
ANSIEDADE ENTRE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM, ODONTOLOGIA E PSICOLOGIA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

ANXIETY BETWEEN NURSING, DENTISTRY AND PSYCHOLOGY ACADEMICS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION

Thaiza Tamaris Pereira Trindade¹; Adriano Watanabe²; Darlan Rigo Junior³; Lígia
Moura Burci⁴

1 - Estudante de Graduação do curso de Bacharelado em Enfermagem, Faculdade Herrero – Curitiba/PR

2 - Psicólogo Clínico, Mestre em Psicologia, Professor do curso de Psicologia, Faculdade Herrero – Curitiba/PR

3 - Cirurgião Dentista, Mestre e Doutor em Odontologia, Professor do curso de Odontologia, Faculdade Herrero – Curitiba/PR

4 - Farmacêutica e Bioquímica, Mestre em Farmacologia, Doutora em Ciências Farmacêuticas, Professora do curso de Bacharelado em Enfermagem, Odontologia e Psicologia, Faculdade Herrero – Curitiba/PR

RESUMO:

A ansiedade é definida como um conjunto de sentimentos como medo, angústia, insegurança e preocupação, que prejudicam de forma considerável a qualidade de vida em todas as idades. Dessa forma desenvolveu-se o presente trabalho com o objetivo de verificar a presença da ansiedade entres os alunos de enfermagem, odontologia e psicologia de uma instituição de ensino superior. Foi realizado um estudo transversal e descritivo de abordagem quantitativa, através da aplicação de um instrumento de avaliação referente a sinais e sintomas de ansiedade e forma de controle da mesma. Participaram da pesquisa alunos matriculados nos cursos de enfermagem, odontologia e psicologia com idade igual ou superior a 18 anos. De maneira geral 80,5% dos participantes se consideram ansiosos. Com relação aos cursos, 86% dos alunos de enfermagem acreditam ser ansiosos, enquanto que 78% e 69% dos alunos do curso de odontologia e psicologia se dizem ansiosos, respectivamente. No que se diz respeito ao controle da ansiedade, 48,8% afirmaram ter dificuldade em controlá-la. Os acadêmicos de enfermagem, odontologia e psicologia consideram-se ansiosos e isso pode afetar de maneira prejudicial o desempenho acadêmico. É importante que os alunos consigam controlar a ansiedade desde o início da graduação para que possam se tornar profissionais emocionalmente controlados ao lidar com situações desafiadoras.

Palavras chave: ansiedade, estudantes, enfermagem, odontologia, psicologia.

ABSTRACT:

Anxiety is defined as a set of feelings such as fear, anguish, insecurity and worry, which considerably affect the quality of life at all ages. Thus, the present work was developed with the objective of verifying the presence of anxiety among nursing, dentistry and psychology students at a higher education institution. A cross-sectional and descriptive study with a quantitative approach was carried out, through the application of an assessment instrument referring to signs and symptoms of anxiety and how to control it. Participated in the research students enrolled in the courses of nursing, dentistry and psychology aged 18 years or older.

In general, 80.5% of the participants considered themselves to be anxious. With regard to courses, 86% of nursing students believe they are anxious, while 78% and 69% of students in the dentistry and psychology course say they are anxious, respectively. With regard to controlling anxiety, 48.8% said they had difficulty controlling it. Nursing, dentistry and psychology students consider themselves anxious and this can adversely affect academic performance. It is important that students are able to control anxiety from the beginning of graduation so that they can become emotionally controlled professionals when dealing with challenging situations.

Keywords: anxiety, students, nursing, dentistry, psychology

1. INTRODUÇÃO

A ansiedade pode ser definida como um conjunto de sentimentos como medo, preocupação, apreensão, angústia, insegurança entre outros. Todos em algum momento apresentam algum sentimento relacionado à, sendo isso considerado natural. Contudo, quando essa ansiedade interfere de modo negativo na vida da pessoa, é preciso buscar ajuda (COSTA et al., 2017; SANTOS e GALDEANO, 2009).

