

## **Estratégias de coping em situações de ansiedade por graduandos de enfermagem**

### **Coping strategies in anxiety situations by nursing graduatesabstract**

Fernanda Pâmela Machado<sup>1</sup>, <https://orcid.org/0000-0002-2446-1341>

Gabriel Guembariski Flávio<sup>2</sup>, <https://orcid.org/0000-0002-1486-7698>

Leiliane De Jesus De Martini Lopes Vilar<sup>3</sup>, <https://orcid.org/0000-0003-0834-5874>

Joseli Aparecida Caldi Gomes<sup>4</sup>, <https://orcid.org/0000-0002-2261-1422>

Marcos Hirata Soares<sup>5</sup>, <https://orcid.org/0000-0002-1391-9978>

<sup>1</sup> Universidade Estadual de Londrina (UEL). Enfermeira, Especialista em saúde Mental. Doutoranda em Enfermagem pelo programa de pós-graduação do departamento de enfermagem da UEL. Membro do Grupo de Estudos Práticas e Pesquisa em saúde mental (GEPPSAM). Brasil.

<sup>2</sup> Universidade Estadual de Londrina. Enfermeiro. Brasil.

<sup>3</sup> Secretária de Saúde da prefeitura de Ibiporã. Enfermeira, Especialista em saúde Mental. Mestre em Enfermagem. Brasil.

<sup>4</sup> Universidade Estadual de Londrina. Enfermeira, Especialista em Saúde Coletiva, Mestre em Enfermagem. Brasil.

<sup>5</sup> Universidade Estadual de Londrina. Enfermeiro. Doutor em enfermagem psiquiátrica. Docente no departamento de enfermagem da Universidade Estadual de Londrina. Líder do GEPPSAM. Brasil.

#### **Autor de Correspondência:**

Fernanda Pâmela Machado. E-mail [fer.machado3@hotmail.com](mailto:fer.machado3@hotmail.com)

#### **Resumo**

**Objetivo:** estimar a prevalência das estratégias de coping utilizadas em situações de ansiedade por discentes do curso de enfermagem nos quatros anos de graduação.

**Métodos:** transversal, correlacional, realizado no Paraná- Brasil com 135 estudantes universitários. Foi aplicado o questionário de auto avaliação para Ansiedade (IDATE) e o

Inventário de Estratégias de Coping. As Análises foram feitas pelo programa SPSS, versão 25, pelos testes de Kolmogorov-Smirnov, Kruskal-Wallis, Jonckheere-Terpstra e correlação de Spearman, em nível  $\alpha < 0,05$ .

**Resultados:** IDATE Traço: O Domínio 1 refere-se ao “confronto” e apresenta-se como uma estratégia bem utilizada ao longo das séries ( $r: 0,27$ ). O domínio D5, “Fuga-Esquivas”, foi utilizado como meio de enfrentamento a determinadas situações ( $r: 0,29$ ). Ansiedade Traço-Estado: Houveram 66% dos graduandos de enfermagem com ansiedade e sintomas compatíveis com os transtornos de ansiedade no domínio denominado Traço ( $n=10$ ) e 31,8% ( $n=43$ ) dos alunos da 1ª série apresentaram sintomas compatíveis com a ansiedade, seguido de 26,6% ( $n=36$ ) de alunos da 4ª série.

**Conclusão:** as estratégias de coping foram utilizadas com menor frequência, denotando que quanto mais avança no decorrer das séries, menos os alunos as utilizam. Porém, o nível de ansiedade manteve-se alto. Esses achados, contribuiu para que sejam criados projetos, grupos de meditação, terapias e afins, com o intuito de ajudar os alunos a minimizarem o estresse enquanto estudante e praticarem a utilização do coping no cotidiano, além de proporcionar melhoria do ensino e melhor domínio do professor em relação ao aluno em situações de ansiedade.

**Palavras-Chave:** Ansiedade; Estudantes de Enfermagem; Programas de Graduação em Enfermagem; Adaptação Psicológica; Saúde Mental; Enfermagem Psiquiátrica.

## Abstract

**Objective:** to estimate the prevalence of coping strategies used in situations of anxiety by nursing students in the four years of graduation.

**Methods:** epidemiological quantitative, transversal type, carried out in Paraná-Brazil with 135 university students. The Anxiety Self-Assessment Questionnaire (IDATE) and the Coping Strategies Inventory were applied. The analyzes were performed using the SPSS program, version 2.5, using the Kruskal-Wallis, Jonckheere-Terpstra and Kolmogorov-Smirnov tests and Spearman correlation, at a level of  $p < 0.05$ .

