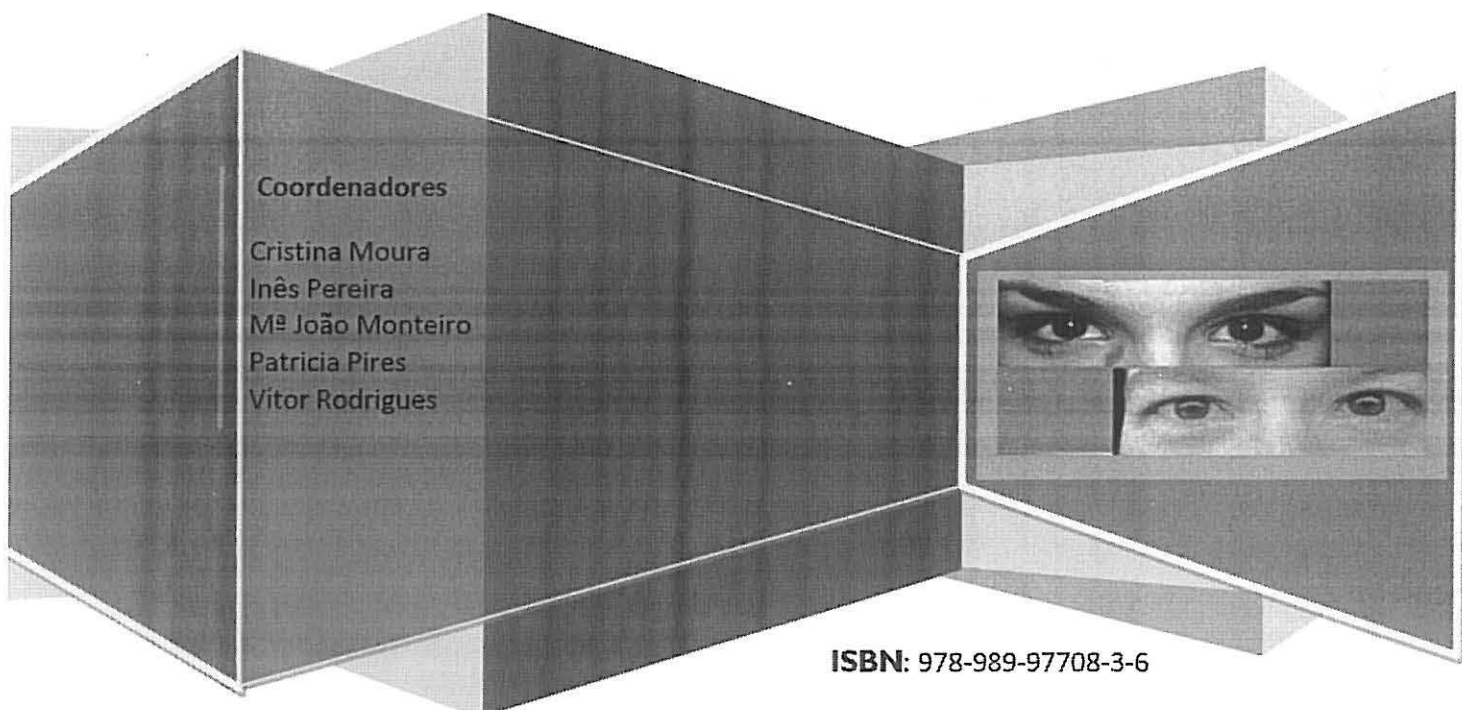


# “Novos Olhares na Saúde”

**Coordenadores**

Cristina Moura  
Inês Pereira  
M<sup>re</sup> João Monteiro  
Patricia Pires  
Vitor Rodrigues



ISBN: 978-989-97708-3-6

# Novos Olhares na Saúde

*Reservados todos os direitos de acordo com a legislação em vigor*

© 2014, Escola Superior de Enfermagem Drº José Timóteo Montalvão Machado

**Revisão Técnica e Gráfica**  
Teresa Carvalho

**1.ª Edição:** Junho 2014

**ISBN:** 978-989-97708-3-6

## **Conselho Editorial**

Alexandrina Lobo  
Alice Mártires  
Amâncio Carvalho  
Cristina Antunes  
Helena Penaforte  
M<sup>ª</sup> João Monteiro  
Vitor Rodrigues