A ansiedade entre os acadêmicos se tornou um assunto muito significativo, visto ser comum acadêmicos apresentarem algum momento de ansiedade relacionado com a faculdade. Isso acontece porque os universitários passam por momentos de muita angústia, frustração, preocupação. Com isso, a faculdade, um local que deveria servir para construção de conhecimento e realização pessoal, se torna a causadora de patologias emocionais, como a ansiedade (CESTARI et al., 2017).

Os estudantes universitários são afetados diretamente por este problema e isso se dá pelo fato que, em todo momento o aluno está sob pressão para obter um bom desempenho ao longo do curso. Nota-se, que há uma ansiedade maior nos alunos dos últimos anos da graduação devido à preocupação para entrar no mercado de trabalho (COSTA et al., 2017). Acadêmicos de cursos da saúde têm uma predisposição para serem ansiosos, visto que em suas profissões estarão lidando com vidas sendo assumido por eles como uma grande responsabilidade (CESTARI et al., 2017).

É essencial discutir sobre a ansiedade entre os acadêmicos da área da saúde, assim essa patologia poderá ser evitada e tratada da maneira correta desde a faculdade, resultando em profissionais emocionalmente controlados. Em alguns casos a ansiedade não ganha a sua devida importância sendo preciso que os estudantes obtenham conhecimento sobre esse assunto sabendo identificar e lidar com este mal. Dessa maneira faz-se necessário conscientizar os alunos sobre a ansiedade, divulgando sinais e sintomas e principalmente sobre medidas preventivas.

Com o aumento de casos de ansiedade entre os jovens e levando em conta os danos que ela causa, se faz necessário realizar uma pesquisa com objetivo de verificar a existência da ansiedade entre os alunos dos cursos de enfermagem, odontologia e psicologia, investigar possíveis causas da doença e como os acadêmicos lidam com a mesma.

2. METODOLOGIA

Trata-se de estudo transversal e descritivo de abordagem quantitativa realizado em uma instituição de ensino superior na cidade de Curitiba entre os meses de agosto e setembro de 2019. Os participantes da pesquisa são alunos da instituição, com idade acima de 18 anos, e que concordaram em participar da pesquisa, assinando para isso o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O projeto foi submetido para análise e aprovação ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Herrero, sendo aprovado sob o parecer número 3.487.862.

Os dados obtidos foram organizados e analisados através do programa estatístico StatisticalPackage for the Social Science (SPSS, versão 17.0).

3. REVISÃO DE LITERATURA

Ansiedade é definida como um conjunto de sentimentos como medo, apreensão e preocupação, pode estar ou não associada com transtornos mentais e desordens cerebrais, que atinge milhares de pessoas. A ansiedade se torna prejudicial a partir do momento em que afeta a saúde e bem-estar da pessoa impedindo-a de realizar atividades cotidianas, dessa forma se faz necessário buscar ajuda médica. Segundo dados divulgados no ano de 2017 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 9,3% de brasileiros são afetados por distúrbios de ansiedade (COSTA et al., 2017).

Com aumento significativo de casos de ansiedade nos últimos anos, é essencial investigar os fatores que levam ao desenvolvimento da mesma, e implementar ações que reduzam os casos de ansiedade. É importante ter o diagnóstico correto e realizar o tratamento (GUIMARÃES et al., 2015).

A ansiedade está presente ao longo da nossa vida, e, dentro dos padrões de normalidade ela pode ser até benéfica, motivando-nos a buscar nossos objetivos, e sonhos. Mas, o excesso da ansiedade pode ser prejudicial a saúde, afetando também a vida social,

profissional e desempenho acadêmico. Pessoas em crise de ansiedade sentem-se angustiadas, com medo de morrer, e com sintomas físicos como taquicardia, dor no peito e aumento de sudorese, falta de ar, insônia, sentimento de apreensão, preocupação excessiva, dificuldade de se concentrar, entre outros (CARVALHO et al., 2014; NASCIMENTO et al., 2005). Esses sintomas ocorrem em situações em que a pessoa é exposta, observada por outros, situações como falar, comer, assinar e escrever em público. Em alguns casos as pessoas acometidas por ansiedade acreditam estar sofrendo um infarto, já que alguns sintomas de ambas patologias se assemelham (CARVALHO et al., 2014).

