

O processo da graduação em Terapia Ocupacional: traços de ansiedade

The process of graduation in Occupational Therapy: traces of anxiety

El proceso de graduación en Terapia Ocupacional: huellas de la ansiedad

Recebido: 24/11/2021 | Revisado: 02/12/2021 | Aceito: 06/12/2021 | Publicado: 16/12/2021

Allan dos Santos Cipriano

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0284-9636>
Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
E-mail: allancipriano92@gmail.com

Maria Luiza Morais Regis Bezerra Ary

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8376-2224>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: malumoraisbezerra@gmail.com

Adriana Reis de Barros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5404-9737>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: arbarros17@yahoo.com.br

Maria Aparecida de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3298-7658>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: souzzamaria@outlook.com.br

Júlia Miranda do Nascimento

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7064-9521>
Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
E-mail: julia.minas@hotmail.com

Resumo

A ansiedade é algo intrínseco ao ser humano, que pode ser recorrente no dia a dia, a qual, em intensidades menores, é conveniente. Porém, em níveis maiores, se torna agressiva, estando dividida entre traço e estado de ansiedade. O traço de ansiedade (A-traço) refere-se a características individuais relativamente estáveis, quanto à forma de defrontar as situações geradoras de ansiedade. O estado de ansiedade (A-estado) é definido como um estado emocional inconstante que é identificado por sentimentos desagradáveis de tensão e apreensão, conscientemente percebidos. O estudo visou identificar traços de ansiedade em alunos de Terapia Ocupacional de uma universidade pública. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, onde a coleta de dados foi realizada por meio do Inventário de Ansiedade Traço de Spielberger (Idate-T), sendo aplicado através da internet (online), enviado para o e-mail pessoal e, também, da turma, e a análise de dados se deu a partir da técnica de tabulação simples softwares e posteriormente utilizada planilha eletrônica do Microsoft Excel. As indicações de traços de ansiedade encontrados na análise, foram de que os acadêmicos que tiveram indicação de níveis moderado e alto de ansiedade representaram mais de ¼ do público, sendo 88% mulheres, 9% homens e 3% não binário, atrapalhando o processo de aprendizagem na graduação, trazendo prejuízos biopsicossociais. Dessa forma, demonstra-se a importância de se aumentar os estudos referentes à saúde mental dos estudantes de Terapia Ocupacional e áreas afins, e que as universidades pensem em estratégias que possam minimizar os traços de ansiedade acima do normal.

Palavras-chave: Ansiedade; Terapia ocupacional; Saúde mental; Avaliação em saúde.

Abstract

Anxiety is something intrinsic to human beings, which can be recurrent in everyday life, which, at lower intensities, is convenient. However, at higher levels, it becomes aggressive, being divided between trait and state anxiety. The anxiety trait (A-trait) refers to relatively stable individual characteristics regarding the way of coping with anxiety-producing situations. The anxiety state (A-state) is defined as an inconstant emotional state that is identified by unpleasant feelings of tension and apprehension, consciously perceived. The study aimed to identify anxiety traits in Occupational Therapy students at a public university. This is a quantitative research, where data collection was performed by means of the Spielberger Anxiety Trait Inventory (Idate-T), being applied through the Internet (online), sent to personal e-mail and also of the class, and data analysis was performed from the simple tabulation software technique and later used Microsoft Excel spreadsheet. The indications of anxiety traits found in the analysis were that the academics who had indication of moderate and high levels of anxiety represented more than ¼ of the public, being 88% women, 9% men and 3% non-binary, hindering the learning process in graduation, bringing biopsychosocial damage. Thus, it is shown the importance of increasing studies on the mental health of Occupational Therapy students and related areas, and that universities think of strategies that can minimize traces of anxiety above normal.

Keywords: Anxiety; Occupational therapy; Mental health; Health evaluation.

Resumen

La ansiedad es algo intrínseco al ser humano, que puede ser recurrente en el día a día, lo cual, a bajas intensidades, es conveniente. Sin embargo, a niveles más altos, se vuelve agresiva, dividiéndose entre la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. El rasgo de ansiedad (rasgo A) se refiere a las características individuales relativamente estables en cuanto a la forma de afrontar las situaciones que producen ansiedad. El estado de ansiedad (estado A) se define como un estado emocional inconstante que se identifica con sentimientos desagradables de tensión y aprensión, percibidos conscientemente. El estudio tenía como objetivo identificar los rasgos de ansiedad en estudiantes de Terapia Ocupacional de una universidad pública. Se trata de una investigación cuantitativa, donde la recolección de datos se realizó por medio del Inventario de Rasgos de Ansiedad de Spielberger (Idate-T), siendo aplicado a través de Internet (online), enviado al correo electrónico personal y también de la clase, y el análisis de los datos se produjo a partir de la técnica del software de tabulación simple y posteriormente se utilizó la hoja de cálculo Microsoft Excel. Los indicios de rasgos de ansiedad encontrados en el análisis fueron que los becarios que tenían indicios de niveles moderados y altos de ansiedad representaban más de ¼ del público, siendo 88% mujeres, 9% hombres y 3% no binarios, dificultando el proceso de aprendizaje en la graduación, trayendo daños biopsicosociales. Así, se demuestra la importancia de aumentar los estudios sobre la salud mental de los estudiantes de Terapia Ocupacional y áreas afines, y que las universidades piensen en estrategias que puedan minimizar los rastros de ansiedad por encima de lo normal.

Palabras clave: Ansiedad; Terapia ocupacional; Salud mental; Evaluación de la salud.

