

**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DE ITUVERAVA  
FACULDADE DR. FRANCISCO MAEDA**

**Cassia de Campos Batista**

**FATORES, SINAIS E SINTOMAS RELACIONADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO  
EM DISCENTES DE ENFERMAGEM**

**ITUVERAVA  
2024**

**CASSIA DE CAMPOS BATISTA**

**FATORES, SINAIS E SINTOMAS RELACIONADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO  
EM DISCENTES DE ENFERMAGEM**

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
à Faculdade Dr. Francisco Maeda. Fundação  
Educativa de Ituverava, para obtenção do  
título de Bacharel em Enfermagem.**

**Orientador (a): Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Gabriela Carrion  
Degrande Moreira**

**ITUVERAVA  
2024**

**CASSIA DE CAMPOS BATISTA**

**FATORES, SINAIS E SINTOMAS RELACIONADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO  
EM DISCENTES DE ENFERMAGEM**

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
à Faculdade Dr. Francisco Maeda. Fundação  
Educação de Ituverava, para obtenção do  
título de Bacharel em Enfermagem.**

**Ituverava, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_.**

**Orientador(a): \_\_\_\_\_  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Gabriela Carrion Degrande Moreira**

**Examinador(a): \_\_\_\_\_  
Digite o nome do Examinador**

**Examinador(a): \_\_\_\_\_  
Digite o nome do Examinador**

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho primeiramente a Deus e a Nossa Senhora por terem me sustentado até aqui.

Dedico à minha família, pelo apoio incondicional e pelas palavras de encorajamento nos momentos mais desafiadores. Em especial, eu o dedico a minha filha Sofia de Campos Batista Borges, por ter me dado forças para continuar e concluir esta etapa tão importante, a minha mãe Patrícia Aparecida Melo Campos, meu pai Cássio Luíz Batista e a minha irmã Carolaine de Campos Batista, por sempre me apoiarem, por estarem sempre ao meu lado em todos os momentos e por jamais desistirem de mim.

E dedico também aos meus amigos, que sempre estiveram ao meu lado, me ajudando e me apoiando.

## **AGRADECIMENTOS**

Gostaria de expressar minha profunda gratidão a todas as pessoas que contribuíram para a realização deste trabalho. Em primeiro lugar, agradeço a Deus por me dar forças para conseguir concluir esta etapa, só ele sabe as inúmeras provações que vivi durante minha formação acadêmica, e Ele quem me deu sustento para conseguir prosseguir e chegar até aqui.

Agradeço em especial à minha filha, meus pais, minha irmã, meus sobrinhos, meus avós, minhas tias e toda minha família que sempre me apoiaram e incentivaram em cada passo desta jornada. Sem o amor e a compreensão de vocês, este trabalho não seria possível.

Agradeço a minha orientadora e professora Gabriela, e aos meus professores por toda orientação, ensinamento, paciência e pelos valiosos conselhos ao longo da minha formação.

Agradeço também aos meus amigos, que foram fundamentais em inúmeros momentos ao longo desse caminho, sem o apoio de vocês eu não teria conseguido enfrentar tantos momentos.

Por fim, agradeço a todos que, de alguma forma, contribuíram para a construção deste conhecimento. Este trabalho é resultado de um esforço coletivo, e sou grata a cada um de vocês.

“Seu corpo ouve tudo que sua mente diz” (JUDDI; NAOMI, 2022).

## FATORES, SINAIS E SINTOMAS RELACIONADOS À ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM DISCENTES DE ENFERMAGEM

BATISTA, Cassia de Campos<sup>1</sup>  
MOREIRA, Gabriela Carrion Degrande<sup>2</sup>

**RESUMO:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Lilacs, com objetivo de realizar um estudo bibliográfico sobre fatores, sinais e sintomas da ansiedade e depressão em discentes de enfermagem, após a pandemia da COVID-19. Foram utilizados os descritores em ciências da saúde (Decs) como termos exatos: “pandemias AND enfermeiros AND ansiedade” e “pandemias AND enfermeiros AND depressão”. Foi formulada uma questão norteadora: “De que modo a literatura científica traz os sinais e sintomas de depressão e ansiedade em alunos de graduação em enfermagem após a pandemia da COVID-19?” Como resultados, obteve-se uma amostra de 12 artigos publicados entre 2020 a 2024. Conclui-se que por meio de apoio que promova o bem estar em estudantes de enfermagem contribui de maneira significativa na sua vida acadêmica, relacionando o acolhimento e o respeito, e com isso ameniza os sintomas da ansiedade e a depressão.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Transtornos mentais. Pandemia. Enfermeiro.

## FACTORS, SIGNS AND SYMPTOMS RELATED TO ANXIETY AND DEPRESSION IN NURSING STUDENTES

**SUMMARY:** This is an integrative literature review in the Google Scholar, Scielo and Lilacs databases, with the objective of carrying out a bibliographic study on factors, signs and symptoms of anxiety and depression in nursing students, after the COVID-19 pandemic. 19. The descriptors in health sciences (Decs) were used as exact terms: “pandemics AND nurses AND anxiety” and “pandemics AND nurses AND depression”. A guiding question was formulated: “How does scientific literature present signs and symptoms of depression and anxiety in undergraduate nursing students after the COVID-19 pandemic?” As results, a sample of 12 articles published between 2020 and 2024 was obtained. It is concluded that through support that promotes the well-being of nursing students, it contributes significantly to their academic life, relating welcoming and respect, and thus alleviates the symptoms of anxiety and depression.

**Keywords:** Mental health. Mental disorders. Pandemic. Nurse.

### 1 INTRODUÇÃO

No primeiro ano da pandemia de Covid-19, estima-se uma prevalência de 25% nos casos de ansiedade e depressão no mundo (OMS, 2022). Atualmente, cerca de, 18,6 milhões de pessoas possuem ansiedade no Brasil. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2019, mais de 301 milhões de pessoas no mundo sofriam com transtornos de ansiedade (OMS, 2020).