A formação acadêmica é tida por muitos alunos como a realização de um sonho, conquista, motivo de orgulho para os familiares. Mas, na maioria das vezes esse período tão esperado e sonhado pelos acadêmicos, se torna estressante, repleto de angustias e incertezas, o que gera um desconforto emocional, resultando em algumas patologias como a ansiedade (SANTOS e GALDEANO, 2009; LEÃO et al., 2018).

Os acadêmicos estão mais suscetíveis a desenvolver ansiedade ao longo de um curso de graduação, devido à pressão para se obter um bom desempenho, preocupação em manter os custos, e também pelo fato de que alguns alunos deixam suas casas e famílias em busca de uma formação superior em outra cidade, o que gera uma mudança drástica em sua vida (SILVA et al., 2018).

Atinge a maior parte dos universitários de cursos na área da saúde como enfermagem, medicina, odontologia, entre outros, e isso ocorre por fatores já citados anteriormente, mas também por insegurança relacionada com os estágios, visto que muitos não possuem experiência e preocupação com a responsabilidade de lidar com vidas. Outros acadêmicos sentem-se mais ansiosos na reta final do curso, já que em breve estarão no mercado de trabalho causando assim incerteza, medo e angústia (COSTA et al., 2017; SILVA et al., 2018).

Dentre os artigos selecionados para elaboração desta revisão utilizou-se um artigo que referente a um estudo realizado em uma determinada universidade, onde foi constatada a presença de ansiedade entre os acadêmicos de cursos na área da saúde, e os resultados foram que 36,1% dos estudantes sofrem de ansiedade, sendo a maioria do sexo feminino. Com base nesse estudo, os autores concluem que é de grande importância adotar medidas que diminuam e previnam a ansiedade entre os acadêmicos (CESTARI et al., 2017).

Devido a isso se faz necessário verificar a presença da ansiedade entre os alunos

de instituições de ensino superior, para que medidas que diminuam e previnam a ansiedade sejam implantadas. A ansiedade entre os acadêmicos da área da saúde deve receber a real importância, é um assunto que tem se tornado cada vez mais comum, e que causa danos a saúde e ao desempenho acadêmico do aluno. Deve se levar em conta que a ansiedade é uma doença e que se não for tratada poderá se agravar resultando em outras doenças. Por isso, é importante controlá-la e evitá-la desde o ensino superior para que tenhamos profissionais no campo da saúde controlados emocionalmente, e com uma maior produtividade.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente foi realizada a verificação dos dados dos participantes da pesquisa, apresentados na Tabela 01.

Tabela 01: Principais características sociais dos participantes da pesquisa

		N	%
Curso	Enfermagem	59	47,9%
	Odontologia	41	33%
	Psicologia	23	18,6%
Idade	18-20 anos	27	21,9%
	20-25 anos	29	23,5%
	25-30 anos	26	21,1%
	30-35 anos	10	8,1%
	Acima de 35 anos	22	17,8%
	Não relataram idade	9	7,3%
Gênero	Feminino	82	66,6%
	Masculino	33	26,1%
	Não relataram o gênero	8	6,5%

Fonte: Os autores (2021)

Conforme observado durante a pesquisa 47,9% dos participantes são alunos do curso de enfermagem, 33% do curso de odontologia, e 18,6% do curso de psicologia. A faixa etária predominante foi alunos com idade de 20 a 25 anos com (23,5%), em seguida os alunos entre 18 a 20 anos (21,9%), 25 a 30 anos (21,1%), acima de 35 anos com (17,8%) e 7,3% não relataram a idade. O gênero feminino predominou com (66,6%), gênero masculino com (26,1%) e participantes que não indicaram o gênero (6,5%). A tabela 02

apresenta os dados dos principais sintomas envolvendo a presença da ansiedade nos estudantes.