1. Introdução

A ansiedade é natural na vida humana, é uma experiência do cotidiano da vida, a qual, em grau menor, é útil para o ser humano, mas em intensidade maior é destrutiva (Arruda, 2006). Os transtornos de ansiedade estão dentre as patologias que distribuem suas características entre o medo e ansiedade excessivos. O medo se trata da reação emocional ao indício de uma ameaça real, ao mesmo tempo em que, a ansiedade é sensação de um perigo iminente (Apa, 2014). Contudo, algumas vezes, este artifício adaptativo localiza-se irregular, proporcionando tormenta e dano ao funcionamento biopsicossocial (Barcellos, 2017).

Biaggio (1977), define que a ansiedade está dividida entre traço e estado de ansiedade. O traço de ansiedade (A-traço) refere-se às características individuais relativamente estáveis quanto à forma de defrontar as situações com predisposição a serem ansiogênicas, ou seja, a forma como cada um reage e interpreta os variados acontecimentos percebidos como ameaçadores, pode ter uma disposição maior de enxergá-las como situações ansiosas. De acordo com o estudo de Boarreto et al (2020), adaptações e mudanças de rotina dos estudantes do ensino superior são evidentes, ocorrendo transtornos decorrentes da ansiedade.

Com isso, o estado de ansiedade (A-estado) é qualificado como um estado emocional transitório ou condição do organismo humano que é identificado por sentimentos desagradáveis de tensão e apreensão conscientemente percebidos, e por aumento na atividade do sistema nervoso autônomo. Escores em A-estado podem se modificar em intensidade e oscilar com o tempo.

Dessa forma, Biaggio (1977, p. 32), ressalta que:

Em geral, seria de se esperar que aqueles que têm alto A-traço, demonstrariam elevações de A-estado mais frequentemente do que os indivíduos de baixo A-traço, porque eles tendem a reagir a uma larga faixa de situações como perigosas ou ameaçadoras. Pessoas de alto A-traço também são mais propensas a responder com aumentos de intensidade do A-estado, em situações que envolvem relações interpessoais que apresentam alguma ameaça à autoestima.

De modo geral, é muito comum às pessoas que vivenciam situações que são geradoras de ansiedade remetendo a desconforto, aflição ou receio. Citando caso análogo, situações de se expressar em público ou interagir socialmente. Observa-se que no meio acadêmico isso é bastante comum, alguns alunos não se sentem à vontade para expor suas ideias, apresentar seminários e até mesmo interagir em sala de aula com professores e colegas (Arruda, 2006).

De acordo com o estudo de Martins et al (2020), ao ingressar na faculdade, são vivenciadas fases de autonomia e de compromisso comumente seu estilo de vida, o que pode resultar em dificuldades cotidianas. Situações estas, que podem ser derivados dos estágios, práticas, conflitos entre os trabalhos acadêmicos, quando vivenciam momentos de dificuldade pessoal e interpessoal, conflitos ligados aos relacionamentos afetivos, além do desgaste físico e mental (Garro, 2006).

Durante a graduação o estudante universitário se depara com adversidades antes nunca experienciadas, como por exemplo, excesso de tarefas acadêmicas, a falta de motivação para os estudos e a carreira escolhida, a existência de conflitos com colegas e professores, a apresentação de trabalhos e dificuldades na aquisição de materiais e livros. À medida que a rotina de estudos se expande e o percurso na faculdade fica mais intenso, o acadêmico fica suscetível para desenvolver sobrecarga psicológica, isso pode influenciar no comportamento, despertando alguns tipos de patologias, como por exemplo, os transtornos de ansiedade (Ferreira et. al., 2009).

A partir do estudo de Braga et al (2021), feito através de uma revisão integrativa, o mesmo apresenta que diante do contexto de estudantes universitário pode se dar pela relação direta com o desempenho educacional dos estudantes atrelados à exigência e cobrança quanto ao futuro profissional e com isso, podem apresentar desordens no contexto social e de saúde mental. Nessa perspectiva, o traço da ansiedade pode interferir na vida do graduando, sendo capaz de prejudicar a realização de suas atividades acadêmicas, podendo atrapalhar sua formação e construção do conhecimento. Estudos relacionados aos transtornos mentais são conduzidos há várias décadas, no entanto, com relação a A-traço em acadêmicos de Terapia Ocupacional, as pesquisas são pontuais. O presente estudo traz o levantamento de informações sobre os A-traço em estudantes de Terapia Ocupacional.

A realização desta pesquisa justifica-se pelo fato de que muitos acadêmicos do curso de graduação em Terapia Ocupacional queixarem entre si, em algumas vezes chegando aos docentes e coordenação do curso ter alguns sinais e sintomas de ansiedade. A questão de pesquisa norteadora deste estudo foi: Durante o processo da graduação os estudantes de Terapia Ocupacional apresentam traços de ansiedade?

A pesquisa então denominada "O processo da graduação em Terapia Ocupacional: traços de ansiedade", que teve como objetivo geral identificar traços de ansiedade em alunos de Terapia Ocupacional de uma instituição pública.

2. Metodologia

A pesquisa foi encaminhada para a coordenação do curso de Terapia Ocupacional de uma universidade pública, após a aprovação foi submetida à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas sendo aprovado em 22 de maio de 2019 sob o nº CAAE 11447019.3.0000.5011.

Trata-se de um estudo exploratório, descritivo de caráter quantitativo. De acordo com Knechtel (2014), a pesquisa quantitativa é um modo de pesquisa que age sobre uma dificuldade humana ou social. É embasada no teste de uma teoria e desenvolvida por variáveis quantificadas em números, as quais são ponderadas de modo estatístico, com o propósito de designar se as teorias se sustentam ou não.