Transtornos de ansiedade são definidos como um estado de medo e preocupação excessivo. A ansiedade é uma reação emocional que pode ser funcional para o organismo, mas se torna um transtorno quando se manifesta de forma exagerada e persistente. Alguns sintomas de ansiedade incluem: sensação constante de que algo ruim vai acontecer,

preocupações exageradas, medo extremo de algum objeto ou situação, falta de controle sobre os pensamentos, pavor depois de uma situação difícil (OMS, 2022).

Já a depressão afeta o indivíduo em diferentes aspectos, como nos estudos, na alimentação, no sono e até no trabalho acarretando uma sobrecarga para o desenvolvimento de outras doenças que afetam um número maior em mulheres do que em homens, podendo levar ao suicídio. A depressão pode ocorrer tanto em pessoas que possuem algum histórico familiar de depressão quanto aquelas que não possuem. A estimativa é que há mais de 300 milhões de pessoas acometidas pela depressão no mundo (OMS, 2020).

Botelho (2021), enfatiza que “os números da depressão nas universidades colocam os pais, professores e autoridades em alerta em relação a essa realidade.” Os jovens ao concluírem o ensino médio, concorrem nos vestibulares, momento em que precisam lidar com a ansiedade e é assim, que iniciam a faculdade, onde seguem com momentos de ansiedade ou situações que causam ansiedade, ora precisa se esforçar para passar em um vestibular, ora é preciso de um empenho para conseguir adquirir conhecimento e permanecer presente nas aulas da faculdade.

Como objetivo, pretende-se realizar uma revisão integrativa sobre fatores, sinais e sintomas da ansiedade e depressão em discentes de enfermagem, após a pandemia da COVID-19.

## **2 MATERIAL E MÉTODO**

Foi realizada uma revisão integrativa que determina o conhecimento atual sobre uma temática específica, já que é conduzida de modo a identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre o mesmo assunto, contribuindo, para uma possível repercussão benéfica na qualidade dos cuidados prestados ao paciente (Silveira, 2005).

Foram percorridas as seis fases do processo de elaboração da revisão integrativa: elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (Ganong, 1987).

Utilizaram-se fontes de levantamento bibliográfico como as bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Lilacs, inserindo para a busca os descritores em ciências da saúde (Decs) como termos exatos: “pandemias AND enfermeiros AND ansiedade” e “pandemias AND enfermeiros AND depressão”.

Como critérios de inclusão utilizou-se para a busca os filtros: texto completo e disponível; idioma (português); ano de publicação (2020 a 2024) em artigos científicos completos.

Os critérios para exclusão de artigos foram duplicação nas fontes de dados, na leitura dos resumos e estudos teóricos com dados não comprovados e os que não se adequavam ao tema.

Foi formulada a seguinte questão norteadora: “De que modo a literatura científica traz os sinais e sintomas de depressão e ansiedade em alunos de graduação em enfermagem, após a pandemia da COVID-19?”

A pesquisa possui caráter bibliográfico, com o intuito de abranger o conhecimento mais profundo sobre o modo que a depressão e a ansiedade acometem nos alunos que estão cursando enfermagem, por meio de estudos publicados, havendo assim, a comparação entre autores e seus resultados sobre o tema, caracterizando o conhecimento sobre as necessidades de saúde dos discentes de enfermagem.

### **3 RESULTADO E DISCUSSÃO**

Na busca de artigos que deram o embasamento teórico procurado, na base de dados Scielo, foram encontrados 11.200 resultados com a busca pelo mesmo tema, sendo desses 20 lidos, porém apenas 09 artigos foram selecionados para a elaboração do presente trabalho por estarem adequados ao tema e aos critérios de inclusão e exclusão.

Desse modo, ao pesquisar no Google Acadêmico, realizou-se a leitura na íntegra de 20 artigos, porém três foram utilizados.

Utilizando a base de dados da Lilacs, foram encontrados 25 resultados, porém 8 foram lidos e não utilizados, devido a não conterem o tema selecionado.

A construção desse trabalho trata-se de uma amostra de 12 artigos que estão em Tabela 1 e 2, como Apêndices. Na tabela 1 representa as amostras encontradas no Scielo, sendo 2 artigos exploratórios, 2 artigos descritivo, 1 estudo analítico de caráter transversal, 2 artigos com pesquisa qualitativa, 1 análise conceitual e 1 estudo transversal. Na tabela 2, aborda as amostras encontradas no google acadêmico, sendo 2 artigos descritivo e 1 artigo de estudo transversal. Enfatizando no total, 2 artigos exploratório, 4 artigos descritivos, 1 estudo analítico, 2 artigos com pesquisa qualitativa, 1 análise conceitual e 2 estudo transversal. Desses artigos, 2 foram publicados no ano de 2020, 4 artigos foram publicados no ano de 2021, 4 artigos foram publicados no ano de 2022 e 2 artigos foram publicados no ano de 2023.

### 3.1 A ANSIEDADE

O autor Barnhill (2023) aborda que a ansiedade está relacionada com o nervosismo, com a preocupação ou com o desconforto na vida cotidiana, está ligada com a saúde mental, podendo desenvolver na vida do paciente uma “ansiedade generalizada, a síndrome do pânico e fobias” (p. 1). E mesmo as doenças citadas sendo diferentes entre elas, todas de alguma maneira está direcionada ao medo e a angústia.

Do mesmo modo, o grupo Mercês *et al.* (2021), representa uma análise do conceito da ansiedade, ressaltam que a “ansiedade e medo são fenômenos complexos e comuns, identificados como diagnósticos de enfermagem” (p. 2). O mesmo grupo ainda aborda a respeito dos comportamentos da neurociência que:

No campo da neurociência, distinções têm sido propostas entre as respostas comportamentais e fisiológicas defensivas ligadas a uma ameaça e os sentimentos dela decorrentes. No modelo de dois sistemas, o envolvimento de áreas corticais gera sentimentos conscientes diante da ameaça, ao passo que as regiões subcorticais operariam principalmente de forma inconsciente em comportamentos e respostas fisiológicas. A distinção entre o medo e ansiedade como sentimento consciente (sistema um) ou resposta fisiológica e comportamental inconsciente (sistema dois) é tão relevante quanto distinguir o medo da ansiedade (Mercês *et al.*, 2021, p. 2).