Tabela 02: Principais sintomas associados à ansiedade

		N	%
Se considera ansioso	Sim	99	80,5
	Não	24	19,5
Tem dificuldade para controlar	Sim	60	48,8
	Não	63	51,2
Sente dormência ou formigamento	Sim	41	33,3
	Não	82	66,7
Sente coração acelerado	Sim	81	65,9
	Não	42	34,1
Sente dificuldade para relaxar	Sim	80	65
	Não	43	35

Fonte: Os autores (2021)

Grande parte dos alunos de enfermagem, odontologia e psicologia se consideram ansiosos, cerca de 80,5%, ainda sobre a sua dificuldade para relaxar, 65% afirmam ter dificuldade, 48,8% dos estudantes possuem dificuldades para controlar a ansiedade. Na pesquisa também foi questionado quanto a presença de sintomas característicos da ansiedade como sentir o coração acelerado. 65,9% apresentam taquicardia e 33,7% relataram sentir dormência ou formigamento. A crise de ansiedade pode ser confundida com um infarto, visto que os principais sintomas são semelhantes como taquicardia, dormência ou formigamento, dor torácica, entre outros.

Tabela 03: Sintomas nos alunos de Enfermagem, Odontologia e Psicologia

	Se considera ansioso	Coração acelerado	Dormência ou formigamento	Dificuldade para relaxar	Dificuldade para controlar
Enfermagem	86%	72%	44%	72%	52%
Odontologia	78%	58%	27%	61%	56%
Psicologia	69%	61%	17%	52%	26%

Fonte: Os autores (2021)

De modo geral, pode-se afirmar que os estudantes do curso de enfermagem se consideram ansiosos e apresentam mais sintomas relacionados com a ansiedade em

comparação com os alunos de odontologia, psicologia (86% dos alunos de enfermagem afirmam ter ansiedade.72% relataram sentir o coração acelerado.44% afirmaram sentir dormência ou formigamento; quanto a relaxar 72% possuem dificuldade para relaxar e 52% tem dificuldade para controlara ansiedade).

Alguns dos fatores que podem contribuir para ansiedade nos acadêmicos de enfermagem, odontologia e psicologia é o receio de lidar com os pacientes, realizar procedimentos de modo correto, a inexperiência na área contribui ainda mais para presença da ansiedade.

Tabela 04:Relação com a faculdade e principal horário que sente ansiedade

		N	%
Está relacionada a faculdade	Sim	55	44,7
	Não	68	55,3
Horário do dia	Manhã	50	40,7
	Tarde	32	26
	Entardecer	28	22,8
	Noite	13	10,6

Fonte: Os autores (2021)

A ansiedade pode ser causada por diversos motivos, e esses motivos variam de pessoas para pessoa. Muitos se sentem ansiosos quanto ao futuro, vida profissional, estabilidade financeira, entre outros. Com isso, foi questionado aos alunos se a ansiedade está relacionada com a faculdade, 55,3% acreditam não estar relacionada com a vida acadêmica, enquanto que 44,7% relataram que a ansiedade está relacionada com a faculdade. Durante a graduação os alunos se sentem ansiosos devido a preocupação de obter boas notas, de ter que falar em público, e também na reta final do curso.

Sobre o período do dia em que a ansiedade é maior 40,7 % sentem ansiedade durante a manhã; 26% dos alunos apresentam ansiedade durante a tarde; ao entardecer 22,8% relataram ansiedade; e durante a noite 10,6% tem ansiedade. A ansiedade durante o período da manhã pode estar relacionada com as aulas, já que grande parte dos alunos dessa instituição estudam durante a manhã, e também porque uma das características da ansiedade é a presença dos sintomas pela manhã, é uma antecipação de perigo.

Como já discutido anteriormente, a ansiedade em excesso é prejudicial ao bem-estar físico e mental, podendo desencadear outras doenças e afetando a vida profissional e acadêmica das pessoas. Devido a isso, se faz necessário controlar a ansiedade para que ela não afete o dia a dia das pessoas. Nessa pesquisa, observou que 52% dos acadêmicos

de enfermagem possuem dificuldade de controlá-la; e 56% dos alunos de odontologia e 26% dos estudantes de psicologia. Foi perguntado o método utilizado para amenizar a ansiedade e 53% utilizam medicamentos da classe ISRS (Inibidor Seletivo da Recaptação da Serotonina); 30% dos participantes usam medicamentos fitoterápicos; 8% utilizam antipsicóticos e 8% fazem uso de medicamentos beta bloqueadores (Figura 1).

