

## NÍVEL DE ESTRESSE E FATORES CONTRIBUINTES EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE RORAIMA

Carlhane Oliveira Sousa (Graduanda), Francisco Railson Bispo de Barros (Orientador), e-mail: [francisco.barros@uerr.edu.br](mailto:francisco.barros@uerr.edu.br)

Universidade Estadual de Roraima/Curso de Enfermagem.

**Enfermagem: Saúde Pública.**

**Palavras-chave:** estresse, acadêmicos, enfermagem.

### Resumo

O estresse é um evento psicossocial com efeitos biológicos que ocorrem na percepção de uma ameaça real ou imaginária que pode afetar a integridade psicológica ou física de um indivíduo. Sendo assim, objetivou-se identificar o nível de estresse e os fatores contribuintes percebidos em acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual de Roraima. Trata-se de um estudo exploratório, descritivo, com abordagem quantitativa com 55 acadêmicos do curso de Enfermagem de uma instituição pública. Os dados foram coletados entre dezembro de 2022 e abril de 2023. Aplicou-se questionário para caracterização dos dados sociodemográficos, acadêmicos, de sono, atividade física e alimentação. O Nível de estresse foi avaliado por meio da Escala de Percepção de Estresse-10. A análise de dados realizou-se por meio do *Microsoft Office Excel® 2020* e do *Software Jamovi*. Os resultados preliminares indicam que a média de idade dos discentes foi de 22,3 anos (dp=2,3), prevalecendo os indivíduos do gênero feminino, cor parda, solteiro, sem filhos, residindo na capital, carro como principal meio de transporte, morando com os pais, sem atividade laboral, satisfeitos com o curso, mantendo atividade física regular, sem alimentação saudável e média de sono de 6,4 horas (dp=1,6). Em relação ao nível de estresse verificou-se que a média dos domínios positivos foi (57,7) e dos domínios negativos foi (70,0). O domínio negativo que inclui facetas como ansiedade, impaciência e incompetência teve destaque, evidenciando que o nível de estresse é um indicador significativo no que tange a saúde mental e a qualidade de vida dos acadêmicos de Enfermagem.

### Introdução e objetivos

O estresse é um evento psicossocial com efeitos biológicos que ocorrem na percepção de uma ameaça real ou imaginária que pode afetar a integridade psicológica ou física de um indivíduo. À vista disso, o que se tem observado é um aumento da suscetibilidade do indivíduo ao estresse em todas as fases da vida, abrangendo a vida estudantil, particularmente o ensino superior.

Nesse sentido é imprescindível considerar os fatores característicos da intensa rotina do acadêmico, sendo esta marcada por situações acadêmicas e sociais que, por sua natureza exigente e complexa, são estressoras. Nesse contexto destacam-se a dificuldade na adaptação à metodologia adotada pelos docentes e nas suas relações interpessoais, a responsabilidade de cuidar de outro ser humano, atividades excessivas em ambientes novos, a insatisfação

com a falta de tempo para o desenvolvimento de atividades de lazer, bem como a as questões atreladas ao contato direto com o paciente, como a assistência desenvolvida em casos graves, conflitos éticos e o confronto frente à percepção das fragilidades e lacunas do sistema de saúde (SANTOS; OLIVEIRA; DIAS, 2015; MATTA; LEBRÃO; HELENO, 2017).

Seguindo esta perspectiva, destaca-se que estudos sobre o estresse acadêmico evidenciam a significativa suscetibilidade que o estudante da área da saúde tem de desenvolver alterações mentais e físicas, como estresse, ansiedade, depressão, insegurança, medo, alterações no padrão e na qualidade do sono, autoexclusão social e familiar, entre outros. Logo, compreende-se que os divergentes fatores intrínsecos ao cotidiano acadêmico podem levar o indivíduo ao desenvolvimento de estresse, e que este, bem como outras possíveis alterações em seu estado mental podem afetar sua qualidade de vida (GONÇALVES et al., 2022).

Se por um lado, compreender o nível de estresse percebido em discentes de enfermagem é relevante para indicar seu processo de vida no ambiente universitários, por outro, é relevante para a universidade, a qual deve estar sensível às questões de saúde mental da comunidade acadêmica. Diante do exposto até aqui, objetivou-se identificar o nível de estresse e os fatores contribuintes percebidos em acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual de Roraima.

### **Procedimentos metodológicos**

Trata-se de um estudo exploratório, descritivo, com abordagem quantitativa. O estudo está sendo realizado na Universidade Estadual de Roraima (UERR), no campus Boa Vista. Nessa instituição, foco do estudo, se verifica a existência de 126 alunos regularmente matriculados no Curso de Bacharelado em Enfermagem, enturmados em dois turnos: matutino e vespertino, os quais seriam utilizados em sua totalidade, todavia, com a coleta de dados iniciada em novembro de 2022 e finalizada em abril de 2023, somente 55 alunos responderam à pesquisa proposta.

A coleta de dados foi realizada entre dezembro de 2022 e abril de 2023, por meio de um formulário disponibilizado de forma virtual. O formulário continha dois questionários, sendo o primeiro de caracterização sociodemográfica e acadêmica, já o segundo referia-se ao nível de estresse dos acadêmicos, caracterizado através da Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10).

Após a coleta, os dados obtidos foram catalogados em uma planilha do Microsoft Office Excel® 2020, nos quais foi realizada uma análise descritiva dos dados dos participantes. Outrossim, a realização dos testes e análise de facetas e domínios referentes a Escala de Percepção de Estresse foram possibilitados com o auxílio dos recursos de computação do software JAMOVI®.