**Results:** IDATE Trait: Domain 1 refers to the “confrontation” and presents itself as a well-used strategy throughout the series ( $r: 0.27$ ). The D5 domain, “Escape-Dodge”, was used as a means of coping with certain situations ( $r: 0.29$ ). TRAÇO Status: 66% of nursing students presented anxiety and symptoms compatible with anxiety disorders in the Trait e domain ( $n = 10$ ). 31.8% ( $n = 43$ ) of 1st grade students had symptoms compatible with anxiety, followed by 26.6% ( $n = 36$ ) 4th grade students.

**Conclusion:** coping strategies were used less frequently, showing that the higher the grade, the less students use them, but the level of anxiety remained high. These findings contributed to the creation of projects, meditation groups, therapies and the like, in order to help students minimize stress as a student and practice the use of coping in their daily lives, in addition to improving teaching and better mastery of teacher in relation to the student in situations of anxiety.

**Keywords:** Anxiety; Students Nursing; Education, Nursing Diploma Programs; Adaptation Psychological; Mental Health; Psychiatric Nursing.

Recebido a 30/09/2020. Aceite a 21/11/2020.

## Introdução

Ao ingressar como estudante universitário e iniciar suas atividades acadêmicas, um universo inovador é desbravado, trazendo novidades positivas e também, muitas vezes, negativas, além das cobranças, incertezas, apreensão, entre outros sentimentos nunca vivenciados anteriormente, podendo levar a uma repercussão negativa em sua saúde mental (Silwal, Gurung, Sah, Koirala e Ojha, 2019).

Na sociedade atual, os transtornos afetivos e de ansiedade costumam ser mais prevalentes no meio acadêmico. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), o Brasil tem a maior taxa de pessoas com transtorno de ansiedade do mundo, aproximadamente 18,6 milhões de brasileiros, ou seja, 9,3% da população apresentam transtorno de ansiedade. Em um ano, em média 25% a 50% dos estudantes universitários atendem aos critérios de pelo menos um distúrbio de saúde mental (Auerbach, Alonso, Axinn e Cuijpers, 2016).

Um estudo avaliou a prevalência de transtornos mentais mais comuns em universitários, onde foram avaliados 378 alunos, destes, 39,9% (n=151) apresentaram transtornos de humor, ansiedade e de somatização. 43,8% eram do curso de enfermagem, esse alto índice, está relacionado ao estilo de vida desses universitários e as demandas exigidas pela universidade (Gomes, Pereira Junior, Cardoso e Silva, 2020).

No caso particular da enfermagem, estudos destacam que o estado emocional mais apresentado pelos estudantes é a ansiedade. Este sintoma é desencadeado, principalmente, nos anos iniciais do egresso na vida acadêmica. O curso de enfermagem é considerado de uma dinâmica rigorosa, por proporcionar diversos momentos de complexidade teórica e prática, tornando-se cruciais para o desenvolvimento de ansiedade e, conseqüentemente, a baixa produtividade, pior qualidade de vida, depressão e até mesmo ideação suicida (Silwal, Gurung, Sah, Koirala e Ojha, 2019).

Um estudo que utilizou o inventário de ansiedade (IDATE) traço-estado com 45 estudantes de uma escola privada, do segundo ano do curso de enfermagem, mostrou que 89% destes apresentaram níveis de traço e 64% de estado de ansiedade (Santos e Galdeano, 2009). Afirmando esses dados, um outro estudo, realizado com 214 estudantes, destacou que destes, 99,1% referiram que a ansiedade prejudica o desempenho acadêmico. Os escores de ansiedade-estado, apresentaram escores que foram classificados em alto, médio e baixo: altos (21,9%); médio (77,56%) e baixo (0,46%). A ansiedade-traço: alto (37,38%); médio (61,22%) e baixo: (1,40%), onde ambos apresentaram médios índices de ansiedade estado-traço, denotando que os alunos são

mais propensos a desenvolverem sintomas de ansiedade e, com isso, acarretar em diversos problemas negativos na vida do estudante (Barbosa, Kila, Moyses, Morsch, 2019).

Dessa forma, os indivíduos que possuem alto traço de ansiedade tendem a considerar um maior número de situações como perigosas e, conseqüentemente, apresentar um aumento do estado de ansiedade. Fundamentados nessa definição, pesquisadores construíram um instrumento de avaliação da ansiedade, denominado Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), que constitui uma ferramenta amplamente utilizada nas pesquisas relacionadas a ansiedade (Chaves, Lunes, Moura, Carvalho, Silva e Carvalho, 2015).

