

FATORES RELACIONADOS AO ESTRESSE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

FACTORS RELATED TO STRESS IN NURSING STUDENTS

Taiana Dias de Matos Ribeiro^{a*} , Cejane Oliveira Martins Prudente^a 

a – Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás). Avenida Universitária, 1.440, Área 4, Setor Leste Universitário, CEP: 74605-010, Goiânia, GO, Brasil.

*Correspondente: taianaenfermeira@gmail.com

Resumo

Objetivo: Relacionar aspectos sociodemográficos e acadêmicos com o nível de estresse de estudantes de enfermagem. **Material e Métodos:** Estudo transversal, com 100 estudantes de uma instituição de ensino superior privada. A coleta ocorreu de outubro a novembro de 2018, por meio do questionário de perfil sociodemográfico e acadêmico e da Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE). Utilizou-se os testes Mann-Whitney, Kruskal-Wallis e de Dunnett. **Resultados:** Houve nível de estresse muito alto em formação profissional, alto em comunicação profissional e médio em atividades práticas. Observou-se maior nível de estresse em mulheres, que não moravam na cidade que estudavam, que não trabalhavam, com renda entre um e dois salários mínimos, que cursavam do quarto ao décimo período, em estágio supervisionado, com carga horária de estudo de seis horas/dia e que já pensaram em desistir do curso. **Conclusão:** Existe relação entre aspectos sociodemográficos e acadêmicos com o nível de estresse de estudantes de enfermagem.

Palavras-chave: Educação Superior. Estudantes de Enfermagem. Estresse Psicológico.

Abstract

Objective: To relate sociodemographic and academic aspects to the stress level of nursing students. **Materials and Methods:** Cross-sectional study with 100 students from a private higher education institution. The collection took place from October to November 2018, through the questionnaire of sociodemographic and academic profile and the Assessment of Stress in Nursing Students (ASNS). Mann-Whitney, Kruskal-Wallis and Dunnett Test were used. **Results:** There was a very high level of stress in professional training, high in professional communication and medium in practical activities. Higher level of stress in women, who did not live in the city they studied, who did not work, with income between one and two minimum wages, who attended the fourth to tenth periods, in a supervised internship, with a six-hour

study load/ day, who already thought about giving up the course. *Conclusions:* There is a relationship between sociodemographic and academic aspects with the stress level of nursing students.

Keywords: Education Higher. Nursing Students. Psychological Stress.

Introdução

O graduando de enfermagem ao ingressar na universidade se depara com diversas mudanças consideradas estressoras e que podem comprometer sua saúde (Silva *et al.*, 2019). Sabe-se que a formação superior possui uma carga horária extensa contribuindo para a limitação das atividades de lazer. Responder as expectativas do curso e cumprir com todas as suas exigências, acaba se tornando um agravante para a saúde do discente, que ao se entregar na rotina de obrigações acaba por esquecer de cuidar de si (Yosetake *et al.*, 2018).

O estresse é compreendido como a vivência de momentos de pressão e irritação, onde o organismo responde a componentes físicos ou psíquicos quando deparados a uma situação que traga medo, agitação ou perturbação, gerando sintomas como problemas gastrointestinais e taquicardia (Bagcivan *et al.*, 2015).

O surgimento do estresse no curso de graduação em enfermagem se dá devido a alguns fatores considerados estressores como a sobrecarga de atividades acadêmicas, o estágio curricular, o contato diário com a dor e o sofrimento dos pacientes (Santos *et al.*, 2019). São encontrados ainda como principais fontes de estresse, as inter-relações pessoais, de profissionais, paciente e professor; e a falta de conhecimento e habilidades na execução das práticas clínicas (Mendes *et al.*, 2019).

As instituições de ensino possuem um desafio diante o auxílio aos estudantes de enfermagem para o enfrentamento do estresse devido às exigências curriculares do curso, tendo em vista a formação de suas capacidades de liderança e assistenciais, a experiência de vivenciar conflitos éticos, o fato de ter que lidar com pessoas em condições críticas de saúde e ainda exercer a profissão muitas vezes em ambientes precários (Mussi *et al.*, 2019).

Ressalta-se que na literatura brasileira poucos estudos foram realizados acerca do tema. Embora o estresse possa ser inerente à graduação de enfermagem, se faz relevante a identificação de seus fatores desencadeantes no ambiente formativo, tanto pela instituição quanto pelos docentes, afim de obter o reconhecimento e a minimização dos problemas de saúde encontrados,

proporcionando um melhor desempenho para o discente através das estratégias propostas para assistência e promoção da saúde (Mendes *et al.*, 2019).