Todo esse contexto abordado sobre a neurociência possui relação com o diagnóstico feito pela equipe de enfermagem, conforme retrata o grupo Mercês *et al.* (2021), pois, a ansiedade e o medo como abordado são “respostas humanas com indicadores clínicos compartilhados que podem estar presentes em ambos os diagnósticos” (p. 2).

Barnhill (2023), ressalta que a ansiedade é um transtorno bastante frequente que afeta a saúde mental do paciente, se tornando um problema de saúde, na qual possui vários tipos, entre eles:

Transtorno de ansiedade de separação; Mutismo seletivo; Fobia específica (animal, ambiente natural, lesão por injeção de sangue, situacional, outras situações); Transtorno de ansiedade social; Síndrome do pânico; Agorafobia; Transtorno de ansiedade generalizada; Transtorno de ansiedade induzido por substância/induzido por medicamento; Ansiedade devido a outro quadro clínico; Outro transtorno de ansiedade especificado (aplica-se quando uma pessoa tem sintomas significativos, mas não atende aos critérios para nenhum transtorno de ansiedade específico) (Barnhill, 2023, p. 2).

É importante ressaltar que esses tipos de distúrbios surgem em todas as idades, e de acordo com o autor é preciso “estabelecer um diagnóstico exato, uma vez que o tratamento

varia de acordo com o tipo de transtorno de ansiedade” (p. 4), sendo cada tipo, um medicamento e uma abordagem diferente da outra no período de tratamento (Barnhill, 2023).

É importante ressaltar que “existe um nível a partir do qual a ansiedade é sentida como dolorosa, dominadora e até mesmo paralisante ou bloqueadora do pensamento, do sentimento e do comportamento, sendo variável de indivíduo para indivíduo”, ressalta a autora (Botelho, 2021).

### 3.2 A DEPRESSÃO

Fernandes, Lehmann e Pacheco (2021), abordam sobre a depressão como sendo representada por:

[...] um estado de abalo emocional caracterizada pelas alterações de humor, que influenciam diretamente outras áreas da vida de uma pessoa. É uma doença que pode dificultar o bom senso e o equilíbrio mental, acarretando tomadas de decisões indevidas e equivocadas, gerando problema a si próprio e para todos a sua volta. Esse tipo de situação tem afetado muitas pessoas ao longo dos anos, e por isso mesmo, tal doença é considerada o mal do século (Fernandes; Lehmann; Pacheco, 2021, p. 11).

Herdt (2022) enfatiza que existem diversos estudos epidemiológicos abordando que a depressão ocorre mais em mulheres, do que em homens, devido a distintos fatores pessoais e a maneira de lidar com as situações cotidianas.

Os autores Fernandes, Lehmann e Pacheco (2021), evidenciam que na maioria dos casos o termo tristeza, está associado diretamente com a depressão, sendo uma mudança no comportamento de maneira radical, alterando o humor de maneira contínua. Abordam que “a depressão é uma doença provocada por alterações emocionais que direciona o ser humano para um estado de tristeza e desânimo, alimentando uma perspectiva negativa acerca do seu modo de enfrentar a vida” (p. 3).

A pessoa que possui depressão, possui vários sintomas, porém, nem todas as pessoas apresentam os mesmos, os sintomas estão relacionados a tristeza, ansiedade, na qual a pessoa sente um vazio, sente-se inútil, bastante irritado, com dificuldades em se concentrar, as vezes insônia, outras vezes excesso de sono, pensamentos ruins, bastante tensão muscular, além de muito cansaço (Guimarães, 2022, p. 4).

### 3.3 FATORES E PRÁTICAS RELACIONADOS A ANSIEDADE E A DEPRESSÃO NOS DISCENTES DE ENFERMAGEM

A graduação intervém em distintas maneiras na vida do aluno recém ingresso, ora por muita pressão, ora por dificuldades, ora por muito esforço, ora por sentir-se sobrecarregado, por conta das demais experiências da vida humana (Freitas *et al.*, 2022).

Por meio de estudos relacionados aos transtornos de ansiedade e depressão, pode-se dizer que ambos possuem relação, pois um contém os mesmo sintomas que o outro, ou bem parecidos, contendo uma intensidade maior de acordo com suas dificuldades, porém devido ao estresse do cotidiano, em muitos casos os primeiros sintomas ocorrem na adolescência, por conta de uma diversidade de problemas, porque tudo se torna novo para ele, e após essa fase, vem a vida adulta, a faculdade, fase essa, em que o aluno quer experimentar tudo, acaba mergulhando de cabeça em tudo dentro da graduação, serviço, cuidados de casa, entre outros, e é exatamente nesse momento em que a pessoa se sente sobrecarregado e diversos transtornos são ocasionados (Junior, *et al.*, 2022).

Carvalho (2023) apresenta um texto jornalístico que aborda sobre a ansiedade no mundo enfatizando que por meio dela, pode ocasionar outros transtornos, e afirmam que 9,3% da população no Brasil passam pelo sofrimento da ansiedade.

Herdt (2022), aborda que muitas pessoas confundem o termo tristeza pela depressão, e elas possuem diferenças evidentes, no modo como o indivíduo se comporta. Sendo assim, a depressão envolve tanto os conceitos sociais, como os psicológicos, precisando, dessa maneira de um cuidado extra consigo mesmo.

Os autores Appel, Carvalho e Santos (2021) por meio de um estudo exploratório, enfatizam que 53,8% dos enfermeiros apresentaram ansiedade, depressão e estresse devido à COVID-19.

As fragilidades que o aluno de enfermagem vivenciou após o COVID-19, parecem estar relacionados aos sentimentos de “medo, angústia, tristeza, decepção e ansiedade, podendo desencadear no acadêmico sentimento de incapacidade perante as incumbências da graduação, tendo influência direta na formação e na relação profissional-pacientes” (Rocha *et al.*, 2020, p. 20).