PROCESSOS DE SAÚDE E DOENÇA AO LONGO DO CICLO VITAL	
REVISIÓN TEÓRICA: EFECTO DE LA DIETA BAJA EN GRASA EN EL CÁNCER DE MAMA Iria Rodriguez, Belen Luis, Laura Gonzalez, Lorena Costa, Sonia Justo & Alexandrina Lobo	336
ADOLESCENTES COM DIABETES MELLITUS TIPO 1: O OLHAR DA INVESTIGAÇÃO EM CONTEXTO ACADÉMICO Manuela Amaral-Bastos	346
PREVALÊNCIA DA OBESIDADE E HIPERTENSÃO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DOS 6 AOS 16 ANOS Estela Almeida; Nísia Matos; Sandra Rodrigues & Viviana Melo	356
AValiação DA ACEITAÇÃO DA DOENÇA CRÓNICA Gorete Baptista; Ana Galvão & Paula Martins	367
CONSUMO DE ALCOOL POR ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO Vânia Minhava & Amâncio Carvalho	376
ACUIDADE VISUAL E ERROS REFRACTIVOS EM CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO Amélia Nunes; Ana Sebastião; Ana Martins; Cristiana Claro & Sara Nunes	387
A SEXUALIDADE NA ADOLESCÊNCIA: AGENTES DE SOCIALIZAÇÃO MAIS SIGNIFICATIVOS NOS PAPÉIS SEXUAIS DO ADOLESCENTE Manuel Brás; Ana Galvão & Ana Certo	400
IMAGEM CORPORAL E COLOSTOMIA: O ESTIGMA DE UMA MARCA CORPORAL INVISÍVEL Firmino Reis; Amâncio Carvalho; Célia Santos & Vitor Rodrigues	412
O STRESS DOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM EM ENSINO CLINICO Delfina Teixeira; Catarina Sequeira; Catarina Ribeiro & Cristina Moura	424
ÁREAS DE INTERVENÇÃO DE ENFERMAGEM NA PERSPETIVA DOS ALUNOS DO 10º ANO DE ESCOLARIDADE Mara Pereira; Cristina Moura; Catarina Sequeira; Catarina Ribeiro; Delfina Teixeira & Helena Penaforte	434
FATORES DE RISCO RELACIONADOS COM O USO DE DROGAS ENTRE ADOLESCENTES Ana Paulo; Tiago Martins; Alexandrina Lobo; Palmira Salgado; Elena Abreu & Susana Santos	445
CONSUMO DE TABACO NOS ESTUDANTES DO 8º ANO DO ENSINO BÁSICO DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE CABECEIRAS DE BASTO Anabela Rodrigues & Alexandrina Lobo	455
QUALIDADE DE SONO DE DOENTES EM CONTEXTO MÉDICO-CIRÚRGICO Ana Certo; M <sup>ª</sup> José Gomes; Cristiana Nascimento	465
O HOMEM RECLUSO E O CONSUMO DE DROGAS NUM ESTABELECIMENTO PRISIONAL NA REGIÃO NORTE DE PORTUGAL Soraia Rua & Amâncio Carvalho	473
AValiação DA ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM Eugénia Anes; Adília Fernandes; Celeste Antão; Carlos Magalhães; Augusta Mata & Filomena Sousa	486

## Avaliação da ansiedade em estudantes de enfermagem

Anes, E.<sup>1</sup>; Fernandes, A.<sup>2</sup>; Antão, C.<sup>3</sup> Magalhães, C.<sup>4</sup> Mata, A.<sup>5</sup> & Sousa, F.<sup>6</sup>