Tendo em vista que a enfermagem é colocada como uma das profissões mais propícias ao estresse, desde a graduação, e que o estresse pode influenciar negativamente no desempenho tanto do estudante quanto do enfermeiro, conhecer os fatores que estão relacionados ao estresse em acadêmicos de enfermagem se faz relevante, já que isto poderá contribuir para as instituições de ensino em sua abordagem e acolhimento ao estudante.

Desta forma, espera-se responder o seguinte questionamento: existe relação entre fatores sociodemográficos e acadêmicos e o nível de estresse de estudantes de enfermagem? Assim este estudo teve como objetivo relacionar aspectos sociodemográficos e acadêmicos com o nível de estresse de estudantes de enfermagem.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo transversal analítico. A coleta de dados foi realizada entre outubro e novembro de 2018, em uma Instituição de Ensino Superior (IES) privada do interior de Goiás, que oferece exclusivamente cursos na área da saúde, dentre eles o de enfermagem. A população foi composta por 100 acadêmicos matriculados no curso de enfermagem, do primeiro ao último período nos turnos matutino e noturno, tendo como critério de inclusão os estudantes matriculados do primeiro ao décimo período do curso. Foram excluídos os acadêmicos que não frequentavam o curso no momento da coleta de dados, os que cursavam outra graduação ou faziam especialização concomitante com o curso.

Como instrumento de pesquisa, utilizou-se um Questionário de Perfil Sociodemográfico e Acadêmicos dos Estudantes de Enfermagem e a Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE) construído e validado por Costa e Polak (2009). O Questionário de Perfil Sociodemográfico e Acadêmicos dos Estudantes de Enfermagem foi desenvolvido pelas pesquisadoras e aborda aspectos econômicos, de saúde, hábitos de vida e acadêmicos.

O AEEE é caracterizado por uma composição de 30 itens que se dividem por 6 domínios: 1-Realização das Atividades; 2- Comunicação Profissional; 3- Gerenciamento do Tempo; 4- Ambiente; 5- Formação Profissional; 6- Atividade Teórica (Costa; Polak, 2009). Os itens do AEEE são apresentados em escala tipo Likert que pontuam de zero a três. Na escala o zero corresponde a “não vivencio a situação”, o número 1 “não me sinto estressado com a situação”,

o dois “me sinto pouco estressado com a situação”, e o número três para “me sinto muito estressado com a situação” (Bublitz *et al.*, 2016).

O cálculo dos escores e averiguação do resultado é realizado por meio da soma do número subsequente da intensidade de estresse dos itens contidos em cada um dos domínios. É considerado de maior intensidade de estresse o domínio com maior pontuação. O AEEE é classificado: Domínio 1 de 0 a 9 baixo nível de estresse; 10 a 12 médio nível de estresse; 13 a 14 alto nível de estresse; 15 a 18 muito alto nível de estresse; Domínio 2: 0 a 5 baixo nível de estresse; 6 médio nível de estresse; 7 a 8 alto nível de estresse; 9 a 12 muito alto nível de estresse; Domínio 3 de 0 a 10 baixo nível de estresse; 11 a 12 médio nível de estresse; 13 a 14 alto nível de estresse; 15 muito alto nível de estresse; Domínio 4 de 0 a 7 baixo nível de estresse; 8 a 10 médio nível de estresse; 11 alto nível de estresse; 12 muito alto nível de estresse; Domínio 5 de 0 a 9 baixo nível de estresse; 10 médio nível de estresse; 11 a 12 alto nível de estresse; 13 a 18 muito alto nível de estresse; Domínio 6 de 0 a 9 baixo nível de estresse; 10 a 11 médio nível de estresse; 12 a 13 alto nível de estresse; 14 a 15 muito alto nível de estresse (Costa; Polak, 2009).

Os acadêmicos de enfermagem foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão do estudo e as informações referentes ao desempenho acadêmico foram coletadas através do sistema eletrônico de dados da instituição.

Para realização da coleta de dados os discentes foram abordados em grupo dentro da sala de aula, 10 a 15 minutos para o término da aula, sendo autorizado pelo docente da disciplina e pela coordenação do curso. Todos os discentes presentes passaram pelo processo de consentimento e aqueles que aceitaram participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após o consentido foram distribuídos o questionário sociodemográfico e acadêmico e a AEEE para devido preenchimento e recolhimento. A pesquisadora permaneceu em sala de aula enquanto os estudantes respondiam individualmente os instrumentos de avaliação e posteriormente recolheu todos os preenchidos. Este procedimento foi realizado da mesma forma nos turnos matutino e noturno, do primeiro ao décimo período do curso de enfermagem.