A fim de nos adaptarmos a situações de estresse, ansiedade e outras circunstâncias adversas, segundo Lazarus e Folkman (1984), utilizamos estratégias de enfrentamento denominadas de *coping*, por sua vez, descritas como um conjunto de estratégias utilizadas por pessoas, propenso a se adaptarem as situações de estresse, ansiedade e circunstâncias adversas. Essas estratégias de *coping*, podem ou não serem utilizadas como enfrentamento para minimizar a sobrecarga e ansiedade de estar na universidade, dos estágios, provas, entre outros que aumentam a ansiedade do aluno (Silwal, Gurung, Sah, Koirala e Ojha, 2019).

Diante deste contexto, pressupõe-se que muitos alunos ao sofrerem de ansiedade, na maioria das vezes não possuem estratégias de *coping* satisfatórias para o devido enfrentamento destas situações. O estudo justifica-se, pois, ao se identificar as estratégias de *coping* associadas à ansiedade e o estresse no período em que o estudante de enfermagem está no curso, pode-se ajudar os educadores a direcionar ações de suporte, bem como promover melhorias no processo de ensino e aprendizagem, atenuando o estresse e a ansiedade desses alunos.

Com o intuito de sanar esses achados, o estudo tem como objetivo estimar a prevalência das estratégias de *coping* utilizadas em situações de ansiedade por discentes do curso de enfermagem nos quatros anos de graduação.

## Método

Trata-se de um estudo transversal, correlacional, realizado no Brasil, em uma cidade localizada ao Sul do Brasil, no norte do Paraná.

A coleta de dados, deu-se no período de maio a junho de 2019. Participaram da pesquisa 135 graduandos do curso de enfermagem. Alunos matriculados nas diferentes séries (1ª, 2ª, 3ª e 4ª série) do curso de enfermagem de uma universidade no norte do Paraná-Brasil. O critério de inclusão foi estar regularmente matriculado no curso de enfermagem e o critério de exclusão, estar afastados ou referir recusa em participar da pesquisa, porém não houve exclusões de sujeitos.

Fora estabelecido valor de  $\alpha < 0.05$  para minimizar a ocorrência de erros tipo II. A partir do tamanho amostral, das características, das variáveis e dos escores gerados, calculou-

se o poder de análise do estudo por meio do software IBM *Sample Power*™ v. 3.0, obtendo um valor de 86%.

Foram utilizados para a entrevista dois instrumentos psicométricos: O inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) e o Inventário de Estratégias de *Coping*. O IDATE foi elaborado por Spielberger e colaboradores em 1970, internacionalmente conhecido como *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI), traduzido e validado para a língua portuguesa por Biaggio e Natalício em 1979. O inventário apresenta *alpha de Cronbach*, com valores variando de 0,83 para o fator 1 e de 0,72 para o fator 2. O IDATE possui duas escalas distintas: uma para identificar o traço e a outra, o estado de ansiedade. Cada uma consta com 20 itens e a escala de respostas varia de 0=nada a 3=muito, assim a pontuação oscila entre 0 e 60. O principal objetivo da escala é avaliar o estado de ansiedade: condição temporária de ansiedade referida em situações agudas e específicas; e o traço ansiedade: um padrão mais estável e usual de ansiedade do indivíduo ao longo da vida.

O inventário de Estratégias de *Coping* foi criado por Lazarus e Folkman (1984), validado e adaptado para o Brasil por Savoia, Santana e Mejias (1996), tendo por objetivo avaliar pensamentos e ações que as pessoas utilizam para lidar com demandas internas ou externas de um evento estressante específico. O inventário possui 66 itens que incluem pensamentos e ações, e cuja intensidade é medida por uma escala de 0 (não utiliza) a 3 pontos (utiliza em grande quantidade). O Inventário apresenta *alpha de Cronbach* 0,71 a 0,89 e permite avaliar as habilidades para o domínio e a adaptação às situações de estresse, por meio de oito domínios.

O primeiro momento da coleta, iniciou-se com o contato do entrevistador com o discente, convidando-os, individualmente, para participação da pesquisa por meio da amostragem não-probabilística. Os contatos foram realizados após as aulas, e eram agendadas posteriormente as entrevistas. As aplicações dos questionários foram realizadas no primeiro semestre de todas as séries da graduação. Todos os entrevistados receberam um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), após assinado, uma cópia ficou com o entrevistado e a outra, com o entrevistador.

O projeto foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa envolvendo seres humanos, sob o parecer C.A.A.E.028.0.268.000-1, após aprovação e aplicação das escalas, os dados obtidos foram analisados pelo programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 25.

O passo inicial foi realizar um teste de normalidade, afim de escolher entre testes paramétricos (para distribuição normal) e não paramétricos (para não normal), antes de iniciar a análise propriamente dita. O teste aplicado para avaliar a normalidade da amostra foi de *Kolmogorov-Smirnov*, com correção de *Lilliefors*, cujo resultados classificaram a amostra como não normal e normal, dependendo da variável.

