

ANÁLISE DA PRESENÇA DO ESTRESSE EM ACADÊMICOS INGRESSOS NO CURSO DE ENFERMAGEM

Christefany Régia Braz Costa¹

Talita Lúcio Chaves²

Samille Maria Bandeira Freitas³

Ana Cristina Teixeira⁴

Divanise Suruagy Correia⁵

Introdução: A ocorrência de estresse na vida moderna é um fato marcante e presente tanto na vida profissional como na vida pessoal, este é citado como um dos grandes males que acometem o homem na sociedade atual⁽¹⁾. Estudos apontam a enfermagem como uma profissão com alto nível de estresse. Na literatura científica geral e, sobretudo, na enfermagem brasileira, o estresse é estudado em diferentes abordagens, sob diversos aspectos da atuação profissional. Os profissionais da área de saúde constituem um dos grupos de maior vulnerabilidade aos efeitos do estresse, em função de algumas peculiaridades da atividade ocupacional. Entre as categorias profissionais mais acometidas destaca-se a enfermagem. Evidencia-se, de forma significativa, a existência de pesquisas que reconhecem a presença do stress e abordam o seu diagnóstico, no período de formação profissional, entre estudantes de enfermagem do ensino superior^(2,3). Ao iniciar a graduação o aluno se depara com um novo ambiente, muitas vezes, diferente e distante de seu contexto de vida; as necessidades de adaptação às novas exigências e obrigações escolares contribuem para que as alterações do estresse ocorram. A adaptação à universidade pode ser entendida como um processo multidimensional, envolvendo aspectos institucionais, relacionais, vocacionais, dentre outros. Ela requer o desenvolvimento, por parte do aluno, de um conjunto de competências adaptativas a um contexto não apenas novo, como também dinâmico em si mesmo⁽⁴⁾. O termo estresse foi usado inicialmente por Seyle em 1936, e definido como sendo uma resposta do corpo a qualquer demanda que o forçasse adaptar-se a uma mudança; classificando-o em três fases: reação de alarme/alerta, fase de resistência e fase de exaustão⁽²⁾. **Objetivos:** Descrever a presença de estresse entre estudantes ingressos no curso de graduação em enfermagem e suas fases. **Descrição metodológica:** Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, realizado com estudantes ingressos do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Brasil, no período de Maio de 2011 a Janeiro de 2012. Fazendo parte de uma pesquisa que visa comparar o nível de estresse de todos os cursos de saúde da instituição. Para coleta de dados foi utilizado como instrumento um questionário composto

¹ Estudante de Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas; christefany.enf@hotmail.com.

² Estudante de Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas;

³ Estudante de Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas;

⁴ Estudante de Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas;

⁵ Professora Doutora. Associada da Faculdade de Medicina (FAMED) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL).

por duas seções: dados pessoais e socioeconômicos (modelo da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa – ABEP), e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL). O ISSL é formado por três quadros referentes às fases do estresse. Com itens que referem-se aos sintomas físicos ou psicológicos que a pessoa tenha experimentado nas últimas 24 horas, última semana, e último mês. Os instrumentos foram aplicados durante o período letivo. Os alunos foram convidados a participar e esclarecidos sobre os métodos da pesquisa; aqueles que concordaram, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A aplicação foi coletiva e os instrumentos eram auto-respondidos. Todos os dados foram analisados através do Programa Epi Info versão 3.5, agrupados em tabelas e analisados de acordo com os objetivos da pesquisa; e os testes psicológicos foram avaliados por psicólogas. A amostra foi composta por 22 alunos ingressos do curso de graduação em enfermagem, correspondendo a 81,5% dos estudantes matriculadas no primeiro período do curso (turma 2011.1), com idade entre 17 a 29 anos. As variáveis analisadas para o estudo foram: sexo, idade, estado civil, número de filho, presença de estresse e as fases do estresse. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade. **Resultados:** Participaram do estudo, respondendo ao questionário, uma amostra que corresponde 81,5% (n=22) dos 27 acadêmicos matriculados no primeiro período do curso. Em relação ao perfil dos sujeitos, a amostra estudada trata-se de um universo feminino (100,0%), com idade entre 17 e 29 anos. Quanto ao estado civil, 100% eram solteiros e não tinham filhos. A prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de enfermagem do primeiro período foi de 40,9% (n=9). Dentre acadêmicos com sintomas de estresse, 11,11% (n=1) estavam na fase de alerta, 77,8% (n=7) encontravam-se na fase de resistência, enquanto e 1% (n=1) na fase de exaustão. O estresse aparece em praticamente todas as idades, exceto 20 e 29 anos. Destacando-se com maior frequência a idade dos 17 anos, que apresenta um percentual de 72,0% para a fase de resistência. Com relação à sintomatologia, 66,67% (n=6) desses alunos relataram predominância de sintomas psicológicos, seguidos de 33,4% (n=3) com sintomas físicos. **Conclusões:** Com os resultados obtidos o estudo mostrou a necessidade de uma atenção especial a este grupo, uma vez que estudantes de enfermagem ingressos já possuem significativo percentual (40,9%) relacionado à presença de stress e o fato da maioria, encontrar-se na fase de resistência, onde ocorrem sintomas da esfera psicossomática como ansiedade, medo, oscilação do apetite, entre outros. **Contribuições e implicações para enfermagem:** Considera-se que a qualidade de vida dos estudantes, em geral, e com os estudantes de enfermagem em particular, deve ser uma preocupação presente daqueles que trabalham com a formação profissional desses indivíduos. Acredita-se que a instituição de ensino deve estar preparada e ter em foco a preocupação de cuidar de seus estudantes, não só no aspecto da aprendizagem, mas também ajudando-o a desenvolver estratégias que o preparem para lidar com a pressão que vivenciará no cotidiano acadêmico, e no futuro profissional. Isto se atrela ao suporte psicológico e pedagógico. Desenvolver métodos de orientação e treinamento para prevenir disfunções e distúrbios emocionais deve ser uma meta centrada nos cursos de graduação pela própria característica das atividades que irão exercer. Como aquele que irá prestar cuidado, o estudante de enfermagem também necessita estar sendo cuidado e mantendo sua saúde física e mental em níveis adequados .