A coleta de dados foi realizada por meio do Inventário de Ansiedade Traço de Spielberger (Idate-T) (anexo 1), consiste de 20 afirmações descritivas de sentimentos pessoais que avalia a tendência do participante a responder de forma ansiosa às situações de vida A-traço. É um instrumento de autopreenchimento que enfoca sintomas e atitudes distribuídos em 20 itens. Embora não tenha finalidade diagnóstica, permite classificar com confiabilidade a sintomatologia ansiosa tipo traço e não tipo estado, ou seja, avalia aspectos que não tendem a modificar-se com o momento, mas sim características estáveis e particulares de cada pessoa reveladas sob o estímulo adequado. Os pontos de corte são os mesmos utilizados na validação para o português, sendo eles, menos de 33 pontos indicação de ansiedade leve, de 33 a 49 pontos indicação ansiedade média e mais de 49 pontos indicação de ansiedade alta.

A aplicação do Idate-T ocorreu através da internet (online) enviado para o e-mail pessoal e da turma, possuindo no corpo do e-mail o link que redirecionava para a plataforma survio. Durante os meses de coleta de dados, foram enviados em média dois e-mails por mês para cada turma e um para e-mails individuais, além de envio de convites para participação através

do WhatsApp, pelo menos duas vezes na semana. A amostra foi constituída por acadêmicos do 2º ao 8º período do curso de Terapia Ocupacional de uma Universidade pública.

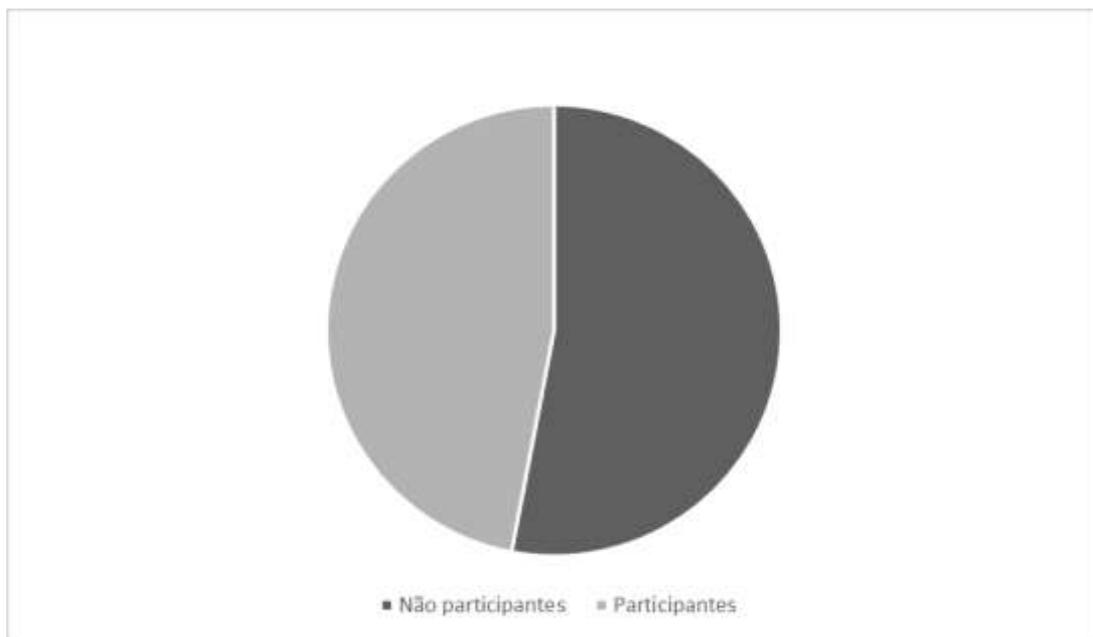
Utilizando como critério de inclusão, o universo de acadêmicos do 2º ao 8º período do curso de Terapia Ocupacional devidamente matriculado e frequentando as aulas, de ambos os sexos, sendo maior de idade e como critério de exclusão os acadêmicos estejam cursando outros cursos simultaneamente à Terapia Ocupacional e ter o diagnóstico de ansiedade.

O IDATE-T (online) foi realizado no período de junho a agosto de 2019 e somente foram iniciados após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecidos – TCLE. Todos os dados coletados foram transcritos e submetidos à análise, a partir da técnica de tabulação simples softwares e posteriormente utilizada à planilha eletrônica do Microsoft Excel, cujo deu sustentação ao estudo. Sendo assim, foram realizadas as operações de separação de números, porcentagens e gráficos e reagrupamentos analógicos por temática.

3. Resultados

Os resultados referentes ao estudo foram identificados e evidenciaram os seguintes dados.