A comparação entre as séries foi realizada pelo teste de *Kruskal-Wallis*. Este teste é indicado para comparações entre três ou mais grupos (séries). A busca por uma relação linear de tendência positiva ou negativa entre a progressão nas séries e o nível de ansiedade foi realizado pelo teste de *Jonckheere-Terpstra*. Para identificar possíveis correlações entre as variáveis, utilizou o coeficiente de correlação de *Spearman*. Foi admitido também o nível  $\alpha < 0,01$  na correlação de *Spearman*.

Com o intuito de guiar a redação científica, foi utilizado o checklist *Strengthening the Reporting of Observational studies in Epidemiology* (STROBE).

## Resultados

Foram entrevistados 135 alunos de graduação do curso de enfermagem, o que equivale a 59% do total de estudantes. A idade variou de 17 anos a 27 anos ( $m = 22$ ). Houve participação de todos os anos da graduação: 1ª série (80%), 2ª série (41%), 3ª série (40%) e a 4ª série (61%) dos alunos.

A distribuição normal dos dados mensurados pelo IDATE Traço-Estado (Tabela 1) foi identificada no domínio Estado, em Confronto (0,17) e Fuga Esquiva (0,21). No Traço, a distribuição normal dos dados ocorreu em: Confronto (0,27), Afastamento (0,14), Fuga-Esquiva (0,29), Aceitação de Responsabilidade (0,23) e Suporte Social (0,20).

A comparação entre séries, quanto aos domínios de coping, resultou para o domínio D1:  $\chi^2 = 11,482$  ( $p = 0,009$ ) e para o domínio D4:  $\chi^2 = 9,087$  ( $p = 0,028$ ) no teste de *Kruskal-Wallis*. Para o teste de *Jonckheere-Terpstra*, foram encontrados os seguintes valores para os domínios: D1: JT= -2,015 ( $p = 0,044$ ); D4: JT= -2,111 ( $p = 0,035$ ); D7: JT= -2,125 ( $p = 0,034$ ).

### IDATE Traço e estratégias de coping

Os domínios mais utilizados para enfrentar padrões mais estáveis e usuais de ansiedade ao longo da vida e dos anos de graduação, encontrados em “Traço ansiedade” foram: Confronto (D1), Afastamento (D4), Fuga-Esquiva (D5), Aceitação de responsabilidade (D7) e Suporte Social (D8).

O Domínio 1 refere-se ao “confronto” e apresenta-se como uma estratégia bem utilizada ao longo das séries (0,27). Nos demais domínios, como o D4 relativo ao “Afastamento”, esteve representado como método pouco utilizado com o passar dos anos (0,14). O domínio D5, “Fuga-Esquiva”, foi utilizado como meio de enfrentamento a determinadas situações (0,29). O domínio D7, relativo a “Aceitação de Responsabilidade”, apresentou-se frequente nos anos de graduação (0,23). E por fim, o domínio D8, refere-se ao “Suporte Social”, tem sido utilizado como forma de enfrentamento dessas situações de ansiedade (0,20).

**Tabela 1** - Correlação entre estratégias de coping e Traço-Estado de ansiedade no curso de Enfermagem. Paraná- Brasil, 2019.

		D1	D4	D5	D7	D8
<b>Estado</b>	r	0,17*	-	0,21*	-	-
	Variância	2,89%	-	4,41%	-	-
	p valor	0,042	-	0,013	-	-
<b>Traço</b>	r	0,27**	0,14	0,29**	0,23**	0,20*
	Variância	7,29%	1,96%	8,41%	5,29%	4%
	p valor	0,002	0,097	0,001	0,006	0,019

\* A correlação é significativa no nível 0,01 (bilateral), \*\* A correlação é significativa no nível 0,05 (bilateral)

Na tabela 1, observou-se uma utilização significativa das estratégias de *coping* representadas pelos domínios “Confronto e Fuga - esquivando quando estão enraizados no estado ansiedade”, ou seja, condições temporárias de ansiedade referidas em situações agudas e específicas, sendo utilizadas nos quatro anos do curso de enfermagem.

### Características de Traço-Estado

No que se refere ao “Estado”, definido como condição temporária de ansiedade referida, foi identificada uma prevalência de 60,7% de sintomas clínicos no cotidiano, (18,5%) com ausência de sintomas típicos e (20,7%) com sintomas característicos de transtorno de ansiedade.

Na tabela 2, estão descritos a frequência dos discentes de enfermagem, em relação ao Traço-Estado, denotando presença de sinais de ansiedade em momento específico, estes carregados ao longo dos anos da graduação.

