

Percepção da qualidade de vida e frequência de sintomas de ansiedade em acadêmicos de Fisioterapia

Perception of quality of life and frequency of anxiety symptoms in Physiotherapy students

Percepción de la calidad de vida y prevalencia de síntomas de ansiedad en estudiantes de Fisioterapia

Recebido: 14/04/2021 | Revisado: 06/05/2020 | Aceito: 30/05/2021 | Publicado: 16/06/2021

Antônio Lucas Farias da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8010-1714>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: lucas1992farias@gmail.com

Geísa de Moraes Santana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8008-888X>

Universidade Estadual do Piauí, Brasil

E-mail: geisasantana97@gmail.com

Alanna Kelliny Sousa Barros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2006-6627>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: alannakellyne@hotmail.com

Antonio Edson Farias de Almeida

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5567-3371>

Centro Universitário Inta – UNINTA, Brasil

E-mail: edsonalmeida752@gmail.com

Bárbara Leite da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3389-1893>

Universidade Estadual do Piau, Brasil

E-mail: babiileiteslv@gmail.com

Eulália Luana Rodrigues da Silva

ORDID: <https://orcid.org/0000-0002-9605-2037>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: eulalialuana011@hotmail.com

Jeicyanne Holanda de Vasconcelos

ORDID: <https://orcid.org/0002-7079-6767>

Universidade Federal do Pará, Brasil

E-mail: jeicyvasconcelos7@gmail.com

José de Ribamar Gomes da Silva Júnior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2854-8217>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: ribamar.jr19@outlook.com

Laércio Bruno Ferreira Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6625-1967>

Universidade Estadual do Piauí, Brasil

E-mail: laercom42@gmail.com

Leonardo César Soares Maia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7341-5758>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: Leo.583@hotmail.com

Lucília da Costa Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9386-5684>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: luciliafisio@outlook.com

Marcos Paulo Sousa Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6585-8580>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: marcospaulo163018@gmail.com

Marcos Vitor Sousa Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9901-4132>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: marcos-vitor@hotmail.com

Maria Clara Falcão Barrinha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3928-6523>

Universidade Estadual do Piauí, Brasil

E-mail: cfbarrinha@gmail.com

Nágila Silva Alves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1618-8111>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: nglarraial@gmail.com

Valéria Alves da Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4667-5153>

Centro Universitário UniFacid, Brasil

E-mail: valeriarocha_10@hotmail.com

Resumo

O presente estudo teve como objetivo avaliar a percepção da qualidade de vida e prevalência de sintomas de ansiedade em acadêmicos de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior. Trata-se de uma pesquisa clínica, transversal, de caráter quantitativo. O estudo foi desenvolvido em uma instituição de ensino superior privada de Teresina, Piauí, a coleta de dados foi realizada durante os meses de agosto a outubro de 2020, tendo como critérios de inclusão acadêmicos do curso de Fisioterapia devidamente matriculados na instituição e maiores de 18 anos. A amostra foi composta por 84 acadêmicos do curso de Fisioterapia, destes 71,4% são do sexo feminino e 28,6% do sexo masculino, com a média de idade de 22 anos \pm 3,6 anos. Ao analisar a qualidade de vida pelo WHOQOL-BREF, observa-se que nas médias apresentadas, os resultados se mostram negativos e indicam que esses acadêmicos não têm boa qualidade de vida, principalmente no que se refere ao meio ambiente, que está relacionado a segurança física e proteção, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais, oportunidades de recreação/lazer, o que pode acarretar inúmeros prejuízos como, estresse e frustrações na vida acadêmica. Em relação aos sintomas de ansiedade analisados pelo o Inventário de Ansiedade de Beck, constatou-se que 82 acadêmicos possuem sintomas de ansiedade, com prevalência de 97,6%, e a maioria (50%) apresentam sintomas leves. Diante dos resultados conclui-se que os acadêmicos de Fisioterapia possuem percepção ruim da qualidade de vida, como também há uma alta prevalência de sintomas mínimos e leves de ansiedade nesses acadêmicos.

Palavras-Chave: Qualidade de vida; Ansiedade; Estudantes; Fisioterapia; Educação Superior.