Referências

1. Correia DS, Santos LVA, Calheiros AMN, Vieira MJ. Adolescentes grávidas: sinais, sintomas, intercorrências e presença de estresse. Rev Gaúcha Enferm., Porto Alegre (RS) 2011 mar; 32(1):40-7.

2. Moreira DP, Furegato ARF. Stress and depression among students of the last semester in two nursing courses. Rev. Latino-Am. Enfermagem [serial on the Internet]. 2013 Feb [cited 2013 Apr 20] ; 21(spe): 155-162.

3. Corral-Mulato S, Baldissera VDA, Santos JL, Philbert LAS, Bueno SMV. Estresse na vida do acadêmico em enfermagem. (Des)conhecimento e prevenção. Invest Educ Enferm. 2011; 29(1): 109-117.

4. Ojeda BS, Eidt OR, Canabarro S, Corbellini VL, Creutzberg M. Saberes e verdades acerca da enfermagem: discursos de alunos ingressantes. Rev Bras Enferm, Brasília 2008 fev; 61(1):78-84.

Descritores: Enfermagem, Estresse Psicológico, Estudantes de Enfermagem

Eixo: 3. O que e para que pesquisar: limites e possibilidades das linhas e grupos de pesquisa em enfermagem

Área temática: 6. Saúde e Qualidade de Vida

O aluno que inicia a universidade assume atividades rotineiras que envolvem alto desempenho e concentração de esforços voltados para uma rotina de estudos constantes e crescentes, podendo se tornar uma fonte de estímulos estressores (21-27).

Entre esses estudantes, inúmeras razões podem ser destacadas como fatores de estresse. Na fase de ingresso na universidade, os alunos deparam com um novo ambiente, muitas vezes, diferente e distante de seu contexto de vida (22).

A necessidade de adaptação às novas exigências e obrigações escolares, as responsabilidades sociais e ocupacionais que surgem nesse processo de aprendizagem, a necessidade de melhor organização das tarefas diárias, o convívio com outros colegas e os desafios freqüentes quanto às opções profissionais e pessoais contribuem para o surgimento de situações de ansiedade e estresse (22).

Tendo em vista a importância do tema para a profissão de enfermagem, procurou-se descrever a presença de estresse entre estudantes ingressos no curso de graduação em enfermagem e suas fases. Buscando lançar direcionamentos reflexivos sobre a relevância da formação profissional nesta temática.

Alguns estressores podem acompanhar acontecimentos específicos do desenvolvimento, tais como a ida à escola, o casamento, a maternidade e as atividades profissionais. Os acontecimentos da vida repercutem na mente e no cérebro e essas repercussões propagam-se para o corpo atingindo a saúde.

Por sua vez,

Seyle descobriu que o organismo, ao ser exposto a um esforço ocasionado por um estímulo interpretado como ameaçador a homeostase, seja físico, químico, biológico, psicossocial, demonstra uma tendência a reagir de forma uniforme e inespecífica, envolvendo todo esse organismo. A esse processo ele denominou Síndrome Geral de Adaptação (SGA),

Ela é caracterizada por um enfraquecimento do organismo, que não consegue mais adaptar-se ou resistir ao fator estressor. Este momento também traz o surgimento de doenças, porém as patologias ainda não são tão graves, como aquelas que surgem na fase posterior que é a de exaustão (7).

O Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp (ISSL) foi validado em 1994 e tem sido utilizado no Brasil, em pesquisas e trabalhos clínicos na área do estresse. Ele permite um diagnóstico que avalia se a pessoa tem estresse, em qual fase se encontra e se sua manifestação sintomatológica é física ou psicológica (5). Nesse sentido, é necessário que as ações/intervenções sejam construídas com base nas necessidades reais dos alunos, para que o resultado seja produtivo e instrumentalizador.

, deverão deparar com situações de estresse e, em razão disso, necessitam incorporar o conceito do estresse à sua própria formação e às etapas evolutivas de suas experiências.

Portanto, o desenvolvimento de métodos de atuação, como grupos de discussão e treinamento para seu enfrentamento, entre outros serviços de acompanhamento universitário, se faz necessário ao favorecimento de troca de experiências, e permite o compartilhamento das situações difíceis que se apresentam nas diversas etapas da formação profissional do enfermeiro.

Determinar os fatores de estresse pressupõe recursos para prevenir os malefícios provocados por essas emoções.



O CLÁSSICO E O EMERGENTE: DESAFIOS DA
PESQUISA EM ENFERMAGEM
03 A 05 DE JUNHO DE 2013
HOTEL PRAIA MAR - NATAL/RN