**Tabela 2** – Caracterização dos discentes de Enfermagem em relação à ansiedade traço-estado. Paraná - Brasil, 2019.

IDATE		n	%
<b>Estado</b>	Ausência de sintomas típicos;	25	18.5
	Presença de sintomas clínicos;	82	60.7
	Sintomas característicos de Transtorno de Ansiedade;	28	20,7
<b>Traço</b>	Ausência de sintomas típicos;	10	7,4
	Presença de sintomas clínicos;	36	26.6
	Sintomas característicos de Transtorno de Ansiedade;	89	66.0

Na tabela 3, podemos verificar que (66%) dos de graduandos apresentaram traços de sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade, conforme observado na tabela 2. O IC 95% para a prevalência de sintomas clínicos (estado) e sintomas característicos de ansiedade (traço) foi de (55 a 71%).

O IDATE “Traço” refere-se aos componentes da personalidade responsáveis pela manifestação de ansiedade. O mais prevalente neste domínio foram os sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade (66%) seguido dos alunos que apresentaram sintomas clínicos (26,6%).

O IDATE “Estado” de ansiedade reflete uma reação transitória relacionada a uma situação de adversidade que se apresenta em dado momento. Neste domínio, a prevalência de alunos que apresentaram presença de sintomas clínicos foi de (60,7%), seguido dos que apresentaram sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade (20,7%).

De acordo com a tabela 3, (66%) dos graduandos de enfermagem apresentaram ansiedade e sintomas compatíveis com os transtornos de ansiedade no domínio Traço e (7,4%) não apresentaram sintomas típicos. Essa baixa prevalência de sintomas compatíveis com ansiedade manifesta-se através de sintomas transitórios, que podem ser ou não momentâneos.

**Tabela 3** – Prevalência do IDATE Traço-Estado dos graduandos de Enfermagem em relação a série de estudo. Londrina, PR, 2019.



IDATE TRAÇO						
Série	Ausência de Sintomas Típicos	%	Presença de Sintomas Clínicos	%	Sintomas Compatíveis com Transtorno de Ansiedade	%
1ª	3	2,2	12	9,0	39	28,8
2ª	3	2,2	7	5,1	14	10,3
3ª	0	0	4	3,0	16	11,9
4ª	4	3,0	13	9,6	20	14,9
<b>Total</b>	10	7,4	36	26,6	89	66,0

  

IDATE ESTADO						
Série	Ausência de Sintomas Típicos	%	Presença de Sintomas Clínicos	%	Sintomas Compatíveis com Transtorno de Ansiedade	%
1ª	8	6,0	31	23,0	15	11,1
2ª	4	3,0	15	11,1	5	3,7
3ª	5	3,7	13	9,6	2	1,4
4ª	8	6,0	23	17,0	6	4,4
<b>Total</b>	25	18,7	82	60,7	28	20,6

A tabela 4, apresenta a análise conforme o IDATE Traço-Estado (estado de ansiedade e traço de ansiedade) de acordo com os graduandos de enfermagem e suas respectivas séries.

Conforme apresentado na tabela 4, a 1ª e a 4ª série, foram as que apresentaram maior número de graduandos que tinham sintomas clínicos, assim como os sintomas compatíveis com a ansiedade. Pode-se observar que 31,8% (n=43) dos alunos da 1ª série apresentaram sintomas compatíveis com a ansiedade, seguido de 26,6% (n=36) alunos da 4ª série. Mas, o que chama a atenção, é que 4,0% (n=54) alunos, matriculados na 1ª série já apresentaram sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade, posteriormente 19,2% (n=26) dos alunos matriculados na 4ª série do curso de enfermagem.

Na 2ª série 5,1% (n=7) e na 3ª série 3,7% (n= 5) dos graduandos, apresentaram ausência de sintomas típicos, assim como poucos alunos nestas séries apresentaram algum sintoma clínico: 2ª 16,2% (n=22) e 3ª séries 12,5% (n= 17), e apenas 14,0% (n=19) da 2ª e 13,3% (n= 18) da 3ª série apresentou sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade.

**Tabela 4** – Prevalência de graduandos de enfermagem por série, relacionado ao IDATE traço-estado. Paraná-Brasil, 2019.

## IDATE TRAÇO – ESTADO

série	Ausência de sintomas típicos	Presença de sintomas Clínicos	Sintomas compatíveis com Transtorno de Ansiedade
1ª	11 (8,1%)	43 (31,8%)	54 (40,0%)
2ª	7 (5,1%)	22 (16,2%)	19 (14,0%)
3ª	5 (3,7%)	17 (12,5%)	18 (13,3%)
4ª	12 (8,8%)	36 (26,6%)	26 (19,2%)

## Discussão

### Transtorno de Ansiedade

Um estudo realizado com 476 estudantes da área da saúde, destacou que 67,5% (n=27) dos graduandos do curso de enfermagem apresentou sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade, corroborando com o presente estudo, pois segundo os dados constantes da Tabela 2, 66% (n=89) dos alunos apresentaram “sintomas característicos de transtorno de ansiedade”. Já os prevalentes no IDATE estado, 20,7% (n=28) manifestaram sintomas clínicos de ansiedade”, ou seja, é provável que os 45,3% (66-20,7), dos graduandos possuam o transtorno de ansiedade (traço), manifestando sintomas momentâneos ou não (Leão, Gomes, Ferreira e Cavalcanti, 2018).