Abstract

The present study aimed to assess the perception of quality of life and prevalence of anxiety symptoms in Physiotherapy students at a Higher Education Institution. This is a clinical, cross-sectional, quantitative study. The study was carried out in a private higher education institution in Teresina, Piauí, the data collection was carried out from August to October 2020, with the inclusion criteria for students of the Physiotherapy course duly enrolled in the institution and older than 18 years old. The sample consisted of 84 physiotherapy students, of whom 71.4% are female and 28.6% are male, with a mean age of 22 years \pm 3.6 years. When analyzing the quality of life by WHOQOL-BREF, it is observed that in the averages presented, the results are negative and indicate that these academics do not have a good quality of life, especially with regard to the environment, which is related to safety physical and protection, financial resources, health and social care, opportunities for recreation / leisure, which can cause numerous losses such as stress and frustrations in academic life. Regarding the anxiety symptoms analyzed by the Beck Anxiety Inventory, it was found that 82 students have symptoms of anxiety, with a prevalence of 97.6%, and the majority (50%) have mild symptoms. In view of the results, it can be concluded that Physiotherapy students have poor perception of quality of life, as there is also a high prevalence of minimal and mild symptoms of anxiety in these students.

Keywords: Quality of Life; Anxiety; Students; Physical Therapy Specialty; Education, Higher.

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar la percepción de calidad de vida y prevalencia de síntomas de ansiedad en estudiantes de Fisioterapia de una Institución de Educación Superior. Se trata de un estudio clínico, transversal y cuantitativo. El estudio se desarrolló en una institución privada de educación superior en Teresina, Piauí, la recolección de datos se realizó de agosto a octubre de 2020, teniendo como criterio de inclusión a los estudiantes del curso de Fisioterapia debidamente matriculados en la

institución y mayores de 18 años. La muestra estuvo formada por 84 estudiantes de fisioterapia, de los cuales el 71,4% son mujeres y el 28,6% hombres, con una edad media de 22 años \pm 3,6 años. Al analizar la calidad de vida mediante el WHOQOL-BREF, se observa que en los promedios presentados, los resultados son negativos e indican que estos estudiantes no tienen una buena calidad de vida, especialmente en lo que respecta al medio ambiente, lo cual se relaciona con seguridad física y protección, recursos económicos, asistencia sanitaria y social, oportunidades de recreación / esparcimiento, que pueden causar innumerables pérdidas, como estrés y frustraciones en la vida académica. En cuanto a los síntomas de ansiedad analizados por el Inventario de Ansiedad de Beck, se encontró que 82 estudiantes presentan síntomas de ansiedad, con una prevalencia del 97,6%, y la mayoría (50%) presenta síntomas leves. Con base en los resultados, se concluye que los estudiantes de Fisioterapia tienen una mala percepción de la calidad de vida, así como una alta prevalencia de síntomas de ansiedad mínima y leve en estos estudiantes.

Palabras clave: Calidad de Vida; Ansiedad; Estudiantes; Fisioterapia; Educación Superior.

Introdução

Ao ingressar no ensino superior, o acadêmico passa por um momento de mudanças, expectativas e dificuldades. Esse período é marcado por inúmeros desafios, que exigem modificações no dia a dia, permitindo-lhe novas experiências e sentimentos, o que irá influenciar sua percepção sobre a sua qualidade de vida e do seu bem-estar (LANTYER *et al.*, 2016; DAMASCENO *et al.*, 2015). Muitas vezes, o estudante pode encontrar dificuldades para se adaptar a esse novo ambiente em virtude das demandas relacionadas ao curso e à instituição, às relações interpessoais e às questões emocionais, como o estresse e ansiedade (OLIVEIRA; MORAIS; 2015, OLIVEIRA; DIAS, 2014).

A qualidade de vida está relacionada à saúde e é caracterizada principalmente pelo bem-estar físico, psicológico e social, percepções positivas sobre si mesmo e métodos de enfrentamento de doenças e adversidades (DURAN; GARCÍA; PRIETO, 2017). Como também, se baseia na percepção do indivíduo em relação a sua vida de

acordo com sua cultura, seus valores, objetivos, padrões de vida, condições físicas e ambientais, relacionamentos e aspectos religiosos e espirituais (NETTO *et al.*, 2012).

Diante destes fatores, a saúde dos acadêmicos e conseqüentemente sua qualidade de vida se tornam mais vulneráveis, principalmente a sua saúde mental (SILVA & COSTA, 2015). Conforme o estudo de Fiorotti *et al.* (2010), cerca de 12% a 18% dos acadêmicos apresentam algum transtorno mental, sendo o primeiro episódio psiquiátrico ao longo da graduação.