Aqueles profissionais que estavam na linha de frente referente ao COVID-19 tinham medo dos enfermeiros foram os riscos de contaminação, o descontrole de número de casos positivados e a escassez de equipamentos necessários de maneira individual para cada paciente, além do cansaço extremo e simplesmente o fato de não ter um tratamento específico para curar aqueles que havia se positivado (Rocha *et al.*, 2020).

É importante ressaltar que, devido às circunstâncias da COVID-19, gerou-se uma grande complexidade de ações, como o aumento do estresse, da ansiedade e da depressão, pois, de acordo com (Appel; Carvalho; Santos, 2021), conforme:

“Altas taxas de depressão, ansiedade e sofrimento psicológico foram verificadas entre trabalhadores de saúde na China, e estar na linha de frente no combate a COVID-19 é considerado um fator de risco independente para a piora da saúde mental” (p. 2).

Os graduandos de enfermagem, em específico, possuem uma maior apreensão no final de sua graduação, já que é nesse período em que é exigido um maior comprometimento, onde existe um elevado grau de responsabilidade com os pacientes recorrentes dos estágios. É neste momento que o estudante se vê tomado pelo medo e pela incerteza de suas ações, tendo em vista que possuem diversas vidas em suas mãos, e que realizar os procedimentos de forma correta é que vai definir o serviço prestado (Rosa; Marques; Lopes, 2022).

É preciso uma atenção específica para aqueles estudantes que apresentem características incomuns às diversos fatores e situações no ambiente educativo, seguidos de problemas pessoais, novas adaptações com às matérias e conteúdo (Freitas, *et al.*, 2022).

É importante ressaltar que aquele quem passa por problemas relacionados ao transtorno depressivo “não tem condições de lutar contra essa doença sozinho” (p. 5), é preciso da ajuda de especialistas que compreenda o assunto, inserindo orientações e medicações precisas para a melhora clínica desse paciente (Fernandes; Lehmann; Pacheco, 2021).

Ao observar a importância do cuidado si mesmo para iniciar o cuidado com os outros é bastante relevante na área da saúde, para aqueles que trabalham como linha de frente em hospitais, upas pronto socorro e atendimentos em geral. Desde o período de graduação cuidar da saúde mental, visto que, em muitos casos é um fator que passa por despercebido, sendo ignorado e no futuro podendo se tornar um problema crônico mais grave (Rosa; Marques; Lopes, 2022).

Silva *et al.* (2023) retrata sobre o nível de ansiedade nos estudantes de enfermagem por meio de uma coleta de dados com o uso de questionários, onde, os estudantes possuem uma preocupação extrema ao que se refere a saúde mental deles, pois, muitos apresentaram ansiedade leve, porém, bastante estudantes apresentaram ansiedade grave em seu quadro, devido a pandemia.

Freitas *et al.* (2022), aborda uma coleta de dados com questionários, onde participaram 364 estudantes da área da saúde em que a prevalência de sintomas depressivos abrange boa parte desses estudantes. Do mesmo modo, Guimarães *et al.* (2022) também enfatiza uma coleta de dados utilizando questionários, evidenciou o perfil dos estudantes em enfermagem, onde eles obtiveram um nível leve de estresse, de depressão e de ansiedade.

Na mesma perspectiva, Junior *et al.* (2022) por meio de uma pesquisa qualitativa utiliza o questionário como coleta de dados, sociodemográfico abordando a terapia comunitária para os estudantes de enfermagem, onde participaram 24 estudantes e ambos registraram a sua importância para o cuidado da saúde mental.

A depressão leva a pessoa sofrer em determinadas situações, porém, alguns hábitos contribuem para afastar a depressão, utilizando a prevenção cotidiana por meio: de pensamentos bons, confiar mais em si mesmo; utilizar a prática de exercícios físicos; manter uma alimentação equilibrada; consultar uma ajuda profissional para que o diagnóstico seja feito corretamente e acima de tudo aceitar a si mesmo (Lobato, 2021).

Botelho (2021) aborda o tema de depressão, onde possui intervenções como meio de apoio e orientação para os estudantes que precisam de ajuda, como incluir estratégias na rotina de cuidado a si mesmo, iniciar a prática de exercícios físicos, manter uma alimentação correta e ter uma noite de sono tranquila, pois, por meio desses cuidados cotidianos ocasiona equilíbrio que contribui no combate a ansiedade e depressão.

Mercês *et al.* (2021) analisa os conceitos de ansiedade, onde paciente sente medo constantemente, nesse momento o papel do enfermeiro deve ser rápido, e o modo como ele irá conversar com o paciente. O presente estudo desse grupo, evidencia uma linguagem diagnóstica na área da saúde.

De acordo com Rocha *et al.* (2020), enfatizam uma pesquisa descritiva evidenciando um projeto referente aos cuidados da saúde psíquica em estudantes de enfermagem, ocasionados pelo isolamento da pandemia, onde boa parte dos alunos presenciaram a pandemia e participaram da pesquisa, porém, muitos questionaram que em casa não se sentem confortáveis em conversar e o projeto contribuiu com a vida deles. Nessa perspectiva a OMS é um grande contribuinte na área do saúde, visto que a mesma disponibilizou após a pandemia, um guia que leva aos cuidados essenciais para manutenção da saúde mental.

Os autores Rosa, Marques e Lopes (2022) evidenciam uma revisão integrativa da literatura, em que esses transtornos estão interligados ao estilo de vida, influenciando no meio acadêmico.

Atualmente o modelo de ensino que nos é proposto, visa priorizar a formação técnico científica de uma forma que sobrepõe os aspectos psicológicos, o que minimiza o equilíbrio necessário entre o corpo e a mente (OMS, 2022).

