

SISTEMATIZANDO OS FATORES QUE GERAM ESTRESSE NOS ESTUDANTES DA ESCOLA DE ENFERMAGEM AURORA DE AFONSO COSTA

Jordana Moura de Paula Nascimento¹

Maria Tereza da Silva Souza²

Zenith Rosa Silvino³

Deise Ferreira de Souza⁴

Introdução - Diversos estudos apontam a enfermagem como uma profissão com alto nível de estresse e este tem sido evidenciado de maneira significativa também entre os estudantes de Enfermagem. O fenômeno do estresse na enfermagem está sendo estudado há algum tempo sob diversos aspectos da atuação profissional e em diversos países do mundo. Estudos constatarem que o estresse está presente no período de formação profissional, onde os estudantes se deparam com situações desafiadoras que interferem muitas vezes no seu processo de aprendizado e nas suas condições de saúde, percebe-se também um incremento de nível de estresse quando alunos além de estudar, trabalham ou ainda apresentam situações pessoais que permeiam seu cotidiano familiar¹. Partindo desse pressuposto, é notório que o curso de enfermagem tem exigido dos estudantes uma intensa dedicação, gerando impactos negativos durante seu processo de ensino-aprendizagem e formação profissional. Dentre os fatores de estresse que se destacam no sistema de ensino universitário, estão as diversas avaliações, as exigências no desenvolvimento das práticas nos campos de estágio e nos laboratórios, a pressão dos professores, a extensa grade curricular do curso, entre outros. Diante da complexidade deste curso, têm-se observado comportamentos e posturas inadequadas, tanto em sala de aula como nos campos de estágio como: desgaste físico, ansiedade e angústias, conflitos afetivos, desgaste emocional e outros fatores que podem desencadear o processo de estresse nos acadêmicos de enfermagem². O estresse uma vez instalado nesses indivíduos pode gerar problemas que favorecem a redução do rendimento acadêmico, além de interferir na qualidade da assistência prestada aos clientes nos campos de estágio. Nesse sentido, a identificação dos fatores de estresse deve contribuir para a elaboração de estratégias de gerenciamento das situações vividas, a fim de prepará-los para enfrentar da melhor maneira possível os desafios como futuros profissionais. Objeto de estudo: Os fatores que geram estresse nos acadêmicos de enfermagem. Objetivos: Identificar nas bases de dados online a produção científica sobre o estresse em acadêmicos de enfermagem; Descrever as evidências científicas sobre os fatores de estresse nos acadêmicos

¹ Relatora. Acadêmica de Enfermagem do 8º período da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense – EEAAC-UFF. Bolsista de Iniciação Científica. Membro do Núcleo de Pesquisas em Cidadania e Gerência na Enfermagem – NECIGEN. E-mail: joh_vrb@hotmail.com

² Bolsista de Iniciação Científica Júnior do CNPq. Membro do NECIGEN.

³ Orientadora. Professora Titular de Administração em Enfermagem da EEAAC-UFF. Coordenadora do NECIGEN

⁴ Professora Adjunto da EEAAC-UFF. Doutoranda do Programa de Pós Graduação Ciências do Cuidado em Saúde.