Os dados foram analisados com o auxílio do *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 23. A caracterização do perfil sociodemográfico, acadêmico e do estresse em estudantes de enfermagem foi realizada por meio de frequência absoluta (n) e relativa (%) para as variáveis categóricas; e média, desvio padrão, mediana mínimo e máximo para as variáveis contínuas. A confiabilidade e consistência interna do AEEE foram realizadas

calculando-se o Alfa de Cronbach. A normalidade dos dados foi verificada utilizando o teste de Shapiro-Wilk, não sendo verificado esse pressuposto nesse conjunto de dados foram aplicadas estatísticas não paramétricas. A comparação dos escores do AEEE com o perfil sociodemográfico e acadêmico foi realizado por meio do teste de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, seguido do teste de Dunnett. A correlação de Spearman foi utilizada a fim de verificar a relação entre a idade e desempenho acadêmico e os escores do AEEE. Em todas as análises foi adotado um nível de significância de 5% ($p < 0,05$).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica (PUC) de Goiás em 17 de outubro de 2018, parecer n. 2.966.138. A pesquisa seguiu todas as normas estabelecidas pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

Resultados

Participaram do estudo 100 acadêmicos do curso de enfermagem, com idade mínima de 19, máxima de 55 e média de $27,3 \pm 8,5$ anos. As Tabelas 1 e 2 apresentam o perfil sociodemográfico, hábitos de vida e acadêmico dos estudantes.

A Tabela 1 demonstra que a amostra foi composta majoritariamente por indivíduos do sexo feminino (84%), solteiros (65%) e sem filhos (72%), que residem predominantemente com a família (87%). Observa-se ainda que a maioria mora na mesma cidade onde estuda (60%) e utiliza o ônibus como principal meio de transporte (42%). Em relação à situação econômica e ocupacional, 63% trabalham e 62% possuem renda familiar entre 1 e 2 salários mínimos. Quanto aos hábitos de vida, destaca-se baixa prática de atividade física (65%).

Tabela 1- Caracterização do perfil sociodemográfico e hábitos de vida (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

	n	%
Sexo		
Feminino	84	84,0
Masculino	16	16,0
Situação conjugal		
Casado	30	30,0
Outros	5	5,0
Solteiro	65	65,0
Possui Filhos		
Não	72	72,0
Sim	28	28,0

Com quem reside		
Amigo/Colega	7	7,0
Família	87	87,0
Sozinho	6	6,0
Transporte para Faculdade		
Carro	30	30,0
Moto	21	21,0
Ônibus	42	42,0
Outros	7	7,0
Mora na cidade que estuda		
Não	40	40,0
Sim	60	60,0
Trabalha		
Não	37	37,0
Sim	63	63,0
Qual Renda Familiar		
1 e 2 salários	62	62,0
Mais de 3 salários	38	38,0
Atividade Física		
Não	65	65,0
Sim	35	35,0
Lazer		
Não	36	36,0
Sim	64	64,0
Possui alguma doença		
Não	93	93,0
Sim	7	7,0

n = frequência absoluta; % = frequência relativa

Na Tabela 2 é observado que a maior parte dos estudantes frequenta o turno noturno (69%) e encontra-se nos períodos finais do curso (44% entre o 8º e 10º semestre), com predominância de alunos sem estágio supervisionado (80%). A maioria dedica cerca de 4 horas diárias aos estudos (78%), conta com bolsa ou financiamento estudantil (81%) e não possui outra graduação (98%). Em relação ao desempenho acadêmico, observa-se que 66% relatam dificuldade de aprendizado ocasional, embora 85% estejam satisfeitos com o curso. No entanto, chama atenção o fato de que 60% já consideraram desistir da graduação.