Os sintomas compatíveis com Transtorno de Ansiedade manifestaram-se, com prevalência, nos alunos da primeira n=43 (31,8%) e quarta série n=36 (26,6%) do curso de enfermagem. Divergindo desses achados, um estudo realizado com alunos do curso de licenciatura em enfermagem, em uma escola superior de saúde do Brasil, identificou que os sintomas do transtorno de ansiedade em alunos que frequentaram a primeira série foram (n=24) e (n=35) da segunda série da graduação. Neste mesmo estudo, apenas (n=10) alunos que estavam matriculados na quarta série apresentaram baixos níveis de ansiedade e média de 4,36 (Claudinho, Cordeiro, 2016). Infere-se que essa divergência pode estar relacionada às diferentes universidades existentes, pois é sabido que as instituições apresentam um plano de ensino conforme sua matriz curricular e metodologia de ensino.

Uma pesquisa realizada com 326 estudantes universitários de uma instituição de ensino privada, que utilizou a análise estatística descritiva simples, destacou que os estudantes do curso de enfermagem (43,8%) apresentaram maiores chances de terem como diagnóstico a ansiedade, assim como, a depressão e pensamentos suicidas, decorrentes da sobrecarga emocional e dos sentimentos vivenciados enquanto universitários, sugerindo que o Transtorno de Ansiedade vem sendo identificado nos estudos (Gomes, Pereira Junior e Cardoso, 2020).

Conforme os dados da Tabela 4, a segunda e terceira série do curso de graduação, destacam-se por apresentarem menores incidências de sintomas compatíveis com transtorno de ansiedade, nas quais a sintomatologia de ansiedade é representada em 14,0% (n=19) na primeira série e 13,3% (n=15) na terceira série no IDATE traço-estado, sendo menos demonstradas frente a determinadas ocasiões pontuais, caracterizando-se que nessas séries, possam existir menos situações consideradas estressoras, ou os alunos realmente conseguem evitá-las.

A média de ansiedade enquanto Traço pode ser um preditor da ansiedade enquanto Estado, já que reflete a vulnerabilidade do sujeito ao enfrentamento do cotidiano e manifestação de sintomas de ansiedade. O estado de ansiedade está ligado a situações consideradas como fora da rotina do que o aluno está acostumado, as situações corriqueiras, situações particulares que cada aluno vivencia, até mesmo, a sua entrada em uma universidade o que ocasiona um estado provisório. Em contrapartida, a ansiedade como traço, relaciona-se às características individuais e a forma de encarar os eventos, influenciando negativamente o desempenho acadêmico (Silwal, Gurung, Sah, Koirala e Ojha, 2019; Auerbach, Alonso, Axinn e Cuijpers, 2016).

A prevalência de universitários que tiveram sintomas característicos de transtorno de ansiedade, fez-se presente no início e ao final do curso de enfermagem. Porém a estratégia de *coping* utilizada, está interligada com suas crenças, inseguranças, exigências do ensino superior, suas exigências pessoais. E, principalmente, com as novas responsabilidades que a vida acadêmica proporciona. Não saber lidar com esses sentimentos e novas responsabilidades, pode desencadear o surgimento de transtornos de ansiedade, depressão e até mesmo ideação suicida (Gomes, Pereira Junior e Cardoso, 2020).

### **Estratégias de coping na formação acadêmica**

Os achados do estudo sugerem que há diferença entre o nível de ansiedade e o tipo de estratégia de coping utilizadas em determinadas situações para cada série do curso de enfermagem estudado ( $p < 0,05$ ). Identificou-se que há uma tendência linear negativa nos domínios Confronto (D1), Afastamento (D4) e de Aceitação de Responsabilidade (D7), ou seja, quanto mais avançada a série que o aluno se encontra, há uma tendência em diminuir a utilização das estratégias de coping. Isso significa que as principais estratégias de coping que deveriam estar mais presentes como forma de enfrentamento em cada série do curso, estão na realidade, sendo utilizados cada vez menos.