de enfermagem com base na literatura levantada. Descrição Metodológica - Tipo de estudo: Trata-se de uma Revisão Integrativa da literatura, sustentado por uma abordagem qualitativa. O estudo foi realizado através de pesquisa bibliográfica em artigos científicos. A busca de evidências científicas sobre os fatores que geram estresse nos estudantes de enfermagem foi a definição adequada da pergunta de pesquisa, sendo explorado como descritores, estresse and estudantes de enfermagem, no qual obtemos 803 artigos. A partir desse total, realizou-se uma pré-seleção da pesquisa através de critérios de inclusão: - Recorte Temporal: 2002 a 2013 - Idioma: Português, Inglês e Espanhol - Limite: Humanos. Após exclusão dos editoriais chegamos a 36 artigos que foram analisados a luz dos objetivos e a bibliografia potencial ficou com 20 referências, as quais se encaixam na discussão desse estudo. O levantamento das fontes de publicações foi alcançado através de pesquisa em bases de dados de acesso via internet tais como as bibliotecas SCIELO- Scientific Electronic Library Online, BIREME- Biblioteca Virtual em Saúde, sendo explorados LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e MEDLINE- Medical Literature Analysis and Retrieval System Online. As informações foram estruturadas segundo os temas que norteiam os objetivos da pesquisa. Resultados: A partir dos dados evidenciados na literatura, “estima-se que aproximadamente 25% dos universitários apresentam estresse”³ e o maior índice está nos cursos da área da saúde. Para melhor compreensão da multidimensionalidade e subjetividade do estresse é necessário que as pesquisas sejam bem delineadas, sendo assim é de suma importância discorrer sobre o primeiro pesquisador em estresse, Hans Selye, que estudou o estresse a partir de 1930 e introduziu em 1936 o termo estresse nos mais diferentes aspectos da vida humana⁴. Em seus estudos, Selye observou que o estresse gerava reações de defesa e de adaptação frente ao agente estressor e, a partir desse preceito foram conceituadas três fases: a fase de Alarme que consiste no enfrentamento ou fuga do agente estressor e possibilita retorno ao equilíbrio após a experiência estressante; na fase de Resistência se houver constância da fase de alerta, o organismo já se prepara pra reagir a um determinado órgão-alvo e, por fim, na fase de Exaustão o organismo encontra-se esgotado pelo exagero de atividades e o gasto de energia que lhe foi imposto. Porém, no decorrer dos estudos, identificou-se outra fase do processo de estresse, a essa nova fase foi dado o nome de “quase exaustão”, que se caracteriza por uma atenuação do cansaço do indivíduo que não esta conseguindo habituar-se ao agressor⁵. Os argumentos até aqui expostos evidenciam que o estresse implica no indivíduo motivações para superar seus obstáculos, porém, a presença persistida de um fator estressante pode esgotar as energias do mesmo. Conclusão: Em valor das repercussões que o estresse pode ocasionar, há uma necessidade de criação de estratégias para amenizar o efeito desse fenômeno nos estudantes, fundamentalmente com intuito de prepará-los para se sentirem capazes de desafiar as dificuldades que certamente encontrarão ao desempenharem sua profissão frente ao mundo que nem sempre é capaz de fornecer o subsídio emocional adequado. Implicações para a Enfermagem: A relevância desta pesquisa está, não somente na construção de saberes de enfermagem, mas também para a estimulação dos cuidados, visando reestabelecer o conceito de saúde para minimizar os agravos aos estudantes. Descritores: Estresse, Estudantes, Enfermagem. Eixo 1 – Modelos pedagógicos inovadores potentes para a formação generalista, ética e responsável de profissionais de enfermagem – A questão da quantidade versus qualidade. Área Temática: Educação profissional.

Referências

1. LO, R. A longitudinal study of perceived level of stress, coping and self-esteem of undergraduate nursing students: an Australian case study. *J Adv Nurs*. 2002;39(2):119-26.
2. FAVASSA, C. T. A.; ARMILIATO, N.; KALININE, I. Aspectos Fisiológicos e Psicológicos do Estresse. *Revista de Psicologia da UnC*, 2(2):84-92, 2005
3. Basso Musso, L., Ardiles Vargas, B., Bernal Torres, M., Canovas del Canto, M. J., González Meléndez, C., Kroff Balloqui, M. F., & Soto Cornejo, A. (2008). Fatores derivados dos laboratórios intra-hospitalares que provocam estresse nos estudantes de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 16(5), 805-811.
4. Corral-Mulato, S., Baldissera, V. D. A., Santos, J. L., Philbert, L. A. S., & Bueno, S. M. V. (2011). Estresse na vida do acadêmico em enfermagem.(Des) conhecimento e prevenção. *Invest Educ Enferm*, 29(1), 109-117.
5. CAMELO, Silva H. Henriques.; ANGERAMI, Emília Luigia Saporiti. *Referencial teórico*. *Rev Latino-am Enfermagem*, v. 12, n. 1, p. 14-21, 2004.