**Resumo** - A presença, previsão ou expectativa de situações emocionais consideradas como desagradáveis para o indivíduo, quer no momento presente, quer no futuro, acarretam ansiedade. Os estudantes de enfermagem, como todos os estudantes do ensino superior, são confrontados com situações potenciadoras de pressão psicológica e ansiedade. O objetivo deste trabalho foi identificar o nível de ansiedade dos alunos de enfermagem, antes de realizar uma prova de avaliação. Foi efetuado um estudo descritivo e transversal de carácter quantitativo em 41 alunos de uma turma do 2º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem, em 2013. Foi utilizada escala de Ansiedade de Hamilton (HAS - *Hamilton Anxiety Scale*) em associação com questões sociodemográficas e de caracterização. A amostra é constituída por 41 estudantes de enfermagem, maioritariamente feminina (78%), com idades compreendidas entre os 18 e os 36 anos, 85,4% não apresenta problemas de saúde e a maioria pratica exercício físico, não fuma tabaco e dorme bem. Com a elaboração desta investigação foi possível verificar que os níveis de ansiedade se encontram elevados entre os estudantes de enfermagem. Verificamos a existência de diferentes níveis de ansiedade em relação às variáveis género, problemas de saúde, estilos de vida e aos momentos de avaliação.

**Palavras chave:** Ansiedade; estudantes de enfermagem; *Hamilton Anxiety Scale*.

**Abstract** - The presence, forecast or expectation of emotional situations considered unpleasant for the individual, either at present or in the future cause anxiety. Nursing students, as all students of the university are often faced with situations enhancer of psychological pressure and anxiety. The objective of this study was to identify the anxiety level of nursing students before an exam. Was conducted a descriptive and transverse study with quantitative character in 41 nursing students in 2013. We used a Hamilton Anxiety Scale (HAS - *Hamilton Anxiety Scale*) in association with sociodemographic and characterization issues. The sample consisted of 41 nursing students, mostly female (78%), aged 18 to 36. 85.4 % did not have health problems and most practical exercise, do not smoke tobacco and sleep well. With the development of this research we found that anxiety levels are high among nursing students. Verify the existence of different levels of anxiety in relation to gender variable, health problems, lifestyle and exams.

**Keywords:** Anxiety; nursing students; *Hamilton Anxiety Scale*.

---

<sup>1</sup> Eugénia Anes - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [eugenia@ipb.pt](mailto:eugenia@ipb.pt)

<sup>2</sup> Adília Fernandes - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [adilia@ipb.pt](mailto:adilia@ipb.pt)

<sup>3</sup> Celeste Antão - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [celeste@ipb.pt](mailto:celeste@ipb.pt)

<sup>4</sup> Carlos Magalhães - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [cmagalhaes@ipb.pt](mailto:cmagalhaes@ipb.pt)

<sup>5</sup> Augusta Mata - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [augustamata@ipb.pt](mailto:augustamata@ipb.pt)

<sup>6</sup> Filomena Sousa - Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, e-mail: [filomana@ipb.pt](mailto:filomana@ipb.pt)

## 1 - INTRODUÇÃO

A entrada no ensino superior constitui uma fase marcante para os jovens, pois exige ajustes e adaptações indispensáveis a um bom desempenho acadêmico (Pereira et al., 2006). Ao longo do percurso acadêmico, o estudante é confrontado com situações geradoras de pressão psicológica e ansiedade (Melo Cruz, Pinto, Almeida & Aleluia, 2010).

A ansiedade pode ser descrita como reação natural que impulsiona o ser humano a alcançar seus objetivos. Esse estado emocional pode tornar-se patológico e repercutir de forma negativa se vivenciado excessivamente e por longos períodos (Santos & Galdeano, 2009). A ansiedade patológica, ao invés de contribuir para o confronto da situação, limita, dificulta e, muitas vezes, impossibilita a capacidade de adaptação (Andrade & Gorenstein, 1998).

A identificação da ansiedade de alunos em diferentes situações tem sido foco de atenção de alguns investigadores.

De acordo com Melo (2004), aqueles que mais apresentam crises de ansiedade são os melhores alunos, pois são eles que possuem maiores expectativas e são mais exigentes em relação ao seu desempenho escolar.

Em 2004, Carvalho, Farah e Galdeano investigaram a ansiedade dos alunos ao iniciar a prática de administração de terapêutica e verificaram que 90% dos alunos apresentava um nível de ansiedade que interferia de forma negativa no seu desempenho.

Pereira et al., em 2006, afirmam que os distúrbios de ansiedade, tais como fobia social, ansiedade aos exames, ansiedade generalizada e outras perturbações de ansiedade, foram os diagnósticos mais frequentes das consultas de psicologia dos serviços de apoio psicopedagógico nos estudantes universitários.