Tabela 2 - Caracterização do perfil acadêmico (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

	n	%
Turno		
Matutino	31	31,0
Noturno	69	69,0
Semestre em curso		
1 ao 3º	25	25,0
4 ao 7º	31	31,0
8 ao 10º	44	44,0
Estágio supervisionado		
Não	80	80,0
Sim	20	20,0
Carga horaria de estudo (Horas/dia)		
4h	78	78,0
6h	22	22,0
Quem Paga a Faculdade		
Eu	37	37,0
Pai/Mãe	27	27,0
Cônjuge	8	8,0
Outros	28	28,0
Bolsa/financiamento		
Não	19	19,0
Sim	81	81,0
Possui outra graduação		
Não	98	98,0
Sim	2	2,0
Possui dificuldade de aprendizado		
Não	19	19,0
As vezes	66	66,0
Sim	15	15,0
Satisfação com o curso		
Pouco satisfeito	15	15,0
Satisfeito	85	85,0
Já pensou em desistir		
Não	40	40,0
Sim	60	60,0

n = frequência absoluta; % = frequência relativa

Os estudantes de enfermagem tiveram desempenho acadêmico médio de $7,41 \pm 0,99$. Na análise da consistência interna dos itens que integram o instrumento AEEE, obteve-se alfa de Cronbach de 0,89. Quanto aos domínios, os valores do alfa foram: 0,72, para “Realização das Atividades Práticas”; 0,74, para “Comunicação Profissional”; 0,71, para “Gerenciamento do tempo”; 0,73, para “Ambiente”; 0,79, para “Formação Profissional”; e 0,66 para “Atividade Teórica”.

Quanto à análise descritiva do AEEE, os estudantes apresentaram média de $11,19 \pm 3,47$ no domínio Atividades práticas; $6,44 \pm 2,74$ em Comunicação profissional; $9,05 \pm 3,27$ em Gerenciamento do tempo; $6,02 \pm 3,52$ no domínio Ambiente; $12,26 \pm 3,78$ em Formação profissional; e $9,70 \pm 2,72$ no domínio Atividade teórica. A Figura 1 demonstra a tendência central e dispersão dos domínios do AEEE.

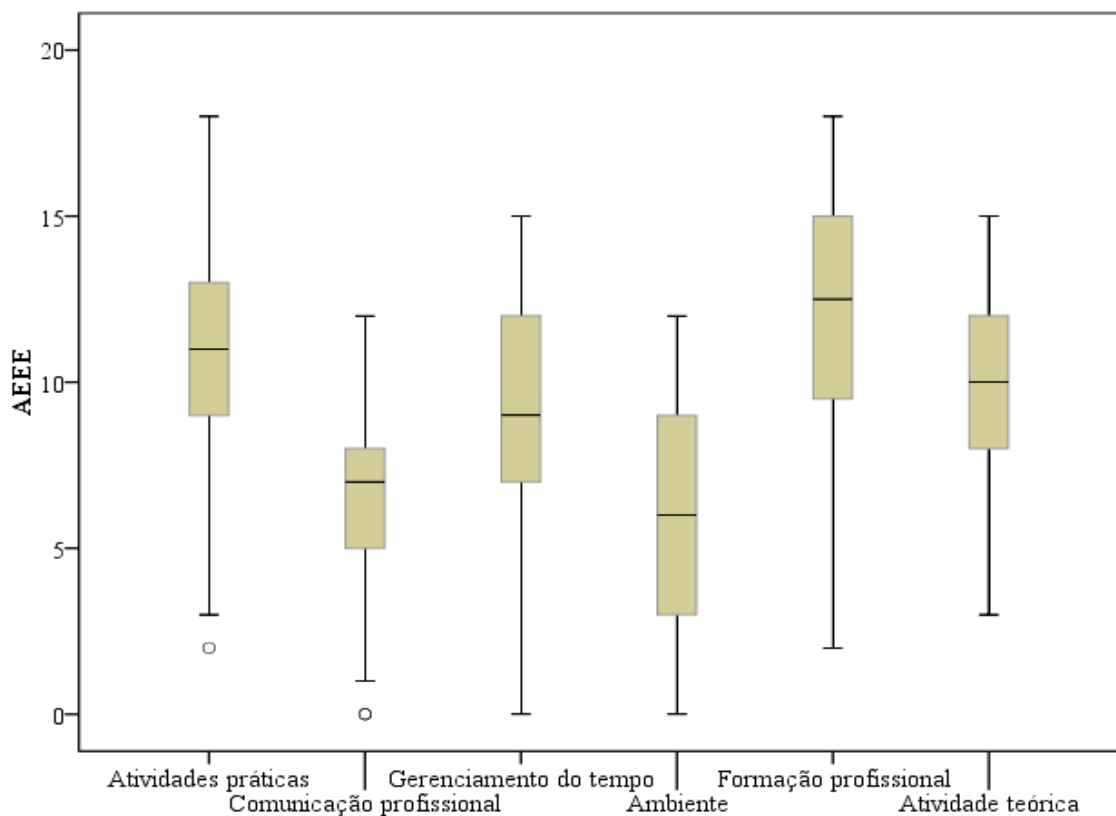


Figura 1 - Descrição da tendência central e dispersão dos domínios do AEEE (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

