

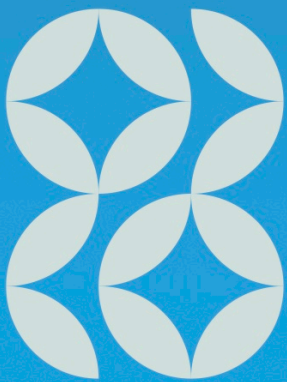
ARTÍCULOS · THE FOUP JOURNAL

Ansiedad y depresión

en el contexto de los estudiantes de
Enfermería del Campus de Bacabal
– MA

Ana Cláudia Almeida Varão
Maria Selma Barreto Paiva
Pedro Lucas Barreto Guimarães

THE FOUP *Journal*



Foro de Universidades for peace
Forum of Universities for peace
Foro de Universidades for peace

ARTÍCULO

Ansiedad y depresión

en el contexto de los estudiantes de Enfermería del Campus de Bacabal – MA

Ana Cláudia Almeida Varão · Maria Selma Barreto Paiva · Pedro Lucas Barreto Guimarães

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Bacabal

The FOUP Journal

Autores y afiliación

Ana Cláudia Almeida Varão¹; Maria Selma Barreto Paiva²; Pedro Lucas Barreto Guimarães³

¹ Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Departamento de Enfermagem – Campus Bacabal

² Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Departamento de Enfermagem – Campus Bacabal

³ Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) – Campus Bacabal

Contacto: [anaclaudiaavarap@gmail.com]

RESUMEN

La salud mental de los estudiantes de la carrera de Enfermería ha sido objeto de creciente preocupación, especialmente ante señales evidentes de sufrimiento psíquico en la vida académica cotidiana. La intensa carga horaria, las presiones sociales, el desempleo, los bajos salarios y la continua desvalorización de la profesión contribuyen al aumento de los índices de ansiedad y depresión entre estos estudiantes. Además, la escasez de apoyo emocional e institucional agrava aún más este escenario y exige medidas urgentes por parte de las instituciones de enseñanza, como la implementación de proyectos de extensión, la creación de ligas académicas y la oferta de actividades orientadas al bienestar. El presente artículo tiene como objetivo analizar los principales factores que influyen en los altos índices de sufrimiento mental entre estudiantes de Enfermería. Se trata de una revisión bibliográfica exploratoria, realizada en mayo de 2025. Los resultados señalan que, sobre todo en los primeros años de la carrera,

los estudiantes presentan altos niveles de sufrimiento mental, relacionados con la sobrecarga académica, la transición a la vida universitaria, el aislamiento social y la ausencia de apoyo psicológico. Se concluye que la promoción de la salud mental debe ser una prioridad institucional, considerando estrategias eficaces de acogida y cuidado integral de los estudiantes.

Palabras clave: Salud mental. Estudiantes de Enfermería. Ansiedad. Depresión. Educación Superior.

1 INTRODUCCIÓN

La salud mental de los universitarios ha surgido como un tema destacado en los debates contemporáneos sobre la educación superior, especialmente en carreras del área de la salud, como Enfermería. Estas carreras exigen al estudiante no solo un alto rendimiento académico, sino también una intensa implicación emocional, lo que puede desencadenar o agravar cuadros de sufrimiento psíquico.

Durante la formación en Enfermería, los estudiantes están sometidos a una rutina extenuante de clases teóricas, prácticas, trabajos prácticos y evaluaciones constantes, además del contacto temprano con situaciones de dolor, sufrimiento y muerte. Tales factores hacen que estos estudiantes sean más vulnerables a cuadros de ansiedad, depresión, estrés crónico y otros trastornos mentales (OLIVEIRA et al., 2021).

A ello se suman los desafíos socioeconómicos, como la dificultad de inserción en el mercado laboral, la baja valorización de la profesión y la inestabilidad financiera, que contribuyen a un escenario de vulnerabilidad emocional. En este contexto, resulta urgente reflexionar sobre las causas y consecuencias del deterioro de la salud mental de estos estudiantes, proponiendo estrategias que favorezcan su permanencia en la universidad con calidad y salud.

2 METODOLOGÍA

Este estudio consiste en una revisión bibliográfica exploratoria, de naturaleza cualitativa, realizada en el mes de mayo de 2025. Se consultaron las bases de datos SciELO, LILACS y Google Académico, utilizando los descriptores: "salud mental", "estudiantes de Enfermería", "ansiedad", "depresión" y "educación superior".

Se incluyeron artículos científicos publicados entre 2019 y 2025, en lengua portuguesa, que abordaran directamente aspectos relacionados con la salud mental de estudiantes de Enfermería. Los datos extraídos se analizaron a la luz de la literatura especializada, con el fin de identificar los principales factores asociados al sufrimiento psíquico en el contexto académico.

