das metodologias de ensino, a ampliação dos serviços de escuta qualificada e o combate ao preconceito em todas as suas formas configuram estratégias fundamentais para promover um ambiente universitário mais saudável, inclusivo e humanizado.

Por fim, espera-se que este estudo contribua de forma significativa para o fortalecimento do debate acerca da saúde mental no ensino superior, especialmente entre graduandos da área da saúde. Que seus resultados possam fomentar a realização de novas pesquisas e a implementação de estratégias e intervenções que considerem a complexidade dos desafios enfrentados por essa população. Promover o bem-estar psicológico, com ênfase na prevenção e no controle da ansiedade, é também um investimento na formação de profissionais mais sensíveis, empáticos, críticos e preparados para os desafios contemporâneos do cuidado em saúde. Assim, reafirma-se que “cuidar de quem cuida” começa, necessariamente, no ambiente universitário.

### REFERÊNCIAS:

ALICI, N; COPUR, E. Ansiedade e medo de COVID-19 entre estudantes de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: um estudo de correlação descritiva. **Perspectivas em Cuidados Psiquiátricos**, v. 58, p. 141 - 148, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/ppc.12851>>. Acesso em: 01 set 2024.

ALMEIDA, L. F. *et al.* Desafios na oferta de apoio psicológico universitário: um estudo qualitativo com estudantes e profissionais. **Revista Brasileira de Psicologia**, v. 23, n. 2, p. 45-59, 2022. Disponível em: <https://www.revistapsicologia.ufc.br/edicoes/2022v23n2/3.pdf>. Acesso em: 14 maio 2025.

ALSUBAIE, M. M. *et al.* O papel das fontes de apoio social na depressão e na qualidade de vida de estudantes universitários. **Revista Internacional de Adolescência e Juventude**, v. 24, n. 4, p. 484–496, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>. Acesso em: 18 maio 2025.

BULOTAITĖ, L. *et al.* Ambiente de estudo e fatores psicológicos da intenção de abandono escolar de estudantes universitários. **Acta Paedagogica Vilnensia**, p. 89–105, 2025. DOI: <10.15388/ActPaed.2024.53.7>. Disponível em: <https://www.journals.vu.lt/acta-paedagogica-vilnensia/article/view/38429>. Acesso em: 18 maio 2025.

COSTA, B. P. *et al.* Saúde mental dos estudantes de medicina em um cenário pós COVID-19. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 11, n. 1, p. 1156–1173, 2025. DOI: 10.22289/2446-922X.V11A1A67. Acesso em: 17 nov. 2025.

COSTA, T. G. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes de medicina de uma universidade do interior do Brasil. **Medicina (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, Brasil, v. 55, n. 4, e-196142, 2022. DOI: [10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2022.196142](https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2022.196142). Acesso em: 17 nov. 2025.

DIAS JÚNIOR, S. A. *et al.* Ansiedade em acadêmicos de enfermagem e de medicina de uma universidade pública: estudo transversal. **Rev. port. enferm. saúde mental**, v. 27, p. 81-94, 2022. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1389951>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

EMMERTON, Robert W.; CAMILLERI, Christina; SAMMUT, Stephen. Deterioração contínua da saúde mental dos estudantes universitários: declínio inevitável ou evasão de problemas mais profundos? **Journal of Affective Disorders Reports**, v. 15, p. 100691, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100691>. Acesso em: 18 maio 2025.

FARINHA, C. A.; BRAGA, P. H. R. Saúde mental e vivência universitária: um estudo de caso. **SCIAS. Direitos Humanos e Educação**, v. 6, n. 2, p. 98–118, 2023. DOI: 10.36704/sdhe.v6i2.7884. Acesso em: 17 nov. 2025.

GAIOTTO, E. M. G. et al. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 55, p. 114, 2021. DOI: <10.11606/s1518-8787.2021055003363>. Acesso em: 17 maio 2025.