A maioria dos estudantes tinha nível de estresse baixo ou médio no domínio Atividades práticas; baixo ou alto em Comunicação profissional; e nível baixo de estresse nos domínios Gerenciamento do tempo, Ambiente e Atividade teórica. Metade da amostra apresentou nível muito alto de estresse no domínio Formação profissional (Tabela 3).

Tabela 3 - Caracterização dos níveis de estresse dos estudantes de Enfermagem, segundo o AEEE (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

	AEEE n (%)			
	Baixo	Médio	Alto	Muito alto
Atividades práticas	31 (31,0)	38 (38,0)	14 (14,0)	17 (17,0)
Comunicação profissional	34 (34,0)	15 (15,0)	31 (31,0)	20 (20,0)
Gerenciamento do tempo	67 (67,0)	14 (14,0)	18 (18,0)	1 (1,0)
Ambiente	67 (67,0)	18 (18,0)	8 (8,0)	7 (7,0)
Formação profissional	25 (25,0)	6 (6,0)	19 (19,0)	50 (50,0)
Atividade teórica	46 (46,0)	27 (27,0)	19 (19,0)	8 (8,0)

n = frequência absoluta; % = frequência relativa.

Estudantes do sexo feminino tiveram pior nível de estresse nos domínios atividades práticas, comunicação profissional e formação profissional que o sexo masculino. Quem não mora na cidade que estuda apresentou maior nível de estresse nos domínios atividades práticas e ambiente. Os estudantes que não trabalhavam obtiveram maior índice de estresse no domínio comunicação profissional. Aqueles cuja renda mensal era entre um e dois salários mínimos tiveram pior nível de estresse no domínio atividade teórica do que os com mais de três salários (Tabela 4). Não houve relação entre as variáveis idade, situação conjugal, filhos, lazer e atividade física e o nível de estresse em estudantes de enfermagem.

Foi identificado que estudantes que cursavam do quarto ao décimo semestre tiveram maior nível de estresse nos domínios atividades práticas e ambiente em relação aos que estavam do primeiro ao terceiro. Os estudantes que faziam estágio supervisionado e tinham carga horária de seis horas de estudo por dia demonstraram pior nível de estresse no domínio ambiente. Estudantes que já pensaram em desistir do curso tiveram mais estresse no domínio atividade teórica (Tabela 5).

Houve correlação positiva entre o desempenho acadêmico e o domínio formação profissional do AEEE, demonstrando que quanto maior o desempenho acadêmico maior o nível de estresse do estudante nesse domínio ($r = 0,27$; $p = 0,01$). Não houve correlação entre o desempenho acadêmico e os demais domínios do AEEE.

Tabela 4. Comparação dos escores do AEEE com o perfil sociodemográfico (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

	Atividades práticas	Comunicação Profissional	Gerencialmento do tempo	Ambiente	Formação profissional	Atividade teórica
Sexo*	p = 0,02	p = 0,01	p = 0,60	p = 0,74	p = 0,01	p = 0,19
Feminino	11,62 ± 3,16	6,74 ± 2,54	8,99 ± 3,22	5,98 ± 3,51	12,73 ± 3,60	9,86 ± 2,71
Masculino	8,94 ± 4,20	4,88 ± 3,28	9,38 ± 3,65	6,25 ± 3,66	9,81 ± 3,92	8,88 ± 2,70
Mora na cidade que estuda*	p = 0,04	p = 0,44	p = 0,62	p < 0,001	p = 0,26	p = 0,55
Não	11,98 ± 3,56	6,73 ± 2,52	9,15 ± 3,61	8,53 ± 2,52	12,75 ± 3,81	9,83 ± 2,95
Sim	10,67 ± 3,33	6,25 ± 2,89	8,98 ± 3,06	4,35 ± 3,08	11,93 ± 3,76	9,62 ± 2,58
Trabalha*	p = 0,38	p = 0,04	p = 0,06	p = 0,44	p = 0,51	p = 0,50
Não	11,57 ± 3,14	7,11 ± 2,67	8,41 ± 3,05	6,30 ± 3,32	12,57 ± 3,78	9,46 ± 2,72
Sim	10,97 ± 3,65	6,05 ± 2,73	9,43 ± 3,36	5,86 ± 3,64	12,08 ± 3,80	9,84 ± 2,73
Renda Familiar*	p = 0,32	p = 0,85	p = 0,82	p = 0,79	p = 0,52	p = 0,04
1 e 2 salários	11,60 ± 3,57	6,44 ± 2,82	8,95 ± 3,49	6,11 ± 3,48	12,44 ± 3,87	10,21 ± 2,32
Mais de 3 salários	10,53 ± 3,23	6,45 ± 2,65	9,21 ± 2,91	5,87 ± 3,62	11,97 ± 3,67	8,87 ± 3,13