De acordo, com Silva e Cavalcante (2014), os acadêmicos brasileiros, principalmente os da área da saúde apresentam uma variação de 18,5% a 44,9% de Transtornos Mentais Comuns, como estados mistos de depressão e ansiedade, caracterizados pela presença de sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas. Estes mesmo não sendo considerados como transtornos psiquiátricos, afetam diretamente e negativamente a vida dos acadêmicos (GRANER; CERQUEIRA, 2019).

A ansiedade, considerada também um transtorno mental comum, consiste em uma resposta fisiológica do ser humano ao meio em que está inserido e às situações que vivencia, no entanto, pode se tornar patológica, caracterizando-se por inquietação, dificuldade de concentração, distúrbios do sono, fadiga, tremores, entre outros. Assim, causando prejuízo na vida cotidiana, como evasão escolar, abandono de emprego e abuso de substâncias (CHAVES *et al.*, 2015; HOVENS *et al.*, 2012).

Sabendo que o ensino superior expandiu, segundo o Censo da Educação Superior 2019 entre 2018 e 2019, o ensino superior nacional passou a contar com 152 mil alunos a mais. Desde 2009, o total de matrículas na educação superior subiu 43,7%, assim aumentando as demandas e a necessidade de desenvolver integralmente o estudante, o bem-estar subjetivo e a qualidade de vida são importantes fatores a serem avaliados. Eles partem da premissa de que a rotina e o comportamento dos universitários impactam na sua saúde, reforçando a responsabilidade individual e institucional (SILVA; HELENO, 2012).

A pesquisa tem como pergunta de investigação, qual a percepção dos acadêmicos de Fisioterapia em relação a sua qualidade de vida e a frequência de sintomas de ansiedade entre os mesmos? Logo, esse estudo se justifica para que se conheça o perfil dos acadêmicos de Fisioterapia, segundo as variáveis estudadas e que

sejam implementadas ações que visem a prevenção e promoção da saúde desses acadêmicos. Pois, a atenção à saúde do acadêmico, principalmente a saúde mental deve envolver os gestores, docentes e acadêmicos. Este estudo tem como objetivo geral avaliar a percepção da qualidade de vida e frequência de sintomas de ansiedade em acadêmicos de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior. Tendo também como objetivos específicos, correlacionar a qualidade de vida com os sintomas de ansiedade dos acadêmicos de Fisioterapia, e delinear o perfil sociodemográfico dos acadêmicos analisados.

Metodologia

Este estudo trata-se de uma pesquisa clínica, transversal, com abordagem quantitativa. E foi desenvolvido em uma instituição de ensino superior privada de Teresina, Piauí – Brasil. A coleta de dados ocorreu por meio de questionários online, nos meses de agosto a outubro de 2020.

Foram adotados como critérios de inclusão: Acadêmicos do curso de Fisioterapia, de todos os períodos, devidamente matriculados na instituição e maiores de 18 anos. E como critério de exclusão: Acadêmicos que não responderam os questionários de forma completa e acadêmicos que fazem o uso de medicamentos ansiolíticos, pois o uso do medicamento altera a percepção dos sintomas. A amostra foi constituída por 92 acadêmicos, porém 6 participantes foram excluídos por usarem alguma medicação ansiolítica e 2 não responderam a pesquisa de forma completa, assim a amostra final foi de 84 alunos.

Primeiramente o trabalho foi analisado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade Integral Diferencial UniFacid|Wyden, tendo como número de aprovação 4.186.592. Assim, os participantes foram convidados pelo Whatsapp para participar da pesquisa, após o aceite foram esclarecidos os objetivos do projeto, e procedimentos a serem seguidos.

Posteriormente foi solicitado a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Foram aplicados o questionário estruturado Whoqol Bref, versão portuguesa, que é composto por 26 questões, duas delas são gerais relativas à qualidade de vida, que são calculadas em conjunto para gerar um único escore independente dos

demais domínios, denominado de Índice Geral de Qualidade de Vida (IGQV). As outras 24 questões são divididas em quatro domínios da qualidade de vida: capacidade física, bem-estar psicológico, relações sociais e meio-ambiente onde o indivíduo está inserido.