Visentini *et al.*, (2021) enfatizam que o distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia, em que a experiência que os estudantes passaram, contribuiu com o impacto psicossocial de seus sentimentos. Os autores realizaram uma pesquisa exploratória, obtendo a fala dos participantes por meio de uma entrevista, nessa perspectiva um dos participantes relataram que o fato de ficar em casa durante as dificuldades que se encontravam com a pandemia leva a ter medo do que não se conhece, alguns se sentiam preocupados com a situação.

Do mesmo modo, Ramos *et al.*, (2020), retratam o impacto da pandemia na qualidade de vida dos estudantes de enfermagem, como responsável por ocasionar impactos psicológicos devido “a disseminação rápida do vírus por todo o mundo, as dificuldades de controle e tratamento, a imprevisibilidade relacionada à duração da pandemia e seus desdobramentos, o risco de adoecimento de familiares” (p. 9), além da perturbação psicológica relacionadas ao estresse, a depressão e a ansiedade.

Visentini *et al.*, (2021) abordam sobre a experiência de como foi o distanciamento social, inclusive a utilização de medicação com ansiolítica e antidepressiva para aliviar os pensamentos, sendo utilizados como um suporte social.

Nessa perspectiva, a ansiedade, as inúmeras inseguranças, o termo saudade, sofrer de angústia, ter confusões nos pensamentos, tristeza, e o medo constante, foram os sentimentos abordados pela pesquisa que Visentini *et al.* (2021) apontaram que os estudantes de enfermagem sentiram durante a pandemia de COVID-19.

Durante a pandemia evidenciou-se muitos “Transtornos Mentais Comuns (TMC)” (p. 6), constando muitos sentimentos negativos devido ao grande sofrimento que a população vivenciou com o COVID-19 (Ramos *et al.*, 2020).

Visentini *et al.* (2021) no período da pandemia, 63 estudantes participaram, sendo elaborado 2 temáticas, a primeira contando como foi a experiência social, e a segunda as estratégias para conseguir superar esse momento, e nesse contexto enfatiza-se o quanto a pandemia de COVID-19 influenciou no impacto psicossocial dos estudantes. Diante do cenário da pandemia, novas estratégias para conseguir enfrentar o distanciamento social como a prática de exercícios físicos contribui com o relaxamento e a ocupação da mente, bem como a espiritualidade figurou como estratégia de enfrentamento para o distanciamento social, além

de possuir suporte social realizado por profissionais especializados contribuiu nesse momento.

Barnhill (2023), evidenciou os tipos de transtornos de ansiedade ocasionados em estudantes, pois, eles podem trazer consigo outros problemas dentro da saúde mental, exemplo seria a depressão.

Dessa maneira, Herdt (2022) utiliza o estudo transversal por meio de um levantamento clínico dos pacientes que possui depressão em Rio Fortuna, e evidenciou-nos estratégias que propõe a prevenção da depressão por meio de um tratamento depressivo na qual o paciente precisa de um acompanhamento para diminuir a ocorrência da doença, e impedir que aumente os sintomas, utilizando antidepressivo para evitar recaídas, além da ajuda psicológica que contribui bastante.

O autor Lobato (2021) retrata uma pesquisa descritiva que contribui com uma ajuda psicológica para pessoas do país todo por via online, como ênfase a depressão, abordando métodos de prevenção em seu consultório online.

A contribuição dos enfermeiros é essencial para o auxílio de pacientes, visto que no período da pandemia de COVID-19, eles seguiram firmes mesmo diante tantos desafios. Nesse contexto a enfermagem solidária contribui de maneira significativa para os enfermeiros, oferecendo atendimentos, como um meio de apoio aos profissionais, A enfermeira é responsável pelo programa de apoio mental aos enfermeiros conforme retrata (COFEN, 2021).

Os autores Appel; Carvalho, Santos (2021) retratam que o estresse ocasiona após a preocupação perante os profissionais da saúde, por conta das mortes que houve durante a pandemia, ora uma carga de trabalho exaustiva, enfatizando uma exaustão psíquica, os autores dizem que:

[...] tal exaustão dos profissionais de enfermagem pode gerar, ainda, altos índices de absenteísmos, com atestados médicos psiquiátricos, necessidade de medicações psicotrópicas, dificuldade para dormir ou relaxar, além de risco para o suicídio. Os profissionais de enfermagem não estão imunes aos problemas de saúde mental (Appel; Carvalho; Santos, 2021; p. 8).

É importante ressaltar que todos tem o direito de atenção básica em saúde, e pensando nisso, o Sistema Único de Saúde (SUS), propõe ações que auxilia na saúde de toda a

população, conhecido como Departamento de Ações Programáticas Estratégicas (DAPES), auxilia na melhoria de condições de vida e saúde dos brasileiros distintos, contribuindo com centros de ações de saúde mental, ou seja, qualquer um que sinta-se com problemas que envolva a ansiedade e a depressão, tem o direito de ajuda, principalmente aqueles que estão diante a profissão que irão atuar no futuro (Brasil, 2015).

É importante reconhecer o quanto a pandemia causou impactos na vida das pessoas, principalmente dos estudantes de enfermagem que atualmente fazem parte de uma equipe hospitalar. As instituições de ensino, deveriam auxiliar com estratégias que minimizem os seus efeitos na saúde, por meio de programas que auxiliem o estado psicológico e prevenção de angústias distintas (Ramos *et al.*, 2020).

O medo constante nos estudantes durante a primeira fase da pandemia, afetou o emocional delas, gerando um grande número de discentes com problemas de saúde mental, ora por não ter apoio necessário, ora pelo distanciamento social. Com isso, gerou ansiedade e depressão, onde modificou a vida dos futuros enfermeiros em vários sentidos, porém, de acordo com os autores o governo auxiliou medidas precisas para superar esse momento, auxiliando nos impactos da saúde mental dos alunos (Visentini *et al.*, 2021).