*Mann-Whitney

Tabela 5. Comparação dos escores do AEEE com o perfil acadêmico (n=100). Trindade/GO, Brasil. 2018.

	Atividades Práticas	Comunicação Profissional	Gerencialmento do tempo	Ambiente	Formação profissional	Atividade teórica
Semestre em curso**	p = 0,02	p = 0,34	p = 0,88	p < 0,001	p = 0,44	p = 0,68
1 ao 3 ^a	9,32 ± 3,63b	5,48 ± 3,58	8,88 ± 3,02	3,24 ± 2,50b	11,40 ± 4,20	9,48 ± 2,89
4 ao 7 ^a	11,94 ± 2,87 ^a	6,90 ± 2,15	9,00 ± 3,35	7,65 ± 3,49a	12,90 ± 3,52	10,10 ± 2,13
8 ao 10 ^a	11,73 ± 3,45 ^a	6,66 ± 2,49	9,18 ± 3,43	6,45 ± 3,15a	12,30 ± 3,70	9,55 ± 3,01
Estágio supervisionado*	p = 0,51	p = 0,42	p = 0,61	p = 0,02	p = 0,51	p = 0,71
Não	11,04 ± 3,40	6,51 ± 2,71	8,99 ± 3,15	5,61 ± 3,55	12,36 ± 3,92	9,80 ± 2,52
Sim	11,80 ± 3,75	6,15 ± 2,92	9,30 ± 3,81	7,65 ± 2,92	11,85 ± 3,23	9,30 ± 3,45
Carga horaria (Horas/dia)*	p = 0,29	p = 0,50	p = 0,69	p = 0,04	p = 0,58	p = 0,84
4h	10,96 ± 3,40	6,49 ± 2,68	9,00 ± 3,16	5,65 ± 3,57	12,35 ± 3,97	9,78 ± 2,55

Fatores Relacionados ao Estresse em Estudantes de Enfermagem

6h	12,00 ± 3,68	6,27 ± 3,01	9,23 ± 3,72	7,32 ± 3,05	11,95 ± 3,11	9,41 ± 3,30
Pensou em desistir do curso*	p = 0,12	p = 0,73	p = 0,12	p = 0,06	p = 0,54	p = 0,02
Não	10,60 ± 2,31	6,35 ± 2,55	8,45 ± 3,34	5,23 ± 3,15	12,08 ± 3,41	9,08 ± 2,22
Sim	11,58 ± 4,03	6,50 ± 2,88	9,45 ± 3,19	6,55 ± 3,68	12,38 ± 4,04	10,12 ± 2,95

*Mann-Whitney; **Kruskal-Wallis

Discussão

O presente estudo mostrou que os estudantes de enfermagem apresentaram nos domínios do AEEE em média, nível de estresse muito alto em formação profissional, alto em comunicação profissional, médio em atividades práticas e baixo nível de estresse em gerenciamento do tempo, ambiente e atividade teórica. Tiveram maior nível de estresse estudantes do sexo feminino, que não moravam na cidade que estudavam, que não trabalhavam, com renda entre um e dois salários mínimos, que cursavam do quarto ao décimo período, em estágio supervisionado, que cumpriam carga horária de estudo de seis horas por dia, e que já pensaram em desistir do curso.

O domínio formação profissional foi o que apresentou maior comprometimento, 69% dos estudantes tiveram alto e muito alto nível de estresse. Os itens deste domínio se referem à insegurança dos estudantes sobre o conhecimento recebido durante sua formação e como isto pode refletir na futura vida profissional (Costa; Polak, 2009).