Para avaliar a presença de sintomas de ansiedade, foi utilizado o Inventário de Ansiedade de Beck, que lista 21 itens relacionados aos principais sintomas cognitivos, afetivos e fisiológicos de ansiedade e mensura sua intensidade. E também foi aplicado um questionário sociodemográfico elaborado pelos pesquisadores, que inclui questões sobre o período, horas de estudo, sono, uso de medicações e etc.

Os dados foram organizados em uma planilha do Excel 2013 e analisados pelo software estatístico Bioestat 5.3, foram utilizados os testes de correlação de spearman e teste t, considerado o nível de significância de ($p \leq 0,05$) para todas as análises.

Resultados

A amostra foi composta por 84 acadêmicos do curso de Fisioterapia, deste 71,4% são do sexo feminino e 28,6% do sexo masculino, com a média de idade de 22 anos \pm 3,6 anos. O estudo evidenciou maior frequência de estudantes do sexo feminino, achados que são condizentes ao estudo de Guimarães, Batista e Santos (2017), sobre estilo de vida e fatores associado entre estudantes universitários, no qual a predominância foi de 66,2% do sexo feminino. Os autores relataram, ainda, que esse achado pode estar associado ao fato de as mulheres representarem maioria na sociedade brasileira. A tabela 01 apresenta a caracterização dos acadêmicos, segundo as variáveis sociodemográficas.

Tabela 01 - Caracterização da amostra estudada segundo variáveis sociodemográficas (N=84). Teresina-PI, 2020.

Variável	Participantes (N)	Porcentagem (%)
Gênero		
Feminino	60	71,4
Masculino	24	28,6
Faixa etária		

> 30 anos	4	4,8
25 – 30 anos	72	85,7
18 – 24 anos	8	9,5
Cor/Raça		
Preto	9	10,7
Pardo	58	69
Branco	17	20,3
Estado Civil		
Solteiro	76	90,5
Casado	8	9,5
Renda Familiar		
Até 01 salário	24	28,6
2 – 4 salários	48	57,2
5 – 8 salários	6	7,1
> 8 salários	6	7,1
Trabalha		
Sim	24	28,6
Não	60	71,4
Tempo de sono		
≥ 7 horas	35	41,7
< 7 horas	49	58,3
Tempo de estudo (diário)		
≥ 5 horas	12	14,3
< 5 horas	72	85,7

Fonte: Elaboração dos autores.

Com relação ao quesito idade, são considerados adultos jovens, fato que configura um sinal de alerta, porque nesta fase do desenvolvimento humano os indivíduos estão mais vulneráveis, tendo em vista a vivência de desafios, crises e recompensas. Por esse motivo, deve-se priorizar o tema da qualidade de vida desses jovens (BOTTI *et al.*, 2009).

A média de estudo diário desses acadêmicos é de 2,8 horas e de sono é de 6,7 horas, esse valor é inferior ao recomendado pela National Sleep Foundation, que sugere que a média de sono de adultos jovens e adultos seja entre 7 a 9 horas, dessa forma, considerou-se duração insuficiente o sono de 24 horas inferior a 7 horas/dia para adultos de 18-64 anos, devido as inúmeras repercussões no corpo humano (HIRSHKOWITZ *et al.*, 2015).

Essa média de sono foi similar aos resultados encontrados em outro estudo também desenvolvidos com universitários brasileiros da área da saúde. Senger, Rocha e Morsch (2019), realizaram um estudo com estudantes da área da saúde e de exatas e constatou que, 10,64% utilizam algum tipo de medicamento para dormir, 15,32% se diz insatisfeito com o seu padrão de sono, 22,55% se sente preocupado/angustiado com o sono, 80,85% apresentou algum tipo de insônia e que a quantidade de horas diárias de sono dos estudantes da saúde é menor que 7 horas.

A qualidade de vida dos estudantes envolve a percepção de satisfação e felicidade por parte destes, considerando os múltiplos domínios de vida sob a ótica de fatores psicossociais e contextuais (CIESLAK *et al.*, 2011). A tabela 02 apresenta os resultados dos domínios do questionário WHOQOL-BREF dos acadêmicos de Fisioterapia. É possível observar que o domínio físico obteve a maior média, 14,67 (DP=2,21), seguido por relações sociais 14,48 (DP=2,83), psicológico 14,06 (DP=2,34) e por último o domínio meio ambiente, que apresentou a menor média 13,57 (DP=2,01), o índice geral obtido foi de 14,95 (DP = 2,43).