É importante evidenciar que para se realizar uma formação de qualidade aos futuros enfermeiros haja uma priorização na saúde mental e na qualidade de vida dos mesmos, tendo em vista a pressão exercida sobre o estudante e a insegurança desse futuro profissional devido ao fato de ter que lidar com situações de dificuldade em seu cotidiano em um futuro breve, e para que assim o mesmo seja capaz de ser resiliente em meio as diversas situações a serem enfrentadas (Silva *et al.*, 2023).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por meio dos resultados obtidos, é importante observar que os estudos selecionados, forneceram as informações satisfatórias e respondem ao objetivo proposto nesta pesquisa. O tema aqui abordado é baseado nos fatores em que ocasionam a ansiedade e a depressão nos estudantes, durante o curso de enfermagem.

Os estudantes de graduação devem reconhecer os sinais e sintomas de depressão e ansiedade, por meio de conteúdo ministrado e vivenciado durante as disciplinas de graduação. Ressalta-se que é necessário estar atento aos sinais e sintomas, pois são diferentes para cada pessoa, e em todo estudante com algum desses sinais e sintomas estará apresentando depressão ou ansiedade.

Os sinais e sintomas da depressão e ansiedade podem gerar um impacto significativo tanto nos estudos, quanto na formação, atuação e nos relacionamentos de um estudante, podendo assim gerar diversos prejuízos ao mesmo. A dificuldade em concentrar-se pode ser um fator prejudicial em sua vida acadêmica e profissional, pois gera uma dificuldade em focar em suas tarefas, em seu processo de aprendizado e levando a falta de interesse em aprender coisas novas para assim se aperfeiçoar, pode haver preocupações excessivas e também falta de comprometimento fazendo com que o mesmo tenha atrasos e faltas frequentes. Todos esses fatores podem contribuir para que a pessoa se isole ainda mais, e acabe não se relacionando bem com seus colegas de classe, ou seus colegas de trabalho, gerando assim desafios nas relações e na comunicação.

Há estratégias como fatores de proteção e bem-estar que precisam ser estabelecidas, e pessoas que passam ou já passaram por situações de ansiedade ou depressão durante sua vida acadêmica, necessitam de apoio por parte da instituição de ensino.

Dentro da instituição podem haver ações realizadas pela comunidade acadêmica que ajudem o estudante durante esse período difícil. O movimento pode ser realizado através de docentes e alunos, como a liga acadêmica de saúde mental, que visa ajudar o aluno a enfrentar os momentos desafiadores por meio de atividades como rodas de conversas, dinâmicas, e diversas outras fazendo com que se sinta acolhido, respeitado e notado.

## REFERÊNCIAS

APPEL, A. P.; CARVALHO, A. R. S.; SANTOS, R. P. Prevalência e fatores associados à ansiedade, depressão e estresse numa equipe de enfermagem COVID-19. **Rev Gaúcha Enferm.** n. 42 (esp):e20200403, 2021. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200403>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/rZMMYrjT6PRxKm3PKBRwqTx/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 23 set. 2024

BARNHILL, J. W. Considerações gerais sobre transtornos de ansiedade. **Manual MSD:** versão saúde para a família, New York-Presbyterian Hospital, 2023. Disponível em: <<https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/transtornos-de-ansiedade-e-relacionados-a-fatores-estressantes/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-transtornos-de-ansiedade>> Acesso em: 25 nov. 2023.

BOTELHO, C. M. S. C. **Por que depressão e ansiedade afetam cada vez mais universitários.** 2021. Disponível em: <<https://fdcl.com.br/site/por-que-depressao-e-ansiedade-afetam-cada-vez-mais-universitarios-2/#:~:text=O%20medo%20do%20futuro%20e,s%C3%A3o%20fatores%20que%20geram%20ansiedades.>> Acesso em: 20 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da saúde. **Cadernos HumanizaSUS**. Saúde mental. v. 5, Editora MS. 2015.

CARVALHO, R. **Por que o Brasil tem a população mais ansiosa do mundo**. G1: globo, 2023. Disponível em: <<https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/02/27/por-que-o-brasil-tem-a-populacao-mais-ansiosa-do-mundo.ghtml>> Acesso em: 16 abr. 2023.

COFEN – Conselho Federal de Enfermagem. **Dóris Humerez se coloca à disposição do profissional**: se estiver precisando de ajuda, procure o Enfermagem solidária. Coren – MG, 2021. Disponível em: <<https://www.corenmg.gov.br/doris-humerez-se-coloca-a-disposicao-do-profissional-se-estiver-precisando-de-ajuda-procure-o-enfermagem-solidaria/>> Acesso em: 24 set. 2024.

FERNANDES, S. D. V.; LEHMANN, T. K.; PACHECO, I. C. Cuidados com a depressão sob a ótica da enfermagem. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 3, n. 1, 2021. Disponível em: [https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2021/691\\_cuidados\\_com\\_a\\_depressao\\_sob\\_a\\_otica\\_da\\_enfermagem.pdf](https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2021/691_cuidados_com_a_depressao_sob_a_otica_da_enfermagem.pdf) Acesso em: 20 out. 2024

FREITAS, R. F. et al. Sintomas de depressão e fatores associados em universitários da área da saúde. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 6, p. e34211629231-e34211629231, 2022. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/360325489\\_Sintomas\\_de\\_depressao\\_e\\_fatores\\_associados\\_em\\_universitarios\\_da\\_area\\_da\\_saude](https://www.researchgate.net/publication/360325489_Sintomas_de_depressao_e_fatores_associados_em_universitarios_da_area_da_saude) Acesso em: 20 out. 2024

GANONG, L. H. Integrative reviews of nursing research. **Res Nurs Health**. 1987;10(1):1-11. Etapas da revisão integrativa.

GUIMARÃES, M. F. et al. Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 11, p. e4038-e4038, 2022.

HERDT, L. **Perfil clínico e sociodemográfico de pacientes com depressão atendidos na unidade básica de saúde de Rio Fortuna/SC**. Trabalho de conclusão de curso – Universidade do Sul de Santa Catarina, Licenciatura em Ciências Biológicas, Tubarão, 2022.