Considerando que as principais estratégias de *coping* poderiam se fazer presentes como formas de enfrentamento às situações estressantes vividas pelos estudantes em cada série do curso, a diminuição do uso das estratégias de afastamento sugere o devido desenvolvimento profissional esperado do estudante. No entanto, o confronto e a aceitação de responsabilidade pesam como fator negativo, pois demonstra que o aluno deveria estar apresentando mais o uso destes recursos de enfrentamento, refletindo a responsabilidade esperada de um futuro profissional de saúde.

Um estudo afirma esses achados, destacando a importância dos estudantes perceberem a real situação do problema, mesmo sabendo que essas situações geram sentimentos

indesejados, mas proporcionar um enfrentamento, possível resolução do problemas e minimização do estresse e, conseqüentemente, da ansiedade (Santeiro, Yoshida, Peixoto, Rocha, Zanini, 2016)

No domínio Confronto, que representa os esforços agressivos de alteração da situação, apresentando grau de hostilidade e risco envolvido, onde, quanto mais avançada a série que o aluno se encontra, menor a utilização do mesmo no enfrentamento de diferentes situações de estresse, entende-se que os estudantes estão confrontando menos seus problemas e desafios, tendendo a utilização de outros meios e recursos para enfrentar as situações vivenciadas ( $JT = -2,015$ ,  $p < 0,05$ ).

Corroborando esses achados, um estudo realizado com 46 estudantes, indicou que os aspectos mensurados com as menores médias entre as estratégias utilizadas foram afastamento/distração (1,40), aceitação/resignação (1,29) e negação do problema/sentimentos (1,18), sugerindo assim, que as estratégias menos utilizadas pelos acadêmicos são as de abandono passivo da situação e submissão ao problema, denotando que os graduandos não enfrentam os problemas e, na maioria das vezes, fantasiam e minimizam situações caracterizando uma estratégia focada nas emoções (Hirsch, Barlem, Almeida, 2015).

Na Aceitação de Responsabilidade, há um reconhecimento do próprio papel na situação e tentativa de recompor o problema. Foi identificado que é uma estratégia que ao invés de ter seu uso aumentado, diminuiu ao longo do curso, sugerindo que os alunos estão menos propensos a assumir responsabilidade conforme progredem no curso ( $JT = -2,125$ ,  $p < 0,05$ ). Porém, um estudo realizado com estudantes de medicina, apresentou resultados diferentes dos achados dessa pesquisa, pois a estratégia de coping mais utilizada foi a aceitação da responsabilidade ( $11,18 \pm 3,70$ ) (Rezende, Estrela, Ribeiro, Bezerra, Pereira e Sousa, 2018).

Ressalta-se como limitação da presente pesquisa a influência de variáveis externas que afetam o estado de ansiedade, dificultando o estudo. Como observado na tabela 1, os coeficientes de correlação e a respectiva variância encontradas foram baixas, sugerindo que há diversas outras variáveis não identificadas que interferem na relação entre as estratégias de coping e a ansiedade.

Outra limitação é a inexistência de estudos que correlacionassem estratégias de *coping* e ansiedade em estudantes de enfermagem, possibilitando uma menor comparação dos dados desse trabalho. Também, não fora possível caracterizar os alunos que reprovaram, pois, os níveis de ansiedade, assim como as estratégias de *coping* utilizada por esses alunos podem apresentar alterações significativas, bem como as estratégias de *coping*, podem sofrer alterações conforme a disciplina/estágio cursado.

Contudo, os dados encontrados na atual pesquisa refletiram um avanço no entendimento do processo de formação acadêmica do enfermeiro, identificando o quanto e quais as estratégias de coping são usadas, cabendo a estudos futuros, poder associar tais estratégias com as respectivas disciplinas da formação acadêmica, visando aprimorar as habilidades de enfrentamento da ansiedade.

## Conclusão

As estratégias de *coping* foram utilizadas, porém com menor frequência pelos alunos de graduação, chamando a atenção para os domínios Confronto, Aceitação de responsabilidade e Suporte Social. A estratégia Afastamento apresentou-se menos utilizados pelos alunos, sendo que quanto mais avançava a série, menores eram a utilização destas estratégias. E o menos utilizado pelos alunos foi o Fuga-Esquiva.

Considera-se que o estudo trouxe avanços significativos para o conhecimento sobre a interface entre o processo de formação do enfermeiro, pois, a maior prevalência de sintomas de Transtorno de Ansiedade fora no primeiro e quarto ano. Os motivos que levaram os alunos a utilizarem estratégias de *coping* são consideradas menos pertinentes para determinadas situações nas diferentes séries do curso de enfermagem, instigando também, o real motivo desses achados nestas duas séries em específico.

Infere-se que esses achados podem estar relacionados com o fato do aluno se depararem com uma realidade totalmente diferente do habitual, seja na entrada ou saída de universidade. Sendo assim, cabe ressaltar a importância que estudos futuros investiguem, quais aspectos desencadeiam a ansiedade com maior frequência em graduandos que entram e estão em processo de saída de uma Universidade.