Em outras pesquisas (Almeida *et al.*, 2017; Benavente *et al.*, 2014), este domínio também foi encontrado como o mais alarmante, sendo importante destacar que a porcentagem de discentes com nível de estresse alto e muito alto foi inferior ao achado deste estudo. Algumas pesquisas avaliaram o nível de estresse por período, apontando que os estudantes apresentavam-se mais estressados sobre sua formação profissional nos últimos semestres do curso (Mussi *et al.*, 2019; Almeida *et al.*, 2017; Soares; Oliveira, 2013). Já neste estudo não houve diferença neste domínio ao comparar os estudantes que cursam do primeiro ao terceiro, do quarto ao sétimo ou do oitavo ao décimo períodos.

O elevado nível de estresse sobre aspectos relacionados à formação profissional se trata da insegurança vivenciada na transição do papel de estudante para enfermeiro e as questões sobre a concorrência profissional (Soares; Oliveira, 2013).

Neste sentido, sugere-se que seja investido no aprendizado prático e em bons campos de estágios para que o discente consiga adquirir conhecimento suficiente afim de trazer segurança na execução das práticas da profissão; e que as instituições estabeleçam direcionamento ao mercado de trabalho, trazendo informações sobre oportunidades, editais de concursos e residências públicas e até mesmo criar parcerias com instituições de saúde para ofertar vagas de emprego.

Comunicação profissional foi o segundo domínio mais comprometido. Pouco mais da metade (51%) dos estudantes teve nível alto ou muito alto de estresse. Os itens deste domínio abordam as dificuldades sentidas pelo estudante na comunicação, nas relações com as pessoas do convívio profissional e nas situações de conflitos existentes (Costa; Polak., 2009).

Estudos anteriores encontraram neste domínio alto ou muito alto nível de estresse em 34,3% dos estudantes (Soares; Oliveira, 2013) e nível alto de estresse em 25,2% (Pereira et al., 2014). Em outro estudo onde não foi verificado níveis elevados de estresse neste domínio, os autores justificam pelo motivo de que as atividades práticas hospitalares são realizadas em hospitais universitários devidamente preparados para receber alunos e conduzi-los, contribuindo na minimização do estresse (Hirsch *et al.*, 2018).

Os estudantes de enfermagem na maioria são jovens e apresentam falta de experiência em estabelecer boas relações com o outro e na tomada de decisões em questões da assistência juntamente a equipe. Ainda pode-se destacar as diferenças individuais entre os colegas do curso e a busca competitiva pelo conhecimento como geradoras de conflitos durante a prática assistencial (Pereira *et al.*, 2014). Talvez uma explicação para isso seja a falta de companheirismo e união muito relatada como característica da profissão de enfermagem, existindo desde a graduação.

Nesse contexto, tendo em vista a problemática do estudante em suas relações interpessoais profissionais ou acadêmicas, ressalta-se a importância e o papel fundamental dos docentes em auxiliar o enfrentamento a essas dificuldades, por meio de aulas que proporcionem interação com o grupo, rodas de conversa, atividades que desenvolvam liderança, empatia, trabalho em equipe; e até mesmo incentivar a participação em eventos.

No que se refere ao domínio Atividades práticas, foi encontrado neste estudo nível médio de estresse, e nele são abordadas questões sobre o conhecimento instrumental adquirido pelo acadêmico para execução das práticas do cuidado e os sentimentos que ocorrem na assistência à saúde de um indivíduo (Costa; Polak., 2009). Outras pesquisas identificaram resultados aproximados, com prevalência neste domínio de 35,1% dos estudantes com nível médio de estresse (Pereira *et al.*, 2014), e 40% com baixo e médio nível de estresse (Benavente *et al.*, 2014).

Em contrapartida pesquisadores observaram que o nível de estresse no domínio atividades práticas foi maior no sexto período do curso, diminuindo no oitavo e nono período, indicando uma progressão do estudante em seu processo de formação, onde a insegurança na

realização de procedimentos e os cuidados diretos ao paciente foram ficando mais distantes, resultando em maior dedicação do acadêmico e uma direção lógica do plano pedagógico do curso (Almeida *et al.*, 2017). Algo que difere deste estudo que apontou que os alunos do quarto ao décimo semestre tiveram maior estresse em relação às atividades práticas.

As circunstâncias enfrentadas pelos estudantes no início das práticas hospitalares podem ser experimentadas como estressoras devido a tensão, ansiedade e medo ao adentrar no ambiente desconhecido (Hirsch *et al.*, 2018) e ainda a exigência de colocar em prática suas habilidades e competências da profissão e maior responsabilidade com o curso (Mussi *et al.*, 2019). A cerca disto é comum que o estudante se sinta constrangido na maneira em que são recebidos pelo profissionais de saúde e pacientes ao executarem algum procedimento, devido a sua falta de experiência e insegurança demonstrada para tal.