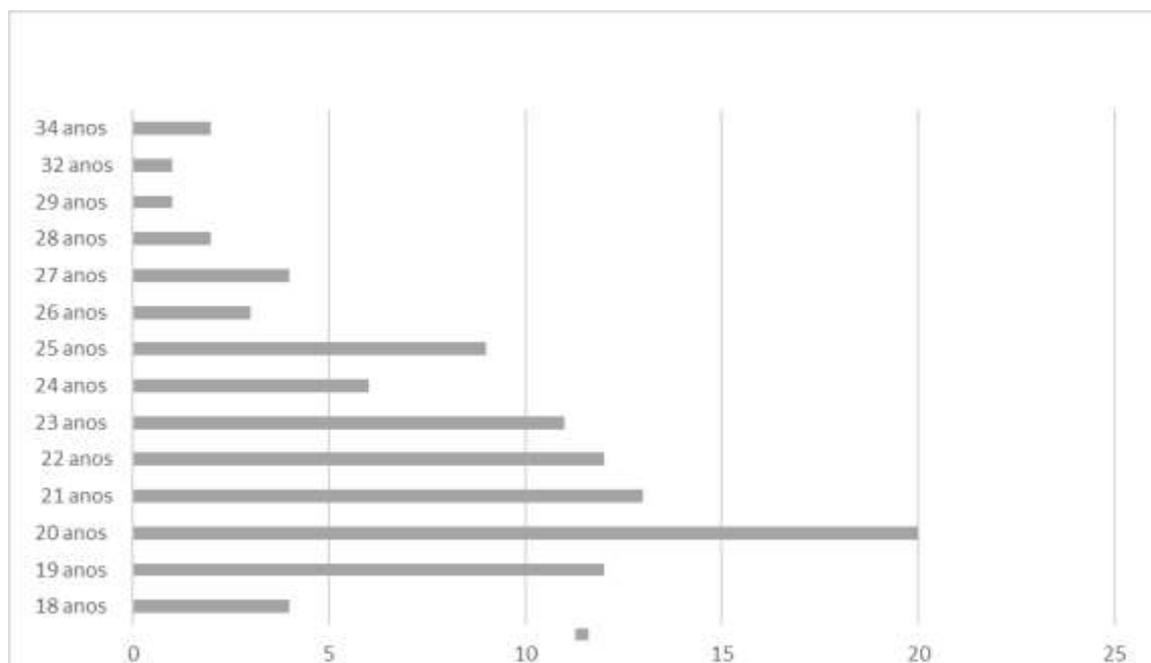
Figura 1- Participação e evasão dos acadêmicos.



Fonte: Autores.

O curso de Terapia Ocupacional de uma universidade pública, possui matriculados regularmente um total de 173 acadêmicos. Responderam ao questionário 91 alunos (47%), considerando os critérios de inclusão, 82 estudantes eram elegíveis para participar da pesquisa, foram excluídos 9 (10%) por já possuírem diagnóstico fornecido por um profissional e/ou está cursando outra graduação, curso técnico e tecnológico simultaneamente, demonstrando assim, evasão de 91 (53%) do universo de acadêmicos de Terapia Ocupacional (Figura 1).

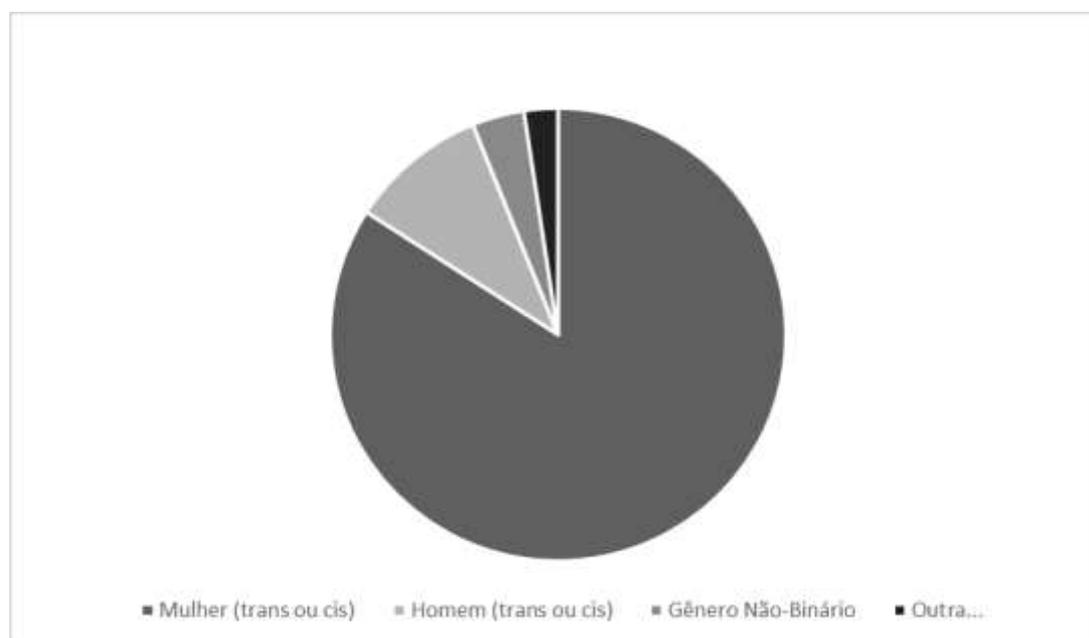
Figura 2- Características sociodemográficas (Idade).



Fonte: Autores.

Quando colocado em evidência a idade, notou-se que a média de participação é de 22,3 anos, tratando-se da idade mínima 18 anos e a máxima de 34 anos e com maior índice de participação se destaca 20 anos (Figura 2).