Todos esses resultados, permitiram identificar em quais séries se concentram os maiores números de graduandos com sintomas de ansiedade e quais mudanças no ensino/grade curricular podem ser propostas, afim de proporcionar o acompanhamento do discente, criar grupos de apoio ao estudante, grupos de meditação, entre outros, com o intuito de minimizar os sintomas de ansiedade em cada série de ensino/disciplina. Visando que o aluno consiga concluí-las utilizando as estratégias de *coping*, com o objetivo de ajudar o graduando a desenvolver suas atividades acadêmicas com menos sofrimento, maturidade profissional, raciocínio clínico e um bom desenvolvimento prático, de forma que eles saibam lidar com as situações corriqueiras da graduação e, após, a formação aplicar todos os conhecimentos adquiridos nestes anos teórico-prático.

Sugere-se que outras variáveis sejam avaliadas, pois o aluno que está exposto a estas situações de estresse, disciplinas distintas, estágios, vida acadêmica e etc, está mais susceptível a apresentar sinais de ansiedade. Uma variável não levantada neste estudo, mas que pode estar sendo utilizada por universitários é o uso de álcool e outras drogas como uma estratégia de *coping* e que precisa ser investigado em pesquisas futuras.

## Referências

Silwal, M.; Gurung, R.; Gurung, A.; Sah, I.; Koirala, D. & Ojha, S. (2019) Anxiety and Stress among B.Sc. Nursing First Year Students in a Selected Nursing College at Lekhnath, Pokhara, Nepal. *Journal of Gandaki Medical College-Nepal*. 12(1), 47-52. <https://doi.org/10.3126/jgmcn.v12i1.22613>

Auerbach, R.P.; Alonso, J.; Axinn, W.G. & Cuijpers, P. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 46 (14): 2955-2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>

Gomes, C.F.M.; Pereira Junior, R.J.; Cardoso, J.V. & Silva, D.A.(2020) Common mental disorders in university students: epidemiological approach about vulnerabilities. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas*, 16(1):1-8. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.157317>

Santos, M.D.L dos.; Galdeano, L.E (2009). Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. *REME, Revista Mineira Enfermagem*, 13(1):76-83. <https://cdn.publisher.gn1.link/remeg.org.br/pdf/v13n1a11.pdf>

Barbosa, T.R.; Kila, A.T.; Moyses, M.P.P.; Morsch, L.M.(2019). Ansiedade-traço e estado em universitários da área da saúde: avaliação e intervenção. In: Anais do IX Salão de Ensino e de Extensão, Santa Cruz do Sul, Brasil. [https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/salao\\_ensino\\_extensao/article/view/19930](https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/salao_ensino_extensao/article/view/19930)

Chaves, E. de C.L.; Lunes, D.H., Moura, C. de C.; Carvalho, L.C; Silva, A.M.; Carvalho, E.C. de. (2015). Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. *Revista Brasileira Enfermagem*. 68(3): 504-509. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>

Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, United States: Springer Publishing Company.

Leão, A.M; Gomes, I.P; Ferreira, M.J.M; Cavalcanti, L.P. de G. (2018). Prevalência e Fatores associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista brasileira de educação médica* 42(4): 55-65. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092>

Claudinho, J.; Cordeiro, R. (2016). Níveis de Ansiedade e Depressão nos alunos do curso de Licenciatura em Enfermagem: O caso particular dos alunos da Escola Superior de Saúde de Porto Alegre. *Journal of Education, Technologies, and Health*. 32(11). <https://revistas.rcaap.pt/millennium/article/view/8403>

Santeiro, T.V.; Yoshida, E.M.P.; Peixoto, E.M.; Rocha, G.M.A.; Zanini, D.S.(2016). Diferenças conceituais e empíricas entre eficácia adaptativa e *coping*. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(1): 2-19. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n1p02>

Hirsch, C.D.; Barlem, E.L.D.; Almeida, L.K. de.; Tomaschewski-Barlem, J.G.; Figueira, A.B.; Lunardi, V.L. (2015). Estratégias de *coping* de acadêmicos de enfermagem diante do estresse universitário. *Revista Brasileira Enfermagem*, 68(5): 783-790.. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680503i>

Rezende, A.C.C.; Estrela Y. da C.A.; Ribeiro, R. do C.; Bezerra, A.L.D.; Pereira, C. de O.;  
Sousa, M.N.A. (2018). Estratégias de *coping* utilizadas por acadêmicos de medicina.  
*Revista UNINGÁ*, 55 (3): 24-34.  
<http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2062>. ISSN 2318-0579.