**Como amenizar a ansiedade entre estudantes de enfermagem?**

Raiane Jordan da Silva Araújo1; Aysla Kalliny dos Reis2; Mariana da Silva Pacheco3;Mario Cesar Ferreira Lima Junior4; Jaqueline Maria Silva dos Santos5;Verônica de Medeiros Alves6.

1Mestranda em Enfermagem – UFAL, raianejsa@hotmail.com; 2,3,4Mestrandos em Enfermagem – UFAL, 5Acadêmica de Enfermagem – FAT, 6Orientadora: Doutora em Psiquiatria e Docente da Escola de Enfermagem da UFAL.

\

**RESUMO**

**INTRODUÇÃO:** No Brasil, a presença da ansiedade em estudantes da área da saúde é considerada acima da ocorrência geral na população brasileira (LEÃO et al,2018). Comprometendo a qualidade de vida (LANTYER et al, 2016) e interferindo na humanização da assistência em saúde, uma vez que o bem-estar do profissional ou estudante se reflete em sua forma de cuidar do outro (BAMPI et al, 2013). **OBJETIVOS:** Identificar estratégias para amenizar a ansiedade no público discente de enfermagem. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa, utilizando a estratégia de busca: “Ansiedade AND Estudantes de Enfermagem” nas bases de dados LILACS, BDENF e SCIELO, incluindo artigos publicados no período de 2008 a 2018 que estavam disponíveis na íntegra, sendo excluídos artigos de revisão, repetidos e os que não respondiam a pergunta norteadora desta pesquisa. **RESULTADOS:** A busca inicial resultou em 78 estudos, finalizando em 5 artigos selecionados. Dois estudos evidenciaram comprovação clínica na redução da ansiedade em estudantes de enfermagem com utilização da Auriculoterapia (PRADO, KUREBAYASHI e SILVA, 2008) e do Toque Terapeutico (GOMES, SILVA e ARAÚJO,2008). Os demais estudos sugeriram estratégias individuais: atividade física e lazer, organização, convívio social; estratégias para instituições formadoras: revisão de metodologias de ensino, escuta e acolhimento, criação de programa de inserção laboral. **CONCLUSÃO**: Os estudos apontaram que o combate a ansiedade entre estudantes de enfermagem pode ser através de abordagens não medicamentosas e de interação entre medidas individuais e institucionais.

**DESCRITORES:** Enfermagem; Educação em Enfermagem; Prática do Docente de Enfermagem.

**REFERÊNCIAS:**

BAMPI, Luciana Neves da Silva et al . Percepção sobre qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem.**Rev. Gaúcha Enferm.**,  Porto Alegre ,  v. 34, n. 2, p. 125-132,  June  2013 . Acesso em 23 de maio 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1983-14472013000200016&lng=en&nrm=iso>.

GOMES, Vanessa Miranda; SILVA, Maria Júlia Paes da; ARAUJO, Eutália Aparecida Cândido. Efeitos gradativos do toque terapêutico na redução da ansiedade de estudantes universitários.**Rev. bras. enferm.**,  Brasília ,  v. 61, n. 6, p. 841-846,  Dec.  2008 . Acesso em 23 de maio de 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0034-71672008000600008&lng=en&nrm=iso>.

LAYNTER, Angélica da Silva et al. Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. **Rev. Bras. de Ter. Comp. Cogn.,** 2016, Volume XVIII no 2, 4-19. Acesso em 23 de maio de 2019. Disponível em: http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/view/880/476

LEAO, Andrea Mendes et al . Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil.**Rev. bras. educ. med.**,  Brasília ,  v. 42, n. 4, p. 55-65,  Dec.  2018 . Acesso em 23 de maio de 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lng=en&nrm=iso>.

PRADO, Juliana Miyuki do; KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato; SILVA, Maria Júlia Paes da. Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem.**Rev. esc. enferm. USP**,  São Paulo ,  v. 46, n. 5, p. 1200-1206,  Oct.  2012 . Acesso em 23 de maio de 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0080-62342012000500023&lng=en&nrm=iso>.