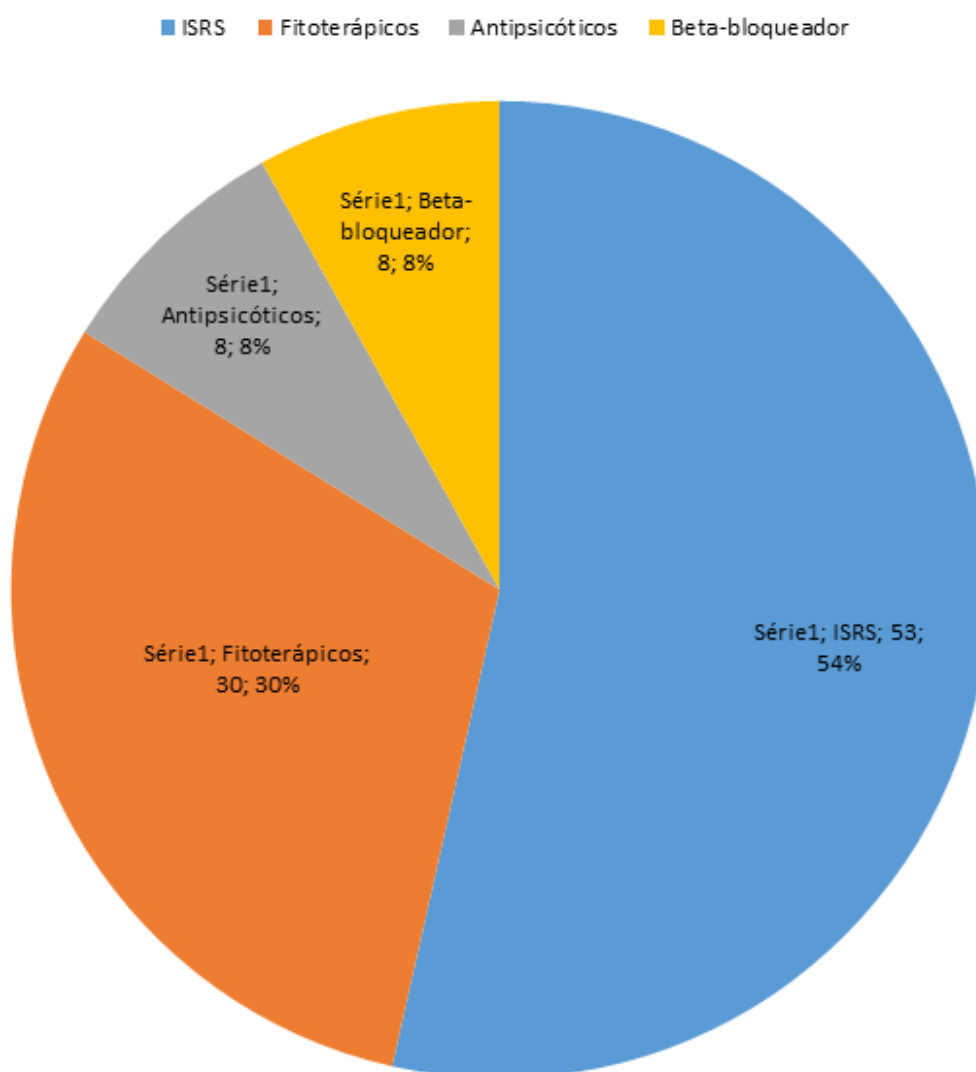


Figura 1: Modo de controle da ansiedade

Legenda: ISRS – Inibidor Seletivo da Recaptação da Serotonina

No que se refere a métodos utilizados para controlar a ansiedade, 53% dos alunos fazem uso de medicamentos ISRS (Inibidor Seletivo da Recaptação de Serotonina) que agem inibindo a receptação de 5-HT, elevando as monoaminas e conseqüentemente, a atividade serotoninérgica. Ao utilizar ISRS podem correr efeitos colaterais como náuseas,

vômitos, diarreia, insônia, alteração no peso, disfunções sexuais, fadiga e ansiedade (BRATS, 2012).