Os aspectos éticos foram respeitados em todas as etapas do estudo, em consenso com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que trata sobre as pesquisas envolvendo seres humanos (BRASIL, 2012), e a Carta Circular 01/2021 do Conselho Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), que aborda as orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual (BRASIL, 2021). Assim, a pesquisa foi submetida a apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa da UERR (CEP/UERR), recebendo o parecer de aprovação nº 5.734.295.

## Resultados e Discussões

Tendo em vista as características sociodemográficas, observou-se que (78,2%) dos participantes eram do sexo feminino, (58,2%) autodeclarados como pardos, (90,9%) não possuem filhos, (74,5%) reside na capital, (70,9%) utiliza transporte próprio para ir à universidade, (89,1%) reside com os pais e outros familiares, (80%) não possui atividade laboral. Nesse sentido, nota-se a similaridade dos resultados obtidos com os observados no estudo realizado por Santana (2018) em um Instituto Federal do Paraná (IFPR) e com a pesquisa de Cardoso (2021).

Ademais, com relação aos aspectos acadêmicos, o maior quantitativo de respostas foi de acadêmicos do 8º semestre (20%), satisfeitos com o curso (81%8), com média de estudo diário foi de 4,8 e (Dp =2,9); E quanto ao hábito de estudar (40%) afirmou que tem o hábito de estudar no turno matutino, resultados semelhantes aos verificados a pesquisa desenvolvida por Gonçalves (2022).

No que tange aos aspectos gerais de vida, constatou-se que (58,2%) considera não ter alimentação saudável; (52,7%) realiza atividade física regularmente; (72,7%) afirma não fazer uso de drogas lícitas e (96,4%) afirma não fazer uso de drogas ilícitas; E a média de horas de sono por noite foi de 6,4 com (Dp =1,5). Assim sendo, verifica-se que alguns destes resultados se assimilam aos de Cardoso (2021) e de Pires (2019).

O estresse nos acadêmicos de Enfermagem foi analisado por meio do uso da Escala de Percepção de Estresse (PSS-10), que contém 10 questões, divididas em domínios positivo e negativo. As questões de domínio positivo que englobam aspectos referentes sentimentos como: Resiliência, Satisfação, Autocontrole e Equilíbrio, tiveram como média 57,7. Ademais, as questões de domínio Negativo que englobam: Frustração, incompetência, Impaciência, Ansiedade, Tensão e Impotência, obtiveram média de 70,0. Assim sendo, considera-se que quanto maior a pontuação no domínio positivo, melhor; E quanto maior a pontuação no domínio negativo pior. Observa-se que resultados similares foram verificados no estudo desenvolvido por Raulino (2021).

## Conclusões

No presente estudo verificou-se que o ambiente acadêmico é constituído por inúmeros fatores que quando experienciados de forma negativa e a longo prazo podem se caracterizar como preditores de estresse. Nesse sentido, é importante destacar que a Escala de Percepção de Estresse possibilitou a verificação de uma alta média no que tange aos domínios negativos, fator crucial para inferir o nível de estresse nos acadêmicos de enfermagem.

Outrossim, os dados obtidos através deste estudo possibilitaram a verificação de aspectos positivos do público em questão, bem como a boa satisfação com o curso de Enfermagem, a prática de atividade física e o não uso de drogas, seja de caráter lícito ou ilícito. Todavia, considerando o estresse como um fenômeno complexo e de multicausalidade, se faz imperioso garantir melhores condições de entendimento, enfrentamento e combate ao estresse, nos quais se faz fundamental a participação do corpo docente e administrativo da universidade em prol da elaboração e concretização de estratégias que possam alcançar este objetivo, afim de garantir a passagem e a

vivência na universidade sem adoecimento por fatores acadêmicos associados, e com incremento da qualidade de vida do acadêmico e do futuro profissional de saúde.

### Referências

CARDOSO, Bruna Santos et al. Metodologia de ensino e percepção da qualidade de vida e estresse em graduandos de enfermagem no nordeste brasileiro. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 7, pág. e30810716626-e30810716626, 2021.

DE LIMA SANTANA, Leni et al. Estresse no cotidiano de graduandos de enfermagem de um instituto federal de ensino. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 8, 2018.

GONÇALVES, Gabriella Karolyna et al. Estresse, qualidade do sono e qualidade de vida em acadêmicos da área de saúde. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 11, n. 2, p. 232-243, 2022.

MATTA, C.M.B.; LEBRÃO, S.M.G.; HELENO, M.G.V. Adaptação, rendimento, evasão e vivências acadêmicas no ensino superior: revisão da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 21, n. 3, p. 583-91, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-3539/2017/0213111118>.

PIRES, P. L. S. et al. Correlação do uso de substâncias psicoativas com sinais de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde, São Caetano do Sul**, v. 17, n. 61, p. 38-44, 2019.

RAULINO, Maria Eduarda Ferreira Goulart et al. Nível de estresse percebido em estudantes de enfermagem em uma universidade pública do Brasil. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 25, n. 1,

SANTOS, A.S.; OLIVEIRA, C.T.; DIAS, A.C.G. Características das relações dos universitários e seus pares: implicações na adaptação acadêmica. **Psicol. Teor. Prat.**, v. 17, n. 1, p. 150-63, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.15348/1980-6906/psicologia.v17n1p150-163>