GUILMETTE, M. et al. A participação passada e presente em atividades extracurriculares está associada à autorregulação adaptativa de objetivos, ao sucesso acadêmico e ao bem-estar emocional entre estudantes universitários. **Learning and Individual Differences**, v. 73, p. 8–15, jul. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.006>. Acesso em: 18 maio 2025.

ILHARCO, A.; POCINHO, M.; SABOGA, N. L. Promover a saúde mental em estudantes do ensino superior: um estudo piloto. **European Journal of Public Health**, v. 34, supl. 3, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.835>. Acesso em: 14 maio 2025.

LOPES, C. M. C. P. A. et al. A inteligência emocional percebida em estudantes do ensino superior de cursos de saúde. **Rev. Enf. Ref.**, Coimbra, v. VI, n. 3, e32863, dez. 2024. Disponível em: [http://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0874-02832024000100235&lng=pt&nrm=iso](http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832024000100235&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 17 maio 2025.

MOSTEIRO-DIAZ, M.P. *et al.* Ansiedade e depressão entre estudantes de enfermagem durante o bloqueio do COVID-19: um estudo transversal correlacional. **Revista de enfermagem clínica**, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/jocn.16758>>. Acesso em: 8 set 2024.

OLIVEIRA, M. J. A. *et al.* Satisfação, ansiedade e depressão entre estudantes de graduação em enfermagem. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, p. e70555, 2022. DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2022.70555>. Acesso em: 17 nov. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **World mental health report: Transforming mental health for all**. 2022. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

PINHEIRO, M. R. A. et al. A sobrecarga de estudantes universitários e o papel do gênero: desafios contemporâneos. **Cadernos de Gênero e Diversidade**, v. 5, n. 1, p. 133-149, 2019. Disponível em: <https://www.cadernosgd.ufba.br/article/view/910>. Acesso em: 14 maio 2025.

PRUDENCIO, A. C. M.; SOEIRO, A. C. V. Saúde mental no ensino superior: o papel do acolhimento socioemocional na adaptação à vida acadêmica. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 25, p. e19739-e19739, 2025. DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e19739.2025>. Acesso em: 18 maio 2025.

RACHANA, N.; AHMED, M. Estresse, ansiedade e depressão entre estudantes de enfermagem em um hospital universitário terciário em Karnataka, Índia: um estudo transversal. **Jornal De Pesquisa Clínica E Diagnóstica**. 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.7860/jcdr/2023/63342.18589>>. Acesso em: 01 set 2024.

REIS, M. G. C. et al. Fatores associados à evasão de estudantes de cursos da saúde: uma revisão integrativa. **Revista Educação e Saúde**, v. 9, n. 3, p. 97-110, 2021. Disponível em: <https://www.revistaeducacaoesaude.com.br/article/view/7890>. Acesso em: 14 maio 2025.

ROSA, C.; NUNES, E. S.; ARMSTRONG, A. C. Depressão entre estudantes de medicina no Brasil: uma revisão sistemática. **International Journal of Education and Health**, Salvador, v. 5, n. 1, p. 133–141, 2021. DOI: <10.17267/2594-7907ijhe.v5i1.2722>. Acesso em: 17 maio 2025.

SANTOS, V. S.; CASTANHO, P. Sofrimento psíquico na universidade: reflexões sobre pertencimento e racismo. **Jornal de Psicanálise**, v. 54, n. 101, p. 73-88, 2021.

---

SILVA, R. P.; FERREIRA, L. T. Cultura da produtividade e sofrimento psíquico no meio universitário. **Revista Psicologia em Foco**, v. 12, n. 1, p. 88-103, 2020. Disponível em: <https://www.psicologiaemfoco.com.br/article/view/1234>. Acesso em: 14 maio 2025.

WYNTER, K. *et al.* Depression, anxiety and stress among Australian nursing and midwifery undergraduate students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. **International Journal of Nursing Education Scholarship**, v.18, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1515/ijnes-2021-0060>>. Acesso em: 01 set 2024.