A ansiedade nem sempre é considerada um fator negativo ou perturbador, ao mesmo tempo que acarreta tensão, stresse e desconforto físico e mental, cria no estudante maior interesse em aprender e estudar (Carvalho et al., 2004).

Tendo em conta as evidências científicas da interferência da ansiedade no desempenho dos alunos, foi realizada a presente investigação, com o objetivo de identificar o nível de ansiedade dos alunos de enfermagem, antes de realizar uma prova de avaliação.

## 2 - MÉTODO

### 2.1 - Participantes

Foi efetuado um estudo descritivo e transversal de caráter quantitativo em 41 alunos de uma turma do 2º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem.

### 2.2- Material

Foi aplicado um questionário constituído por questões de caracterização sociodemográfica, onde foram incluídas as variáveis género, idade, problemas de saúde, estilos de vida e nota da primeira avaliação da unidade curricular e pela escala de Ansiedade de Hamilton (HAS - *Hamilton Anxiety Scale*). A escala de Ansiedade de Hamilton (HAS) foi desenvolvida por Max Hamilton em 1959, foi uma das primeiras escalas desenvolvidas para avaliar a gravidade dos sintomas de ansiedade. É constituído por 14 itens, com respostas do tipo Likert com cinco opções, variando entre 0-4, correspondendo respetivamente a 0 - a ausência de um determinado sintoma, a 1 - a intensidade leve ou ligeira, a 2 - intensidade média, a 3 - intensidade forte e a 4 - a intensidade máxima (incapacitante) (MH4OT, 2012). O *score* total é obtido pela soma dos valores (graus) atribuídos em todos os 14 itens da escala, cujo resultado varia de 0 a 56, onde <17 indica gravidade leve, 18-24 gravidade moderada e 25-30 gravidade severa e superior a 30 ansiedade incapacitante.

### 2.3 - Procedimentos

Foram comunicados os objetivos da investigação a todos os participantes e a importância de cada participação. Foram informados que todos os dados são tratados em conjunto e não haverá qualquer identificação individual.

A recolha de dados decorreu em abril de 2013 antes da avaliação de uma unidade curricular.

Para análise dos dados foi utilizado o programa estatístico SPSS, versão-20.

### 3 - ANÁLISE DE RESULTADOS

A amostra era constituída por 41 alunos do 2º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem, maioritariamente feminina (78,05%), com idades compreendidas entre os 18 e os 36 anos (Figura 1), apresentando em média 20,63 anos e desvio padrão de 3,17 anos. A variável idade foi tratada como variável contínua.

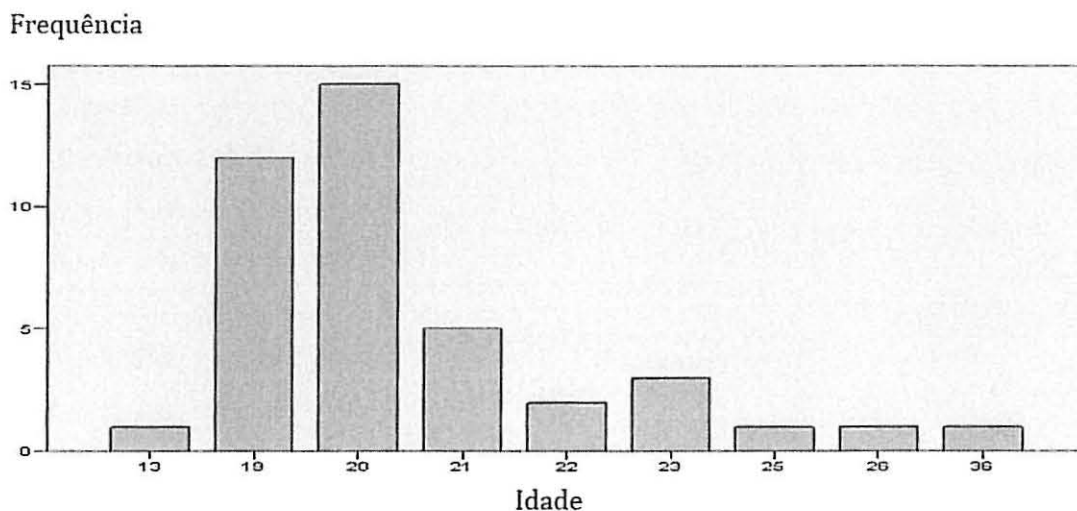


Figura 1. Caracterização da amostra de acordo com a idade

Como se pode verificar através da análise da Tabela 1, a maioria dos inquiridos (85,4%) não refere problemas de saúde.