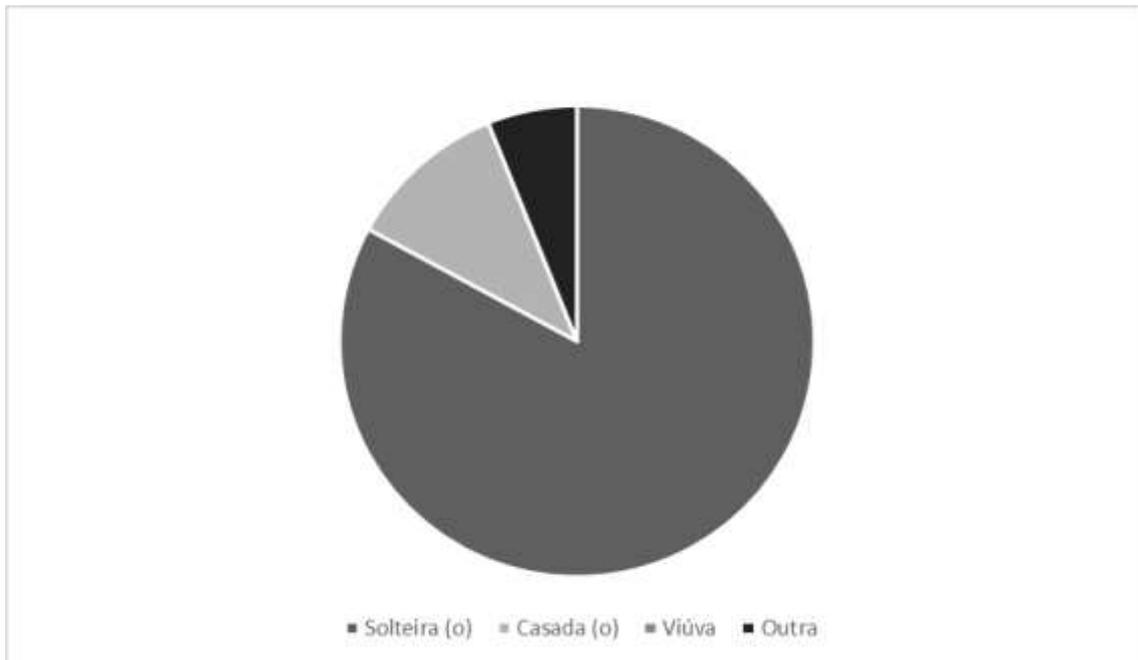
Figura 3- Características sociodemográficas (Identidade de gênero).



Fonte: Autores.

Diante deste contexto, identificou-se que 69 (84,1%) são do gênero feminino, 8 (9,8%) do gênero masculino, 3 (3,7%), do gênero não binário e 2 (2,4) outro (Figura 3).

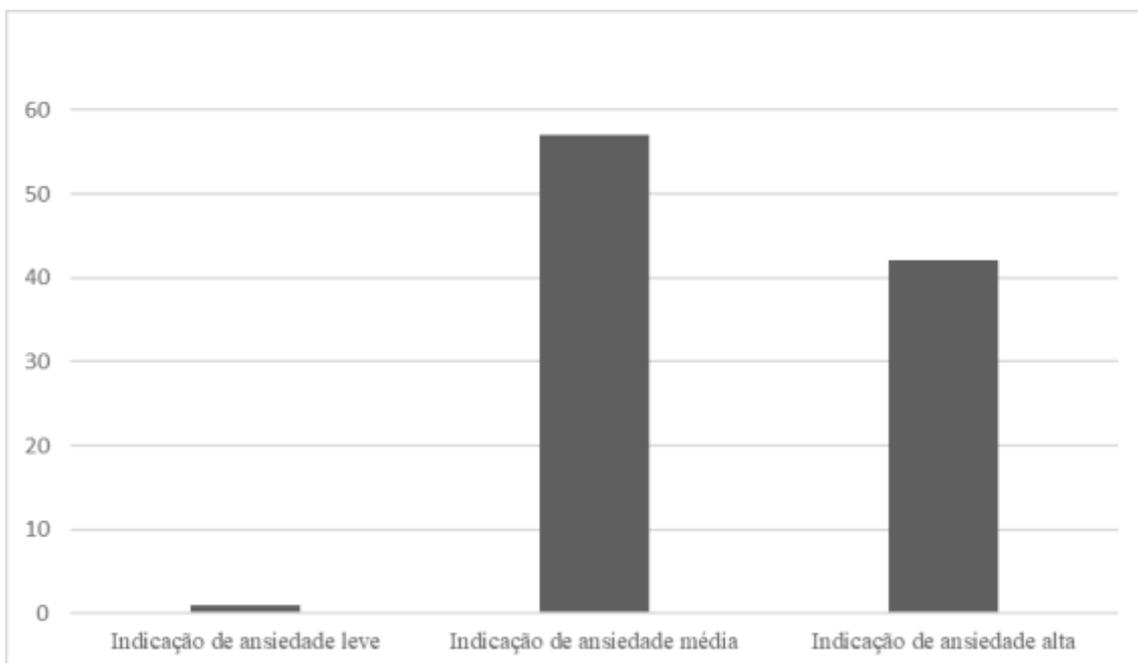
Figura 4- Características sociodemográficas (Estado civil).



Fonte: Autores.

Dessa forma do universo de participantes observou-se que 68 (82,9%) solteira (o), 9 (11%) casada (o) e 5 (6,1%) outros (Figura 4).