Tabela 02: Escores médios e seus respectivos desvios padrão dos domínios do WHOQOL-Bref e do índice geral aplicado nos estudantes de Fisioterapia (N=84). Teresina-PI, 2020.

DOMÍNIO	MÉDIA*	DESVIO PADRÃO
---------	--------	---------------

Físico	14.67	2.21
Psicológico	14.06	2.34
Relações Sociais	14.48	2.83
Meio Ambiente	13.57	2.01
Auto-avaliação da QV	14.95	2.43

***Valor baseado em uma escala de 4 a 20.**

Fonte: Elaboração dos autores.

Segundo Silva e Heleno (2012), quanto ao índice geral do WHOQOL-Bref e os escores dos domínios, não existe na literatura científica um ponto de corte que indique quais valores representam uma boa ou má percepção da qualidade de vida. Corroborando com o mesmo estudo, observa-se que nas médias apresentadas os resultados se mostram negativos e indicam que esses estudantes pendulares não estão tendo uma boa qualidade de vida, principalmente no que se refere ao meio ambiente.

O domínio do meio ambiente está relacionado a alguns fatores, como segurança física e proteção, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais, disponibilidade e qualidade, e oportunidades de recreação/lazer, ambiente físico: (poluição/ruído/trânsito/clima) e transporte. Assim, corroborando com o estudo de Gonçalves *et al.* (2014), que analisaram a qualidade de vida de 101 estudantes de Fisioterapia e constataram que a menor pontuação está no domínio meio ambiente e que faz-se necessário a adoção imediata de práticas preventivas e medidas de acompanhamento dos estudantes ingressantes, no sentido de minimizar os baixos índices do nível de QV e garantir um ambiente acadêmico menos desgastante e mais produtivo.

Corroborando também com o estudo de Carleto *et al.* (2019), que avaliaram 253 estudantes de cursos da área da saúde e conclui que quanto aos domínios de QV, os melhores escores foram obtidos nos domínios Físico e Relações Sociais, e os domínios Psicológico e Meio Ambiente apresentaram escores inferiores.

O gráfico 01 mostra a distribuição do percentual de respostas do questionário de qualidade de vida WHOQOL-bref entre os estudantes. Em relação a primeira pergunta,

que avalia a autopercepção sobre a qualidade de vida, constatou-se que 56% dos participantes avaliam como Boa, 22,6% como Nem Ruim e Nem Boa, 19% como Muito Boa e 2,4% como ruim.

Gráfico 01: Porcentagem das facetas do WHOQOL-Bref e auto-avaliação da qualidade de vida dos estudantes de Fisioterapia (N=84). Teresina-PI, 2020.



Fonte: Elaboração dos autores.

Santos *et al.* (2014), demonstraram resultados compatíveis com a presente pesquisa, pois, ao analisar a qualidade de vida de estudantes universitários de todas as áreas de formação de faculdade e universidade, obtiveram resultados semelhantes à presente pesquisa, com a maioria estudantes avaliando a qualidade de vida como boa.

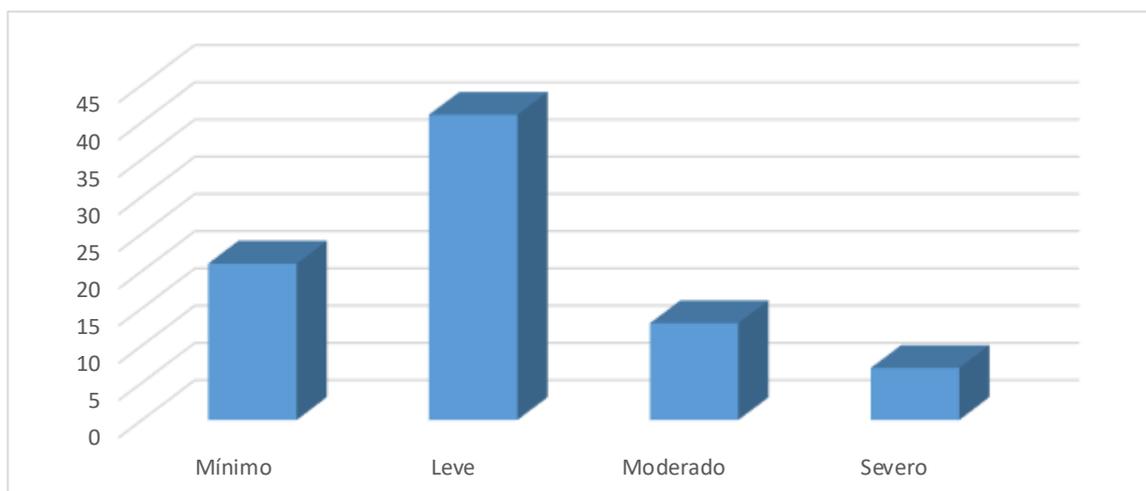
Ao contrário do estudo de Silva *et al.* (2019), que ao avaliar a qualidade de vida de 100 estudantes de Fisioterapia, concluiu que o domínio do estado geral de saúde desses participantes apresentou – se não satisfatório, com o valor bem abaixo da média preconizada para o domínio, sendo observado que esses estudantes se encontram prejudicados no tocante a saúde. Porém, apesar dos participantes classificarem sua qualidade de vida como boa, ao analisar as facetas e domínios, percebe-se uma baixa