Tabela 1.

Caracterização da amostra de acordo com a presença de problemas de saúde

Problemas de saúde n=41	Frequência	Percentagem %
Sim	6	14,6
Não	35	85,4
Total	41	100

Relativamente aos estilos de vida, 70,7% pratica exercício físico, 26,8% fuma e 13% dorme pouco ou tem dificuldade em adormecer (Tabela 2).

Tabela 2.

Caracterização da amostra de acordo com os estilos de vida

Estilos de vida n=41	Frequência	Percentagem %
Exercício físico	29	70,7
Consumo de tabaco	11	26,8
Dormir bem	35	85,4

No que concerne aos resultados da primeira avaliação da unidade curricular, as notas dos alunos aprovados (33 alunos) variam entre 11 e 18, com uma média de 14,67 e desvio padrão de 2,131. A variável notas do 1º exame é tratada como variável contínua.

Em relação à escala de ansiedade HAS, a pontuação mínima foi de 3 e a máxima foi de 40, com uma média de 16,39 e desvio padrão de 10,43. Tendo sido classificados com *ansiedade ligeira* 60,98 % dos alunos, com *ansiedade ligeira a moderada* 12,19%, com *ansiedade moderada a severa* 17,07 e com pontuações superiores a 30, traduzindo *ansiedade forte a incapacitante* 9,76%. É importante realçar que a recolha de dados foi efetuada antes da avaliação de uma unidade curricular.

Relativamente ao nível de ansiedade em relação à variável género, constatamos que, em média, o nível de ansiedade é superior no género feminino (HAS-17,40), o género masculino apresenta valores médios na escala de HAS de 12,77. Através dos resultados do teste *t*, podemos concluir que as diferenças entre os indivíduos do género masculino e feminino são estatisticamente significativas ( $p=.000$ ).

No que respeita à relação entre os níveis de ansiedade e a variável idade, foi encontrado em média um valor mínimo de 3 aos 18 anos e o máximo de 34 aos 22 anos, constatámos que, em média, os níveis de ansiedade aumentam até aos 20 anos e decrescem a partir dos 25, verificando-se alguma oscilação entre os 21 e os 23 anos. Através utilização da correlação de *Pearson*, verificámos que estas diferenças não são estatisticamente significativas.

Para analisar a variação do nível de ansiedade em relação à referência de problemas de saúde, constatamos que, em média, os valores são superiores no grupo que não refere

problemas de saúde. As diferenças entre os grupos são estatisticamente significativas como nos comprova a aplicação do teste *t* (Tabela 3).

Tabela 3.

Índice de ansiedade (HAS) em relação à referência de doenças

Problema_Saúde		HAS
Sim n=6	Mean	16
	Std. Deviation	11,96
Não n=35	Mean	16,45
	Std. Deviation	10,34
<b>Teste t</b>		
		t
		p
		33,169
		0,000

Analisando os resultados do nível de ansiedade em relação aos estilos de vida, verificamos que, em média, são superiores nos grupos que praticam exercício físico, nos que fumam e naqueles que dizem dormir bem. Os resultados da aplicação do teste *t* demonstram a existência de diferenças significativas nos diferentes grupos (Tabela 4).

Tabela 4.

Índice de ansiedade (HAS) em relação aos estilos de vida

Exercício Físico		HAS	Fumar		HAS	Dormir Bem		HAS
Sim n=29	Mean	16,96	Sim n=11	Mean	19,09	Sim n=35	Mean	14,82
	Std. Deviation	10,23		Std. Deviation	12,14		Std. Deviation	9,16
Não n=12	Mean	15	Não n=30	Mean	15,4	Não n=6	Mean	25,5
	Std. Deviation	11,24		Std. Deviation	9,77		Std. Deviation	13,54
<b>Teste t</b>			<b>Teste t</b>			<b>Teste t</b>		
		t			t			t
		p			p			p
		17,969			24,719			20,512
		0,000			0,000			0,000

No que respeita às variações da ansiedade em relação à variável notas do 1º exame, de uma forma global aparecem níveis superiores nos indivíduos com notas superiores, variando entre 6,75 nos alunos com média de 11 e 28,25 nos alunos com nota de 17, e com oscilações nos níveis de ansiedade entre os grupos com média de 12 e 15 valores.