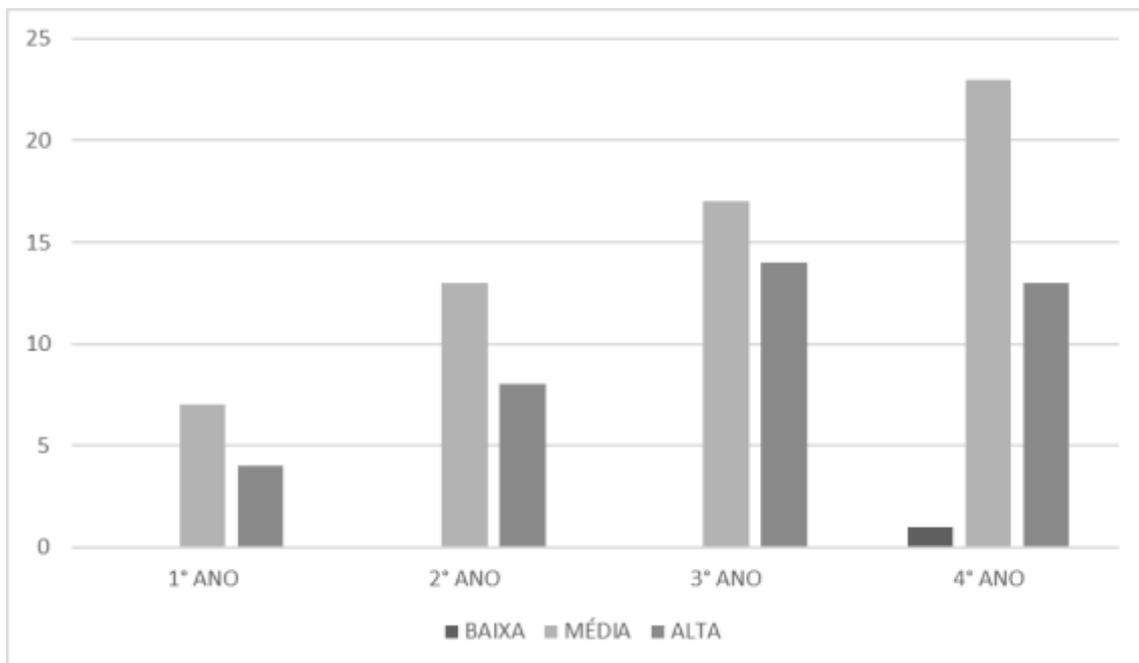
Figura 5- Distribuição por faixas de pontuação do inventário Idate-T para indicação de traços de ansiedade.



Fonte: Autores.

Ressalta-se que a partir do levantamento de informações mensurados por meio do Idate-T mostrou que do total de estudantes, apresentava indicação de ansiedade leve 1% (1), indicação de ansiedade média 57% (44) e de indicação de ansiedade alta 42% (37) (Figura 5)

Figura 6- Distribuição por ano cursado e faixas de traços do inventário Ansiedade Traço de Spielberger (IDATE-T).



Fonte: Autores.

Identifica-se uma diminuição nas porcentagens da faixa de 33 a 49 pontos do Idate-T (A-traço média) do primeiro ano 7% comparado, proporcionalmente, com o quarto ano (23%) e nas faixas de mais de 49 pontos (A-traço alta) do primeiro ano (4%) e segundo ano (8%) com os do terceiro ano (14%) e do quarto ano (13%) (Figura 6).

Tabela 1- Distribuição por gênero, pontos e faixas do Inventário de Ansiedade Traço de Spielberger (IDATE-T) entre estudantes de Terapia Ocupacional (n=82).

Faixas IDATE-T*	Gênero			Total
	Feminino	Masculino	Não Binário	
Baixa	1 (1%)	—	—	1
Média	37 (51%)	5 (7%)	—	42
Alta	26 (35%)	2 (3%)	2 (3%)	30
Total	64 (88%)	7 (9%)	2 (3%)	73 (100%)
Média de pontos IDATE-T (±dp)	48,25±6,06	48,28±3,61	56±1,41	48,46±5,92

DP: Desvio padrão; Idate-T: Inventário de Ansiedade Traço-Estado; Fonte: Autores.

O maior valor para o A-traço média (33 a 49 pontos) do Idate-T é visto no quarto ano (23%), e o A-traço alta (mais de 49 pontos) do Idate-T no terceiro ano (14 %) (figura 6). Entretanto, foi evidenciado que quando colocamos em foco a pontuação individual para A-traço alta se refere a um dos participantes do segundo ano, alcançando a pontuação de 60 pontos. Enquanto que para a faixa de menos de 33 pontos (A-traço baixa) pertence ao quarto ano, atingindo a pontuação de 32 pontos, que significa a única pontuação para a categoria de A-traço baixa (menos de 33 pontos).

4. Discussão

Múltiplos aspectos ansiogênicos perpassam a vida dos acadêmicos, como a angústia quanto à perspectiva de futuro e horas desordenadas de sono entre outros vários fatores. Para alguns autores, indicação de ansiedade baixa, em proporções fisiológicas e não patológicas, pode colaborar no processo de obtenção do conhecimento, entretanto quando se trata de indicação moderada e alta de ansiedade atrapalham nesse processo trazendo prejuízos biopsicossociais (Dehghan-Nayeri; Melincavage, 2011).

As indicações de traços de ansiedade encontrados na análise foram análogas a outros estudos acerca da ansiedade em universitários (Baldassin, 2006; Ferreira et. al., 2009; Lantyer et al. 2016; Hetem & Graeff, 2012) onde os acadêmicos com indicação de moderado e alto níveis de ansiedade representaram mais de ¼ do público.

Em relação ao gênero, na análise do público do estudo, as mulheres demonstram ter dados significativamente maiores de indicação de traços de ansiedade em relação a comparativos com homens, independentemente do ano cursado. Essa dessemelhança entre gêneros é um fenômeno relativamente bem estabelecido e tem sido relatado de forma consistente em vários outros estudos (Fioravanti, 2006; Santos, 2009)

Gama (2008) ainda traz uma indagação que é possível que essa maior predisposição esteja associada ao fato de que mulheres apresentem naturalmente um traço mais ansioso que os homens, sobretudo em determinados períodos do desenvolvimento (como a puberdade) ou do ciclo hormonal feminino (período pré-menstrual), durante os quais as concentrações de estrogênio e de progesterona encontram-se mais baixas ou apresentam-se mais variáveis (Hetem & Graeff, 2012).