Os medicamentos fitoterápicos são usados para tratar ou amenizar os sintomas da ansiedade por 30% dos participantes da pesquisa. É definido como medicamentos obtidos com uso exclusivo de matérias primas e ativas vegetais. Desde o início da humanidade, medicamentos fitoterápicos são usados e esse costume está presente até os dias atuais. Muitas pessoas acreditam nos poderes medicinais de algumas ervas e as utilizam como forma de tratamento de algumas doenças. A camomila e erva de são João se destacam no tratamento dos sintomas de ansiedade. A camomila é nativa da Europa e foi trazida para o Brasil pelos imigrantes europeus há mais de um século. Possui propriedades antidiarreica, antissecretória, antiespasmódica, antioxidante, antibacteriano, antiinflamatória, antidepressiva, antifúngica, antialérgica, entre outras (PACIFICO et al., 2018).

Já erva são João é de origem asiática e pode ser encontradas em regiões ensolaradas e secas. Tem esse nome por florescer próximo aos dias de são João. Na antiguidade, era comum a crença de que a erva tinha poderes sobrenaturais capazes de afastar espíritos malignos. Os gregos e romanos colocavam um ramo da erva são João em suas casas em estatuas e imagens. Acredita-se que esses espíritos malignos poderiam ser na verdade doenças, como por exemplo a depressão. Pode ser consumida em forma de chá, compressas e xaropes, na maioria das vezes é usada por pessoas que querem se acalmar diante de situações que causam nervosismo, ansiedade e insônia (CHIOVATTO et al., 2011).

A erva de são João pode ser considerada um antidepressivo natural, e vem sendo utilizado como alternativa eficaz. Alguns estudos comparam a eficácia da erva de são João com medicamentos da classe ISRS. Os resultados mostram que a taxa de resposta clínica da erva e dos ISRS foram iguais. Outros estudos afirmam ao comparar a erva com a fluoxetina que não há diferenças na resposta do tratamento (ALVES et al., 2014).

Os fármacos antipsicóticos são usados por 8% dos participantes da pesquisa como maneira de controlar a ansiedade. São fármacos que possuem evidências clínicas e experimentais proeminentes de antagonismo aos receptores de dopamina. Indicados principalmente para tratamento da esquizofrenia, podendo também ser recomendado como terapêutica de depressão grave, psicótica, quadros de agitação e confusão. Age de forma sedativa, porém não são indicados para transtorno de ansiedade e para distúrbios. Medicamentos antipsicóticos como Haloperidol, Clozapina, Risperidona e Zolpidem, apresentam efeito superior a medicamentos sedativos, sendo assim indicados para

sintomas de inquietação, agressividade, delírios, entre outros (GOODMAN e GILMAN, 2010):

Os resultados revelam também que 8% dos alunos participantes utilizam medicamentos betabloqueadores que são usados principalmente no tratamento da Hipertensão Arterial. Seu mecanismo de ação atua diminuindo o débito cardíaco, redução de renina, readaptação dos barorreceptores e diminuição das catecolaminas nas sinapses nervosas (DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO, 2010). Um dos fármacos betabloqueadores mais usado é o propranolol que é do tipo não seletivo e atua nos receptores beta 2, não sendo recomendados para pessoas que possuem DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica) e asma, pois podem exacerbar o broncoespasmo. Existe um outro tipo de betabloqueador que age nos receptores beta 1 adrenérgicos, são chamados de cardiosseletivos, o Atenolol é um exemplo de betabloqueador cardiosseletivo. Apesar de serem medicamentos indicados para Hipertensão arterial, muitas pessoas fazem o consumo para controlar sintomas de ansiedade como taquicardia, taquipneia, sudorese e tremores. Geralmente as pessoas buscam utilizá-los por possuírem efeito rápido e não causarem sonolência. É comum ser usado em situações consideradas desafiadoras e que causam nervosismo e ansiedade como apresentação de trabalhos acadêmicos e durante as semanas de provas (COELHO et al., 2017).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização desta pesquisa é possível afirmar que grande parte dos alunos de enfermagem, odontologia e psicologia se consideram ansiosos devido a diversos motivos podendo estar relacionados com período da graduação. É um fato preocupante, já que estes futuros profissionais irão lidar com pessoas com diversas patologias e queixas e isso exige que os profissionais sejam relativamente controlados emocionalmente ao encarar situações difíceis. Para isso, é essencial cultivar hábitos que diminuam ou até mesmo que evitem a ansiedade desde o começo da graduação.