A aplicação do teste de correlação de *Pearson* mostra-nos a existência de uma significância estatística marginal, apresentando um nível de significância de 0,57.

#### 4 - DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Em geral, foram encontrados níveis elevados de ansiedade na amostra (41) de alunos do Curso de Licenciatura em Enfermagem antes de um exame, pois este constitui fator determinante de ansiedade em estudantes (Pereira, 2009).

Relativamente ao género, 78,05% dos indivíduos em estudo representa o sexo feminino, enquanto 21,95% da referida amostra em estudo é do sexo masculino.

De acordo com os resultados obtidos pela aplicação teste *t*, constatámos que o género feminino apresenta maior nível de ansiedade do que o masculino. Estes resultados são corroborados por Pereira (2009) e Melo Cruz et al. (2010).

As idades estão compreendidas entre os 18 e os 36 anos, com uma média de 20,63 e desvio padrão de 3,17 anos, não se verificaram diferenças estatísticas significativas. No entanto, Pereira (2009) afirma que a idade constitui um dos fatores com relação no aparecimento da depressão e ansiedade nos estudantes do ensino superior.

Relativamente à variável problemas de saúde (referidos por 14,6% da amostra), os valores são superiores no grupo que não refere problemas de saúde. As diferenças entre os grupos são estatisticamente significativas. Os níveis de ansiedade são superiores nos que praticam exercício físico, nos que fumam e naqueles que dormem bem. Pereira (2009) refere que o humor deprimido e história prévia de depressão constituem fatores favorecedores de ansiedade e depressão.

A maioria dos estudantes refere praticar estilos de vida saudáveis no que concerne ao exercício físico, hábitos tabágicos e de sono. Pereira (2009) faz referência à relação de alguns estilos de vida nocivos para a saúde mental.

No que respeita ao resultado do 1º exame, apenas os alunos com aprovação referiram a sua nota, representando 80% da amostra. Verifica-se alguma variabilidade nas médias encontradas, no entanto, parece verificar-se níveis de ansiedade superiores nos alunos com nota superior. Melo Cruz et al. (2010), concluíram que os momentos de avaliação constituem verdadeiros fatores determinantes de ansiedade nos estudantes.

## 5 - CONCLUSÕES

Com a elaboração desta investigação foi possível verificar que os níveis de ansiedade se encontram elevados entre os estudantes de enfermagem. Verificamos a existência de diferentes níveis de ansiedade em relação à variável género, problemas de saúde, estilos de vida e aos momentos de avaliação. Novas investigações deverão ser feitas no sentido de perceber e identificar novas variáveis que afetam o estado emocional destes alunos e que consequências isso terá no seu desempenho académico.

