

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** DESAFIOS EMOCIONAIS NA FORMAÇÃO DE ENFERMAGEM: LIDANDO COM ANSIEDADE E SÍNDROME DO PÂNICO

**Relatoria:** Igor Romário de Sousa Fernandes  
Cássia Neves Pereira

**Autores:** Maikon Chaves de Oliveira  
Karen Ágatha Pereira de Sousa  
Luan Meneses de Sousa

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**Introdução:** A graduação em enfermagem é uma jornada árdua na qual os indivíduos são submetidos a situações desafiadoras não somente em questões de ensino aprendido, mas também pela pressão em lidar com a vida humana, resultando muitas vezes em desafios emocionais como transtornos mentais. Ansiedade e a síndrome do Pânico são transtornos psicológicos definidos por uma alteração emocional e/ou comportamental que afetam diretamente a saúde mental e o bem-estar do indivíduo. **Objetivos:** O objetivo do presente trabalho é apresentar através da literatura os desafios enfrentados por acadêmicos de enfermagem que lidam com ansiedade e/ou síndrome do pânico durante a graduação. **Métodos:** O estudo trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva exploratória, do tipo revisão integrativa da literatura, a busca se deu através das principais bases de dados, sendo elas SCIELO, LILACS e Google Acadêmico, sendo incluídos artigos publicados na íntegra entre os anos de 2019 a 2023 em inglês e português. **Resultados e discussão:** foram encontrados 180 artigos na busca geral, dos quais foram eliminados 144 por título, 09 por duplicidade e 16 por leitura na íntegra, resultando em 11 artigos para análise. Os artigos incluídos revelaram que há uma presença significativa dos transtornos de ansiedade e síndrome do Pânico entre os acadêmicos de enfermagem, decorrente de fatores como necessidade de adaptação, romper com o ambiente familiar, estabelecer novas relações, experiências práticas, medo de cometer erros e a iminência da morte. Os estudos revelam que os sintomas mais recorrentes são inquietação, dificuldade de concentração, insônia e tremores, há também relatos da presença de outros sintomas como medo, vertigens e dor/aperto na região torácica. Foi notado também algumas estratégias para controle dos sintomas como musicoterapia, técnica de respiração, prática de exercícios físicos, medicações e terapia. **Considerações finais:** Com base na revisão bibliográfica realizada, pode-se concluir que a ansiedade e a síndrome do pânico representam desafios emocionais para acadêmicos de enfermagem durante a formação. Esses transtornos são influenciados por fatores variados e apresentam sintomas que podem influenciar negativamente no bem-estar e desempenho acadêmico desses estudantes. Portanto, cabe as instituições de ensino oferecer suporte e recursos para promover a saúde mental dos alunos, visando formar profissionais resilientes e preparados para a prática de enfermagem.