3 DESARROLLO

3.1 Presión académica y adaptación universitaria

La transición de la enseñanza secundaria a la educación superior representa una ruptura significativa en la vida de los estudiantes. Muchos jóvenes enfrentan, por primera vez, la necesidad de autogestión, responsabilidades financieras y emocionales, además de la exigencia de un alto desempeño académico.

En la carrera de Enfermería, esta realidad es aún más intensa, dado el carácter práctico, técnico y emocional de la formación. La adaptación a esta nueva rutina puede generar sentimientos de frustración, inseguridad y desánimo, especialmente cuando el estudiante no cuenta con apoyo familiar o institucional (PEREIRA et al., 2022).

3.2 Ansiedad y depresión como respuesta al entorno académico

Estudios recientes indican que los estudiantes de Enfermería presentan índices significativamente elevados de ansiedad y depresión en comparación con otras áreas del conocimiento. Los primeros semestres suelen ser los más críticos, pues es cuando el alumno se enfrenta a una realidad diferente de sus expectativas iniciales, además de inseguridades sobre su futuro profesional (SILVA; COSTA, 2023).

Tales síntomas afectan directamente el desempeño académico, la motivación para el estudio y la calidad de vida de los estudiantes. En los casos más graves, pueden culminar en el abandono de la carrera o en cuadros de enfermedad psíquica que requieren intervención médica.

3.3 Falta de apoyo emocional e institucional

La ausencia de políticas eficaces de salud mental dentro de las universidades representa una de las principales debilidades que enfrentan los estudiantes. La falta de acceso a psicólogos, la inexistencia de programas de acogida y el desconocimiento de los servicios de apoyo son algunos de los factores que contribuyen a la persistencia del sufrimiento (ALMEIDA et al., 2020).

La escucha calificada, el acompañamiento psicopedagógico y la creación de espacios seguros para el diálogo son prácticas fundamentales para prevenir el agravamiento de los trastornos mentales.

3.4 Propuestas de intervención y promoción del bienestar

Las instituciones pueden adoptar diversas estrategias para fortalecer la salud mental de sus estudiantes. Los proyectos de extensión orientados al autocuidado, los talleres terapéuticos, las rondas de conversación, la promoción de prácticas integrativas y complementarias, así como la creación de ligas académicas temáticas, han demostrado ser eficaces en la construcción de entornos académicos más acogedores (MOURA; FERREIRA, 2021).

El fomento de la escucha activa por parte de los profesores y coordinadores de carrera también es esencial para identificar tempranamente señales de sufrimiento psíquico y derivar a los estudiantes a los servicios adecuados.

4 CONCLUSIÓN

La salud mental de los estudiantes de Enfermería del Campus Bacabal-MA se muestra debilitada por múltiples factores, como la sobrecarga académica, el distanciamiento social, la incertidumbre respecto al futuro profesional y la ausencia de apoyo institucional. La vivencia cotidiana en la carrera exige preparación emocional y física, además de un entorno que ofrezca apoyo y acogida.

Es fundamental que las universidades adopten políticas permanentes de promoción de la salud mental, ofreciendo apoyo psicológico accesible y estrategias preventivas. Promover un entorno universitario más empático y solidario contribuye no solo al éxito académico, sino también a la formación de profesionales más sanos y preparados para los desafíos de la profesión.

REFERENCIAS

- ALMEIDA, R. M. et al. Saúde mental de universitários: desafios e estratégias de enfrentamento. *Revista Brasileira de Saúde Mental*, v. 12, n. 1, p. 56-64, 2020.
- MOURA, M. R.; FERREIRA, C. A. Promoção da saúde mental no ensino superior: um olhar sobre as práticas de acolhimento. *Revista Interfaces da Educação*, v. 9, n. 27, p. 134-149, 2021.
- OLIVEIRA, A. P. et al. Transtornos mentais em estudantes da área da saúde: um panorama atual. *Revista Enfermagem em Foco*, v. 12, n. 4, p. 653-660, 2021.
- PEREIRA, J. M. et al. Adaptação universitária e saúde mental: uma revisão de literatura. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 14, n. 3, p. 221-230, 2022.
- SANTOS, M. T. et al. Ansiedade e depressão em acadêmicos de Enfermagem: fatores associados. *Revista de Enfermagem Contemporânea*, v. 9, n. 1, p. 78-87, 2020.
- SILVA, L. F.; COSTA, J. A. A saúde emocional dos estudantes de Enfermagem e os desafios da formação profissional. *Revista Saúde e Sociedade*, v. 32, p. 1-10, 2023.