pontuação, principalmente nos quesitos, pensar, aprender, memórias e concentração, recursos financeiros e recreação e lazer.

O domínio físico teve melhor resultado, com a média de 14,67, esse domínio está relacionado a mobilidade, dependência de medicamentos, dor e desconforto, capacidade de trabalho, diferindo do estudo de Gonçalves *et al.* (2014), que ao analisar 101 acadêmicos de Fisioterapia, constatou-se que eles apresentaram piores escores em relação ao Físico. Tal resultado pode estar relacionado ao fato que os estudantes de fisioterapia possuem um bom desempenho com relação ao vigor físico. Esse achado condiz com o estudo de Artigas *et al.* (2017) sobre percepção da qualidade de vida em universitários, pois evidenciaram que a maioria dos universitários, apresentara, uma percepção positiva em relação a sua saúde física.

Em relação aos sintomas de ansiedade analisados pelo o Inventário de Ansiedade de Beck, constatou – se quem 97,6% dos estudantes possuem sintomas de ansiedade, e a maioria (50%) apresentam sintomas leves (gráfico 02).

Gráfico 02 - Gravidade dos sintomas de ansiedade analisada pelo Inventário de Ansiedade de Beck nos estudantes de Fisioterapia (N=84). Teresina-PI, 2020.



Fonte: Elaboração dos autores.

Ao correlacionar a qualidade de vida com os sintomas de ansiedade, constatou-se que há uma correlação moderada e inversa ($r_s = -0,055$), ou seja, quanto mais

sintomas de ansiedade, menor é a qualidade de vida e essa correlação é significativa com o $p < 0,0001$.

Níveis de ansiedade leves são considerados importantes e favorecem o desempenho acadêmico. No entanto, níveis de ansiedade muito elevados estão relacionados a um prejuízo cognitivo, interferindo negativamente na atenção, memória e concentração, resultando na diminuição do desempenho dos estudantes (MARCHI *et al.*, 2013).

Assim, diferindo do estudo de Chaves *et al.* (2015), que ao analisarem os níveis de ansiedade de estudantes da saúde, perceberam que a maioria dos participantes possuíam um nível médio de ansiedade, seguido pelo nível alto. Ao analisar os sintomas de ansiedade, percebeu-se que os mais relatados são: Nervosismo, incapacidade de relaxar, palpitação e medo que aconteça o pior (Tabela 03).

Tabela 03: Distribuição dos acadêmicos de Fisioterapia quanto ao nível de ansiedade analisada pelo Inventário de Ansiedade de Beck (N=84). Teresina-PI, 2020.

Item	Absolutamente		Levemente		Moderadamente		Gravemente	
	Não		N	%	N	%	N	%
	N	%						
Dormência ou formigamento	51	60,7	26	31	7	8,3	0	-
Sensação de calor	34	40,5	23	27,4	25	29,8	2	2,3
Tremores nas pernas	55	65,5	22	26,2	6	7,1	1	1,2
Incapaz de relaxar	36	42,8	30	35,7	15	17,9	3	3,6
Medo que aconteça o pior	32	38,1	27	32,1	20	23,8	5	6
Atordoado ou tonto	53	63,1	18	21,4	13	15,5	0	-
Palpitação/aceleração no coração	34	40,5	28	33,3	21	25	1	1,2
Sem equilíbrio	61	72,6	21	25	2	2,4	0	-
Aterrorizado	62	73,8	12	14,3	9	10,7	1	1,2
Nervoso	24	28,6	33	39,3	20	23,8	7	8,3
Sensação de sufocação	48	57,2	17	20,2	16	19	3	3,6