Um melhor conhecimento e compreensão dos sintomas envolvidos na ansiedade dos alunos do Curso de Licenciatura em Enfermagem podem auxiliar na elaboração de estratégias específicas, que facilitem a identificação precoce e a compreensão dos alunos em risco, com o objetivo de melhorar o nível de desempenho académico e a qualidade de vida dos alunos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, L. H. S. G., & Gorenstein, C. (1998). Aspectos gerais das escalas de avaliação da ansiedade. *Rev Psiquiatr Clin (São Paulo)*, 25(6), 285-290.
- Carvalho, R., Farah, O. G. D., & Galdeano, L. E. (2004). Níveis de ansiedade de alunos de graduação frente à primeira instrumentação cirúrgica. *Rev Latinoam Enferm.*, 12 (6), 918-923.
- Melo A. (2004). *Ansiedade e depressão nos melhores alunos*. Recuperado de [http://www.netprof.pt/netprof/servlet/getDocumento?id\\_versao=12506](http://www.netprof.pt/netprof/servlet/getDocumento?id_versao=12506)
- Melo Cruz, C. M. V., Pinto, J. R., Almeida, M., & Aleluia, S. (2010). *Ansiedade nos estudantes do ensino superior: Um estudo com estudantes do 4º ano do curso de licenciatura em enfermagem da Escola Superior de Saúde de Viseu*. Centro de estudos em Educação, Tecnologias e Saúde. Recuperado de <http://www.ipv.pt/millennium/Millennium38/15.pdf>
- Mental Health 4 Occupational Therapy. (2012). *Hamilton rating scale for anxiety*. A group for mental health occupational therapist to share resources and knowledge. Retrieved from <http://mh4ot.com/2012/06/28/hamilton-rating-scale-for-anxiety/>
- Pereira, A. C. M. (2009). *Análise de depressão e ansiedade nos alunos do ensino superior: Comparação com um estudo do curso de radiologia*. Escola Superior de Saúde, Repositório do Instituto Politécnico de Castelo Branco.
- Pereira, M. A. S., Motta, E. D., Vaz, A. L., Pinto, C., Bernardino, O., & Melo, A. C. (2006). Sucesso e desenvolvimento psicológico no ensino superior. *Análise Psicológica*, 1 (24), 51-59.
- Santos, M. D., & Galdeano, L. E. (2009). Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. *Rev. Min. Enferm.*, 13 (1), 76-83.

**Eugénia Maria Garcia Jorge Anes**

Enfermeira Especialista em Enfermagem Comunitária; Mestre em Gestão e Economia da Saúde; Doutora em Desenvolvimento e Intervenção Psicológica; Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de

Bragança; Departamento de Enfermagem; Professora adjunta; Núcleo de Investigação e Intervenção do Idoso (NIII).

**Adília Maria Pires da Silva Fernandes**

Enfermeira Especialista em Enfermagem Comunitária; Mestre em Psicologia com Especialização em Psicologia Social e das Organizações; Doutora em Desenvolvimento e Intervenção Psicológica; Título de Especialista na Área de Enfermagem do IPB; Professora adjunta; Coordenadora do departamento de Enfermagem; Representante da Escola Superior de Saúde no Gabinete de Imagem e Apoio ao Estudante do Instituto Politécnico de Bragança; UNIFAI; Núcleo de Investigação e Intervenção do Idoso (NIII).

**Celeste da Cruz Meirinho Antão**

Enfermeira Especialista de Saúde Infantil e Pediátrica; Mestre Promoção Educação para a Saúde; Doutora em Desenvolvimento e Intervenção Psicológica; Título de Especialista na Área de Enfermagem do IPB; Escola Superior de Saúde do IPB; Departamento de enfermagem; Professora Adjunta; Presidente da Comissão Científica do NIII.

**Carlos Pires Magalhães**

Enfermeiro Especialista em Enfermagem Médico Cirúrgica; Mestre em Psicologia com Especialização em Psicologia Social e das Organizações; Doutor em Gerontologia Social; Escola superior de saúde do IPB; Departamento de Enfermagem; Diretor do Curso de Mestrado em Envelhecimento Ativo; Representante da Escola Superior de Saúde no Conselho Técnico Científico do Instituto Politécnico de Bragança; Professor adjunto; UNIFAI; Núcleo de Investigação e Intervenção do Idoso (NIII).

**Maria Augusta Pereira da Mata**

Enfermeira especialista em enfermagem de Saúde Pública; Mestre em Saúde Pública; Doutora em Psicologia Social-Intervenção Comunitária; Título de Especialista na Área de Enfermagem do IPB; Escola Superior de saúde do IPB; Departamento de Enfermagem; Professora adjunta; Diretora do curso de Pós-Licenciatura de Especialização em Enfermagem Comunitária; Elemento da Comissão Científica dos mestrados em Enfermagem Comunitária e de Envelhecimento Ativo; Coordenadora dos programas de mobilidade da ESSa/IPB; Elemento do Núcleo de Investigação e Intervenção no Idoso (NIII); UNIFAI.

**Maria Filomena Sousa**

Especialista em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica; Mestre em Ciências de Enfermagem; Título de Especialista na Área de Enfermagem do IPB; Escola Superior de saúde do IPB; Professora Adjunta; Departamento de Enfermagem.