Partindo do pressuposto da relação entre o gênero e as faixas de traços de ansiedade, pode se encontrar média de $48,25 \pm 6,0$ (Tabela 1) entre as mulheres e de $48,28 \pm 3,6$ pontos (tabela 1) entre os homens, quando realizamos um comparativo com outros estudos que tratam sobre os índices de ansiedade por gênero. Podemos averiguar que os números apresentados são maiores que os ponderados em estudantes de medicina no decorrer do andamento do estudo Baldassin (2006), no qual se encontram médias para mulheres de $45,9 \pm 5,0$ pontos e para homens $44,1 \pm 4,5$ pontos.

Quando defrontamos também com Biaggio (1977), durante a validação e tradução do inventário conseguimos perceber médias menores novamente entre os universitários, sendo de $38,64 \pm 9,25$ para 355 homens e de $41,67 \pm 10,14$ para 306 mulheres no Rio de Janeiro, que quando novamente confrontamos com os dados de Fioravanti (2006), de que os universitários correspondem, quando mulheres a $41,8 \pm 0,4$ e homens a $38,0 \pm 0,7$ corroborando com os citados anteriormente, comprovando, assim, que as médias de pontuação dos discentes do curso de Terapia Ocupacional, apresentam acima quando comparamos com outros cursos universitários.

Partindo do pressuposto da Terapia Ocupacional, Souza et al (2021) cita em seu trabalho a importância do profissional no contexto escolar, redirecionando o processo de aprendizado para facilitar as atividades significativas e seu desempenho, buscando formas significativas que ajudem nas dificuldades acadêmicas. Com isso, a Terapia Ocupacional, torna-se presente no contexto escolar e também universitário.

Fazendo comparativo entre universitários de Terapia Ocupacional, Lantyer et al. (2016), nos mostra que as médias são similares aos estudantes universitários participantes deste estudo, mostrando que esse quadro não se altera em outros cursos de Terapia Ocupacional. Através do estudo de Santos (2021), foi possível visualizar que o rendimento dos alunos têm grandes alterações devido ao comportamento de ansiedade, sendo necessário adoção de medidas preventivas e de intervenção permanente no ambiente universitário para o cuidado em saúde mental.

Quando relacionamos o ano cursado e faixas de traços de ansiedade dos estudantes de Terapia Ocupacional, ficaram evidenciados que os índices de traços de ansiedade maiores nos últimos anos de curso, fazendo correlação com a literatura (Baldassin, 2006), obtiveram dados semelhantes nos universitários de medicina dos últimos anos. Através do estudo de Lima et

al (2020), relaciona à família como um fator comumente com a ansiedade desses estudantes, devido a cobranças constantes para ter melhores notas e um currículo com notas superiores, o que ocasiona um processo de dúvidas sobre a formação devido à essas cobranças.

O aumento dos níveis de traços de ansiedade pode ter relação quanto á os estudantes sentem-se sobrecarga com o conteúdo programático oferecido, com o aumento de matérias específicas da graduação, a aproximação do mercado de trabalho e o trabalho de conclusão do curso, o que gera um aumento da sua responsabilidade no último ano do curso, sinalizando situações causadoras de desgaste físico, angústia, medo e insegurança.

Reafirmando assim a urgência de se iniciar projetos e programas de intervenção com esses acadêmicos. Silva (2011) sugere que a construção de estratégias de gerenciamento das situações desgastantes que possam surgir no último ano do curso da graduação, levando a um melhor aproveitamento acadêmico e prepará-los para enfrentar um mercado de trabalho com importantes desafios como futuros profissionais.

5. Considerações Finais

Este trabalho possibilitou entender, que os alunos do curso de Terapia Ocupacional demonstram ter traços de ansiedade médios e altos ao decorrer da graduação, o que pode dificultar a sua formação acadêmica e influenciar na forma da atuação profissional, bem como sua forma de cuidar da própria saúde, além de poder interferir de como lidar com os pacientes. Para se atingir uma compreensão dessa realidade, realizou-se um comparativo entre gênero e entre ano cursado, podendo-se tecer as seguintes considerações sobre os pontos analisados.

A primeira constatação deste estudo possibilitou perceber que estudantes do gênero feminino apresentaram níveis mais elevados do que os estudantes do gênero masculino. Porém é importante salientar que a participação e quantidade do gênero feminino são bem superior ao do gênero masculino, mas sem anular dados constatados no estudo de que vários fatores biológicos e psicológicos podem contribuir para o gênero feminino apresentar percentuais maiores.

Uma segunda constatação muito clara, que a pesquisa proporcionou compreender, que os traços de ansiedade se mostraram crescente com a passagem do ano cursado, dessa forma, quando o acadêmico chega ao último ano do curso, que é composto pelos estágios e trabalho de conclusão do curso, um das mais importantes fases, pois se trata da concretização do aprendizado adquirido durante a graduação, podem favorecer o aumento dos níveis de traços de ansiedade e, conseqüentemente, comprometer a qualidade de vida nesta importante etapa da formação.

Os programas de intervenção para alunos universitários mostram-se de fundamental importância, com propósito de reabilitação para os concluintes, mas prioritariamente preventivo para ingressantes, pois dessa forma, o acadêmico se sentirá prevenido para o processo de adaptação, permanência e desenvolvimento da autonomia e de potencialidades, e quando chegar às fases finais do curso, diminuirá as possibilidades de ter prejuízos à saúde mental dos acadêmicos, mostrando assim que, a prevenção educativa é o melhor método de resolução.