Tremores nas mãos	47	56	28	33,3	9	10,7	0	-
Trêmulo	56	66,7	21	25	7	8,3	0	-
Medo de perder o controle	51	60,7	16	19	14	16,7	3	3,6
Dificuldade de respirar	52	61,9	19	22,6	12	14,3	1	1,2
Medo de morrer	53	63,1	20	23,8	9	10,7	2	2,4
Assustado	49	58,3	19	22,7	15	17,8	1	1,2
Indigestão/desconforto no abdômen	47	56	17	20,3	15	17,8	5	5,9
Sensação de desmaio	71	84,6	6	7,1	7	8,3	0	-
Rosto afogueado	71	84,6	9	10,7	4	4,8	0	-
Suor	57	67,9	15	17,8	11	13,1	1	1,2

Fonte: Elaboração dos autores.

Esses dados diferem do estudo de Fernandes *et. al* (2018), pois, ao aplicarem o Inventário de Ansiedade de Beck em 205 acadêmicos de enfermagem, constatou-se que uma parte expressiva (30,2%,) possuem sintomas de ansiedade e que os mais evidenciados foram: nervosismo (80, 39,2%), sensação de estar assustado (73, 35,6%) e indigestão ou desconforto abdominal (73, 35,6%), todos eles em níveis leves, enquanto no nível moderado o nervosismo (60, 29,4%) e o medo de que aconteça o pior (59, 29,1%) foram mais frequentes.

De acordo com Moura *et al.* (2019), a prevalência dos sintomas de ansiedade em estudantes de ciências da saúde foi bastante expressiva, corroborando com os dados desse estudo, em relação aos sintomas, o nervosismo, a preocupação e fadiga são os sintomas mais presentes. Como também destaca a importância de reconhecer os sintomas para que se possa dar a devida atenção e que adote as melhores estratégias para criar um ambiente universitário saudável.

Considerações Finais

O estudo verificou que os acadêmicos de Fisioterapia apresentam uma percepção ruim em relação a sua qualidade de vida, com baixas médias nos domínios da qualidade de vida, principalmente em relação ao meio ambiente, que está relacionado aos

momentos de lazer e cuidados com a saúde dos acadêmicos, o que pode acarretar inúmeros prejuízos durante a sua vida acadêmica.

Como também, pode-se concluir que há alta prevalência de sintomas de ansiedade nos acadêmicos, mesmo que mínimos ou leves. Considerando esse fato, faz-se necessário a busca de estratégias que permitam o desenvolvimento do autoconhecimento, do enfrentamento das dificuldades, fortalecimento individual desses estudantes. Portanto, espera-se que esse estudo motive a realização de outras pesquisas, pois o conhecimento sobre a qualidade de vida e sintomas de ansiedade permitem detectar precocemente as dificuldades vivenciadas pelos acadêmicos e prevenir que tais condições se agravem. Existe o viés de ter excluído estudantes que faziam uso de ansiolítico o que pode ter contribuído para o achado da gravidade mais leve dos casos de ansiedade.

Referências

ARIÑO; BARDAGI. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia em pesquisa**, Juiz de Fora, v.12, n.3,set./dez. 2018.

ARTIGAS et al. Percepção Da Qualidade De Vida Em Universitários: Comparação Entre Períodos De Graduação. **Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 21, n. 2, p. 85-91, maio/ago. 2017.

BECK et al. An inventory for measuring clinical anxiety. Psychometric properties. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, v. 56, p. 893-897, 1998.

BOTTI, COTTA, CELIO, RODRIGUES, ARAUJO. Avaliação da qualidade de vida de estudantes de Enfermagem segundo o WHOQOL-BREF. **Rev Enferm UFPE**, v. 3, n. 1, p. 11 -17, 2009.

BRASIL. **Censo da educação superior mostra aumento de matrículas no ensino a distância**. Governo do Brasil, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/educacao-e-pesquisa/2020/10/censo-da-educacao-superior-mostra-aumento-de-matriculas-no-ensino-a-distancia>. Acesso em: 30 de Maio de 2021.

CARLETO. et al. Saúde e qualidade de vida de universitários da área da saúde **REFACS (online)**, v. 7, n.1, p. 53-63, 2019.