JUNIOR, W. L et al. Terapia Comunitária Integrativa como instrumento de cuidado à saúde mental de estudantes universitários Integrative Community Therapy as an instrument of mental health care for university students. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 1, p. 253-277, 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/42229> Acesso em: 20 out. 2024.

LOBATO, T. F. **Depressão**: o que é, causas e tratamento. Psicólogos Berrini, 2021. Disponível em: <<https://www.psicologosberrini.com.br/blog/depressao-sintomas-e-tratamento/>> Acesso em: 10 abr. 2023.

MERCÊS, C. A. M. F. et al. Análise simultânea dos conceitos de ansiedade e medo: contribuições para os diagnósticos de enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 25, n. 2, 2021.

OMS – Organização Mundial de Saúde. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo.** Brasília, D.F.:

Organização Pan-Americana da saúde, 2022. Disponível em: <

<https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>> Acesso em: 20 jun. 2024.

OMS – Organização Mundial de Saúde. **Depressão.** Brasília, D.F.: Organização

Pan-Americana da saúde, 2020. Disponível em: < <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>> Acesso em: 01 fev. 2024.

RAMOS, T. H. et al. O impacto da pandemia do novo coronavírus na qualidade de vida de estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 10, 2020. DOI: 10.19175/recom.v10i0.4042. Disponível em:

<http://www.seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/4042> Acesso em: 25 ago. 2024.

ROCHA, N. L., SORA, A. B. de A., LAPA, A. da T., dos Santos, D. D. Construindo o Projeto Cuidadosamente: reflexão sobre a saúde mental dos graduandos de Enfermagem frente ao COVID-19. **Revista De Saúde Coletiva Da UEFS**, v. 10, n. 1, p. 13–17, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.13102/rscdauefs.v10i1.5153> Acesso em: 25 ago. 2024

ROSA, B. K. C.; MARQUES, V. M.; LOPES, N.S. C. **Transtornos psicológicos desenvolvidos por discentes da enfermagem no decorrer da graduação.** Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdade de Inhumas FacMais – Bacharel em enfermagem, 2022.

SERRA, A. S. V. O que é a ansiedade? **Psiquiatria clínica**, v. 1, n. 2, p.93-104, 1980.

SILVA, J. L. L et al. Grau de ansiedade entre acadêmicos de enfermagem durante a pandemia da Covid-19. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 14, n. 2, p. 02-07, 2023. Disponível em:

<https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3546> Acesso em: 20 out. 2024

SILVEIRA R. C. C. P. **O cuidado de enfermagem e o cateter de Hickman: a busca de evidências [dissertação].** Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto; 2005.

VISENTINI, B. P. et al. A experiência do distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 23, p. 1-7, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v23.68264> Acesso em: 20 ago. 2024.

## APÊNDICE

**Tabela 1:** Referências encontradas como amostra na Scielo. Ituverava-SP, 2024.

SOBRENOMES DOS AUTORES	ORIGEM DOS AUTORES	IDIOMA DA PUBLICAÇÃO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	INSTRUMENTOS	PROCEDIMENTOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	OBSERVAÇÕES
Appel; Carvalho, Santos	Paraná	Português/ Inglês/ Espanhol	Investigar os níveis de ansiedade, depressão	Estudo exploratório, descritivo e transversal	Coleta de dados	Os dados coletados foram compilados em planilhas do Microsoft® Excel	Do total de profissionais, 53,8% apresentaram ansiedade; 38,	Os profissionais de enfermagem da equipe COVID-19 apresentam

			e estresse e seus fatores associados, entre profissionais de enfermagem que compõem a equipe que atua na unidade COVID19 de um Hospital Universitário na região sul-brasileira.			2010 e, posteriormente, processados e analisados pelo Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 23.0	4% depressão; e 40,3%, estresse. Idade, tempo de serviço na profissão, satisfação no trabalho e turno de trabalho apresentaram associação estatisticamente significativa com a depressão, enquanto o contrato de trabalho, tempo de serviço no HU, tempo de serviço na unidade anterior à abertura da unidade COVID-19 e satisfação no trabalho apresentaram associação significativa com o estresse	níveis importantes de ansiedade, depressão e estresse, sendo que os fatores associados à depressão e ao estresse foram identificados.
Silva, J. L. L et al.	Rio de Janeiro	Português	Descrever o grau de ansiedade de acadêmicos de enfermagem de universidade federal, durante a pandemia de COVID-19.	Estudo epidemiológico descritivo de desenho seccional	Coleta de dados	Questionários	Apresentaram um grau de ansiedade mínima e leve em sua maioria, no entanto uma grande quantidade de alunos manifestou índices graves.	É essencial haver uma preocupação maior com a saúde mental dos graduandos e recém-formados
Freitas, R. F. et al.	Amazonas / Vales do Jequitinhonha e Mucuri	Português/ Inglês/ Espanhol	Avaliar a prevalência de Sintomas de depressão e os fatores Associados em universitários da área da saúde.	Estudo analítico de caráter transversal e abordagem quantitativa.	Coleta de dados	Questionários.	Participaram do estudo 364 estudantes universitários da área da saúde com média de idade de 22,8 ± 4,76, sendo 81% Do sexo feminino e 77,7% possuem cor da pele autorreferida	Os sintomas depressivos são prevalentes entre os Universitários e as características sociodemográficas, comportamentais e estado de saúde estão associados a esses Sintomas.

							não branca. Entre os acadêmicos, 91,5% relataram não ser Tabagistas e 52,2% não ser Etilista. A maioria dos investigados relatou que não possuem insatisfação com a imagem corporal (90,9%) e 87,9% dos estudantes universitários apresentaram comportamento de risco para ortorexia nervosa	
Guimarães, M. F. et al.	São Paulo – SP	Português	Caracterizar o perfil sócio demográfico dos estudantes universitários das duas instituições em estudo estudadas	Pesquisa exploratória	Coleta de dados	Questionários	Os estudantes obtiveram um grau leve de estresse, depressão e ansiedade em ambas instituições estudadas	Quanto maior a depressão, menor a qualidade de vida nos domínios psicológico e ambiental.
Júnior, W. L et al.	Curitiba – PR	Português	Analisar temas discutidos, estratégias de enfrentamento e contribuições da Terapia Comunitária Integrativa na saúde mental de estudantes de graduação de uma Universidade Pública do Sul de Minas	Pesquisa qualitativa	24 estudantes de uma Universidade Pública	Aplicado questionário sociodemográfico, utilizadas anotações dos terapeutas comunitários durante as rodas e realizado grupo focal	As estratégias de enfrentamento foram o planejamento do tempo, uso de substâncias psicoativas, busca por rede social de apoio e práticas de autocuidado	A Terapia Comunitária Integrativa mostrou-se importante tecnologia de cuidado para a saúde mental de estudantes universitários.