Abordar com frequência sobre o tema é essencial para prevenção. Podem ser realizadas palestras com orientações como causas, sinais e sintomas, e tratamento, além da disponibilização de assistência psicológica na instituição.

A ansiedade em excesso causa diversas consequências negativas nas relações interpessoais, na vida profissional e acadêmica e afeta o bem-estar físico e mental, podendo levar ao surgimento de outras doenças. Devido a isso, é importante controlar e

preveni-la, pois, ansiedade pode afetar de forma negativa os alunos acarretando sentimentos como medo e insegurança.

6. REFERÊNCIAS

ALVES, A.C.S.; MORAES, D.C.; FREITAS, G.B.L.; ALMEIDA, D.J. Aspectos botânicos, químicos, farmacológicos e terapêuticos do *Hypericum perforatum* L. Rev.Bras. PL Med., Campinas, v.16, n.3 p.593-606, 2014.

BRANDTNER, M., BARGAGI, M. Sintomatologia de Depressão e Ansiedade em Estudantes de uma Universidade Privada do Rio Grande do Sul. Rev. Interinst. Psicol. [online], vol.2, n.2, pp. 81-91, 2009.

Boletim Brasileiro de Avaliação de Tecnologias em Saúde- BRATS. Antidepressivos no transtorno depressivo maior em adultos. Ano VI N°18/ Março de 2012.

CARVALHO, M.; OLIVEIRA, P.C.; ROBLES, T. Ansiedade e transtorno do pânico. Universidade Estadual de Londrina. 2014.

CESTARI, V.R.F.; BARBOSA, I.V.; FLORÊNCIO, R.S.; PESSOA, V.L.M.P.; MOREIRA, T.M.M. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. Acta paul. enferm. vol.30, n.2, pp.190-196, 2017.

COELHO, J.S.S.G.P.; MIRANDA, R.M.; FERREIRA, L.C.; SALLES, M.R.; HOFMANN, N.A. O uso de betabloqueadores para o controle da ansiedade em candidatos à habilitação de motorista. Revista Interdisciplinar Ciências Médicas – MG, 1(2): 77-85, 2017.

CHIOVATTO, R.D.; FUKUDA, E.Y.; FEDER, D.; NASSIS, C.Z. Fluoxetina ou *Hypericum perforatum* no tratamento de pacientes portadores de transtorno depressivo maior leve a moderado? Uma revisão. Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde, v.36, n.3, p-168-75. Set/Dez, 2011.

COSTA, K.M.V.; SOUSA, K.R.S.; FORMIGA, P.A.; SILVA, W.S.; BEZERRA, E.B.N. Ansiedade em universitários na área da saúde. II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde, 2017.

GUIMARÃES, A.M.V.; NETO, A.C.S.; VILAR, A.T.S.; ALMEIDA, B.G.C.; ALBUQUERQUE, C.M.F.; FERMOSELI, A.F.O. Transtornos de ansiedade: um estudo de prevalência sobre as fobias específicas e a importância da ajuda psicológica Ciências Biológicas e da Saúde. v.ol 3,n.1, p.115-128, 2015.

LAURENCE L. BRUNTON *et al.* Goodman e Gilman:Manual de Farmacologia e terapêutica/ 1ª Edição, Porto Alegre, AMGH, 2010.

LEÃO, A.M.; GOMES, P.I.; FERREIRA, M.J.S.; CAVALCANTI, L.P.G. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. Rev Brasileira de Saúde Médica. 42 (4): 55-65; 2018.

SANTOS, M.D.L.; GALDEANO, L.E. Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. Rev. Min. Enferm.13(1): 76-83, jan. /mar., 2009

PACIFICO, D.M.; ARAÚJO, T.S.L. *et al.* Prospecção científica e tecnológica de *Matricaria recutita* L.(camomila) Revista Geintec. Vol.8 n. 2 p.4339-4356, 2018.

Autor para correspondência:

Lígia Moura Burci

E-mail: ligia.burci@gmail.com

Faculdade Herrero – Curitiba/PR

Recebido: 13/10/2021 Aceite: 17/11/2021