CHAVES et al. Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. **Rev Bras Enferm**, v. 68, n. 3, p. 444-449, 2015.

CIESLAK et al. Comparativo da qualidade de vida de acadêmicos de Educação Física de Campinas-SP e Ponta Grossa- -PR. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, v. 3, n.1, p. 53-77, 2011.

DAMASCENO et al. **Fatores associados à qualidade de vida em estudantes universitários**. In: 67º Reunião Anual da SBPC; jul-2015; São Carlos. São Carlos, SP: SBPC; 2015.

DURÁN;GARCÍA;PRIETO.**Influencia de la Calidad de Vida en el rendimiento del estudiante universitario**. En libro Calidad de vida, Inclusión Social y Bienestar Humano. Caracas: Fondo Editorial UNERMB, 2017.

FERNANDES et al . Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília , v. 71, supl. 5, p. 2169-2175, 2018 .

FIOROTTI et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010.

FLECK et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Rev. Saúde Pública**, n. 34, n. 2, 2000.

GONÇALVES et al. Análise da qualidade de vida dos discentes do curso de graduação em Fisioterapia da Universidade Estadual do Piauí, através do WHOQOL-BREF. **Fisioterapia Brasil**, v. 15, n.1, 2014.

GRANER; CERQUEIRA. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciênc. saúde coletiva**, v.24, n.4, 2019.

GUIMARÃES.; BATISTA.; SANTOS. Estilo de vida e fatores associados entre estudantes universitários. **Rev enferm UFPE on line**, v.11, p.3228-35, 2017. Suplemento 8.

HIRSCHKOWITZ et al. The National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. **Sleep Health**, v. 1, p. 40-43, 2015.

HOVENS et al. Impact of childhood life events and trauma on the course of depressive and anxiety disorders. **Acta psychiatrica scandinavica**. v. 126, n. 3, p; 198-207, 2012.

LANTYER et al. Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v.18, n. 2, p. 4-19, 2016.

MARCHI et al. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de

uma universidade pública. Revista Eletrônica de Enfermagem. **Ribeirão Preto**, v. 15, n.3, p.729-737,2013.

MOURA et al. **Ansiedade Em Acadêmicos Dos Cursos Da Área Da Saúde De Uma Universidade Privada**. Acesso em: 26 nov. 2020. Disponível em: https://www.univale.br/wp-content/uploads/2019/12/ENFER.-2019_2-ANSIEDADE-EM-ACAD%C3%80MICOS-DOS-CURSOS-DA-%C3%81REA-DASA%C3%90ADE-DE-UMA-UNIVERSIDADE-PRIVADA...-JULIANA.-KRISTYANNE.LET%C3%80CIA.-MILA.pdf

NETTO et al. Nível De Atividade Física E Qualidade De Vida De Estudantes Universitários Da Área De Saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v.10, n.34, p.47-54, 2012.

OLIVEIRA., DIAS. Dificuldades na Trajetória Universitária e Rede de Apoio de Calouros e Formandos. **Psico**, v. 45, n.2), p. 187-197, 2014.

OLIVEIRA; MORAIS. Vivências acadêmicas e adaptação de estudantes de uma universidade pública federal do Estado do Paraná. **R. Educ. Públ.** v.27, n. 57, p. 547-568, 2015.

SANTOS, et al. Qualidade De Vida E Alimentação De Estudantes Universitários Que Moram Na Região Central De São Paulo Sem A Presença Dos Pais Ou Responsáveis. **Rev. Simbio-Logias**, v.7, n. 10, Dez/2014.

SENGER, ROCHA E MORSCH. X SALÃO DE ENSINO E EXTENSÃO, 10., 2019, Santa Cruz do Sul. Anais do X Salão de Ensino e Extensão [...]. Santa Cruz do Sul: Salão de Ensino e de Extensão, 2019. 69 p. Disponível em: https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/salao_ensino_extensao. Acesso em: 25 NOV. 2020.

SILVA et al. Qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos do curso de fisioterapia **Rev. Bra. Edu. Saúde**, v. 9, n.4, p. 10-17, out-dez, 2019.

SILVA; CAVALCANTE. Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. **Motricidade**, v. 10, n. 01, p. 49-59, 2014.

SILVA & COSTA. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes universitários da área da saúde. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 15, n.23, 105- 112, 2015.

SILVA; HELENO. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 4, n. 1, p. 69-76, 2012.