			Gerais, Brasil					
Mercês, C. A. M. F. et al.	Rio de Janeiro	Português/ Inglês/ Espanhol	Realizar a análise simultânea dos conceitos de ansiedade e medo. Método: Análise simultânea de conceitos com base nas nove etapas propostas por Haase, Leidy, Coward, Britt e Penn	Estudo de análise conceitual	Pesquisa de artigos acadêmicos que aborde o tema proposto, utilizando tabelas	CINAHL LILACS MEDLINE PSYCINFO EMBASE	43 artigos foram incluídos a partir de uma busca em cinco bases de dados. 51 atributos, 26 antecedentes e 10 consequentes foram identificados a partir da análise destes conceitos. Esta análise revelou que a ansiedade e o medo são conceitos subjetivos, multidimensionais e com altos graus de abstração	A análise simultânea da ansiedade e do medo possibilitou o refinamento destes diagnósticos e a proposição de modificações em seus componentes.
Ramos, T. H. et al.	Paraná	Português	Identificar o impacto da pandemia do coronavírus SARS-CoV 2, na qualidade de vida de estudantes do curso técnico em enfermagem, quanto ao período de suspensão do calendário acadêmico.	Estudo transversal	Formulário Online	Questionário/ Questões sociodemográficas	A qualidade de vida e saúde serem boas, a dimensão psicológica é a mais afetada.	Entre as limitações deste estudo, destaca-se a amostragem limitada, o que dificulta a generalização dos resultados, bem com a realização de análises mais robustas.
Rocha, N. L. et al.	Rio de Janeiro	Português	Apontar a sua inserção prática, bem como, retratar a importância de um projeto desta magnitude no cuidado à saúde psíquica dos	Pesquisa descritiva	Pesquisa de artigos acadêmicos que aborde o tema proposto	Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)	Uma grande parte dos alunos participantes dessa ação demonstraram ter apenas aquele veículo como forma de manifestar seus sentimentos, alguns por estarem em suas casas e outros por não	O isolamento do indivíduo do cenário social tem proporções diretas a saúde psíquica e devido a tamanha importância foi criado pela OMS um guia que norteia os pontos cruciais para a manutenção da saúde mental nessa nova

			acadêmicos de enfermagem, principalmente no contexto atual de isolamento social pela pandemia de COVID-19				se sentirem confortáveis em partilhar isso com os familiares	realidade de saúde pública.
Visentini, B. P. et al.	BAHIA	Português	Analisar a experiência do distanciamento social durante a pandemia da COVID-19 dos estudantes de enfermagem de uma universidade pública paulista	Pesquisa qualitativa	Descritiva e exploratória	Método autobiográfico e/ou narrativa do sujeito	Participaram 63 universitários e duas categorias temáticas foram elaboradas: Categoria 1 – Sentimentos diversos a respeito da experiência do distanciamento social diante da pandemia; Categoria 2 – Estratégias de enfrentamento a respeito da experiência do distanciamento social diante da pandemia.	Os resultados permitiram identificar a experiência dos estudantes de enfermagem durante o início da pandemia de COVID-19, assim como reconhecer o impacto psicossocial causado pela variedade de sentimentos, percepções e estratégias de enfrentamento realizadas como forma de lidar com a situação.

Tabela 2: Referências encontradas como amostra no Google Acadêmico. Ituverava-SP, 2024.

REFERÊNCIA COMPLETA	ORIGEM DOS AUTORES	IDIOMA DA PUBLICAÇÃO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	INSTRUMENTOS	PROCEDIMENTOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	OBSERVAÇÕES
Barnhill, J. W.	Rahway – NJ – EUA	Inglês e Português	Apresentar vários tipos de transtornos de ansiedade	Pesquisa descritiva	Observações diretas	Análise do objeto de estudo	Todos os transtornos de ansiedade podem ocorrer juntamente com outros problemas de saúde mental.	Se a causa da ansiedade for outro problema de saúde ou um medicamento, o médico tem por meta corrigir a causa
Herd, L.	Rio Fortuna – SC	Português	identificar qual a faixa etária, o gênero, o estado civil, a área de residência e o tempo de tratamento com maior prevalência de depressão	levantamento clínico e sociodemográfico dos pacientes com depressão atendidos na Unidade Básica de Saúde (UBS) de	estudo transversal	análise de prontuários digitais, de pacientes diagnosticados com depressão	a faixa etária de maior prevalência é entre 50 e 59 anos representando 36%, o gênero foi o feminino com 77%, estado civil foi o casado com um total de 60% dos pacientes, a área de residência foi a	Estes resultados serão apresentados para a Secretaria Municipal de Saúde de Rio Fortuna, para que possam utilizá-los a fim de traçar estratégias para prevenção da depressão no município.

				Rio Fortuna/S C.			área rural representando 57% dos pacientes e o tempo de tratamento de maior prevalência foi de 0 a 12 meses com 32%.	
Lobato, T. F.	São Paulo – SP	Português	Oferecer artigo de educação emocional para o país inteiro com consultório de psicologia online	Pesquisa descritiva	Observações diretas	Análise do objeto de estudo	A depressão é uma doença comum, mas é um dos males mais graves do mundo moderno e exige tratamento e acompanhament o psicológico para os pacientes.	Depressão não é tristeza. Depressão é uma doença e como toda doença precisa de tratamento