É preciso considerar algumas limitações do estudo. A dificuldade em recrutar os acadêmicos para a pesquisa e a pouca adesão destes ao estudo, não favorecem a generalização dos dados. Não obstante, reitera-se a importância de estratégias e políticas públicas que possibilitem a melhora no rendimento dos alunos durante a graduação e com a integração de todos os setores da universidade, ocorrer de forma efetiva e acontecer trocas para que todos auxiliem na promoção da saúde mental do estudante em todas as dimensões do cuidado.

Os dados produzidos contribuem para ampliar a percepção acerca do assunto, a comunidade científica, aos docentes, aos estudantes universitários e aos gestores da universidade, oferecendo informações específicas sobre os traços de ansiedade em acadêmicos de Terapia Ocupacional.

Consequentemente, o estudo deixa algumas questões a serem estudadas posteriormente, como por exemplo, há divergências de níveis de ansiedade entre os acadêmicos que moram em cidades do interior e em Maceió? Como o período menstrual pode interferir no processo da graduação das universitárias? Quais são os fatores ansiosos que a universidade possui? Os demais alunos da universidade também sofrem de ansiedade? que abrem possibilidades para variados estudos.

Dado este caráter e a falta de estudos sobre o tema, a pesquisa teve como um dos seus propósitos, levantar novas questões, provocando a realização de novos estudos sobre a temática, que trazem à tona novas discussões e assim ampliar a visibilidade ao cuidado da saúde mental do estudante universitário.

Referências

- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-V: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5rd ed.).
- Arruda, M. C. D. C. (2006). A modificação comportamental da ansiedade de universitários em situações de exposições orais. *Monografia*, 9-35.
- Baldassin, S., Martins, L. C., & de Andrade, A. G. (2006). Traços de ansiedade entre estudantes de medicina. *Arquivos médicos do ABC*, 31(1).
- Barcellos, M. T. et al. (2018). *Telessaúde RS/UFRGS*. https://www.ufrgs.br/telessauders/documentos/telecondutas/Telecondutas_Ansiedade_20170331.pdf.
- Braga, SC., Vernaglia, TVC., Mello, R., & Silva, NCM da. (2021). Avaliação da ansiedade em estudantes de enfermagem: revisão integrativa da literatura. *Research, Society and Development*, 10 (12), e354101220547.
- Boaretto, J. P., Silva, M. Z. da, & Martins, E. A. P. (2020). Ansiedade e depressão na universidade: contribuições da Terapia Comunitária Integrativa. *Temas Em Educação E Saúde*, 16(esp.1), 296–310.
- Biaggio, A. M. B., Natalício, L., & Spielberger, C. D. (1977). Desenvolvimento da forma experimental em português do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) de Spielberger. *Arquivos brasileiros de psicologia aplicada*, 29(3), 31-44.
- Silva Lantyer, A., Varanda, C. C., de Souza, F. G., da Costa Padovani, R., & de Barros Viana, M. (2016). Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4-19.
- Dehghan-Nayeri, N., & Adib-Hajbaghery, M. (2011). Effects of progressive relaxation on anxiety and quality of life in female students: a non-randomized controlled trial. *Complementary therapies in medicine*, 19(4), 194-200.
- Ferreira, C. L., Almondes, K. M. D., Braga, L. P., Mata, Á. N. D. S., Lemos, C. A., & Maia, E. M. C. (2009). Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14, 973-981.
- Fioravanti, A. C. M., de Faria Santos, L., Maissonette, S., de Mello Cruz, A. P., & Landeira-Fernandez, J. (2006). Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE. *Avaliação Psicológica*, 5(2), 217-224.
- Gama, M. M. A., Moura, G. S., Araújo, R. F., & Teixeira-Silva, F. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 30, 19-24.
- Garro, I. M. B., Camillo, S. D. O., & Nóbrega, M. D. P. S. D. S. (2006). Depressão em graduandos de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 19, 162-167.
- Martins, J. R., Hora, K. O. B. da, Valadares, GV, Souza, SR de, Araújo, STC de, & Vieira, GCA (2020). Repercussões da faculdade na saúde e no estilo de vida de estudantes de enfermagem: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9 (7), e918974786.
- Melincavage, SM (2011). Experiências de ansiedade de estudantes de enfermagem no ambiente clínico. *Educação de enfermagem hoje*, 31 (8), 785-789.
- Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2012). Transtornos de ansiedade. *Frederico G. Graeff. Luiz Alberto B. Hetem. 2ª Edição. São Paulo. Editora Atheneu.*
- KNECHTEL, Maria do Rosário. Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada. Curitiba: Intersaberes, 2014.
- Santos, J. R. B. dos. (2021). Prevalência de ansiedade em estudantes de Farmácia durante avaliação do desempenho acadêmico de uma Universidade privada de São Paulo, Brasil. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (2), e25610212526.
- Santos, M. D. L. D., & Galdeano, L. E. (2009). Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. *Revista Mineira de Enfermagem*, 13(1), 76-83.
- Silva, ML., Silva, ML., Silva, ACSP da., Freitas, YJF de., Borges, NMP., Cruz, MCA., Mori, AS., Macedo, RM., Garcia, TR., & Arruda, JT (2020). Condições que interferem na qualidade de vida do estudante de Medicina. *Research, Society and Development*, 9 (11), e2469119640.
- Silva, V. L. D. S., Chiquito, N. D. C., Andrade, R. A. P. D. O., Brito, M. D. F. P., & Camelo, S. H. H. (2011). Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. *Rev. enferm. UERJ*, 121-126.
- Souza, M. A. de, Lins, A. E. dos S., Acácio, M. da S., Costa, L. F., & Ary, M. L. M. R. B. (2021). Fatores associados ao comportamento autolesivo de adolescentes assistidos por um Centro de Atenção Psicossocial do Nordeste. *Research, Society and Development*, 10(11), e518101119744.