Se faz necessário que o estudante seja preparado para enfrentar tais situações em sua formação, trabalhar a sua autoconfiança, aumentar o treinamento de prática oferecido de forma que ela seja condizente com a teoria recebida, e que as oportunidades em executar as atividades nas instituições de saúde sejam oferecidas de maneira que ele se sinta seguro e confiante.

O estudo apontou uma relação positiva do desempenho acadêmico com o domínio formação profissional, demonstrando que quanto maior o desempenho acadêmico maior o nível de estresse do estudante. Fato contraposto é percebido em estudo que afirma que as situações de estresse que os estudantes vivenciam em alguns aspectos, dentre eles a sua formação profissional, podem acarretar diminuição da qualidade do desempenho acadêmico, podendo interferir na saúde física e psíquica destes futuros profissionais (Borine; Wanderley; Bassitt, 2015). A diminuição ou o aumento do desempenho acadêmico do estudante pode estar relacionado com a forma com que ele lida com suas demandas acadêmicas, sendo que os estudantes mais responsáveis e dedicados aos estudos consequentemente são os que mais se preocupam com o futuro profissional.

Contudo a preocupação do estudante com o conhecimento adquirido em sua formação, o medo do futuro profissional e como isso será enfrentado pelo estudante pode determinar a ocorrência de altos níveis de estresse. Sugere-se que a instituição busque meios de contribuir no direcionamento do acadêmico para a continuidade do aperfeiçoamento profissional nas especializações e que gerem oportunidades no mercado de trabalho.

Estudantes do sexo feminino tiveram maior nível de estresse nos domínios atividades práticas, comunicação e formação profissional. Estudo também feito com estudantes de

enfermagem mostrou que as mulheres encontraram-se mais estressadas referente às atividades práticas e a formação profissional e ainda em relação ao ambiente e as atividades teóricas (Almeida *et al.*, 2017).

Pesquisa feita com estudantes da área da saúde identificou que as mulheres apresentam níveis elevados de estresse, o que pode estar relacionado ao acúmulo de responsabilidades que exercem como trabalhar, estudar, a busca pelo seu espaço no mercado de trabalho, cuidar da casa e outros (Bublitz *et al.*, 2013). Além disso, as mulheres têm se destacado cada vez mais na profissão de Enfermagem assumindo cargos importantes de gestão em saúde, o que exige desde cedo conhecimento e mais responsabilidades.

Os estudantes que não moravam na cidade em que estudavam, tiveram maior estresse nos domínios atividades práticas e ambiente. O domínio ambiente está relacionado a dificuldades encontradas em relação aos meios de transporte utilizados para o deslocamento aos locais de aulas (Costa; Polak, 2009). Um estudo observou alto nível de estresse em relação às situações vivenciadas no ambiente hospitalar na relação enfermeiro-paciente e ainda ao fato das aulas práticas serem distantes da IES, sendo necessário uso de transporte coletivo (Bublitz *et al.*, 2013).

Entende-se que os estudantes que não moram na mesma cidade em que estudam enfrentam maiores dificuldades no deslocamento para a faculdade e locais de estágios, pois demandam maior tempo e gasto financeiro com transporte, sendo um fator que gera estresse. Esta rotina de percorrer longas distâncias para o estudo pode contribuir para maior cansaço físico e mental. Diante este achado, sugere-se medidas como a contratação de campos de estágios mais próximos da faculdade e apoio financeiro, por meio de bolsas de estudo, descontos e estágios remunerados.

Aqueles estudantes que não trabalhavam obtiveram maior nível de estresse no domínio comunicação profissional. Os estudantes de enfermagem em sua maioria são jovens e possuem dificuldades em relacionamentos tanto profissionais quanto pessoais (Pereira *et al.*, 2014). Assim a inexperiência e imaturidade do estudante pode existir pelo fato de não trabalhar e não ter contatos profissionais.

Sobre a renda familiar, os estudantes que ganhavam entre 1 e 2 salários mínimos tiveram maior estresse no domínio atividade teórica. Este domínio representa o grau de dificuldade do estudante em relação à metodologia de ensino utilizada, os cronogramas de conteúdos e atividades desenvolvidas (Costa; Polak, 2009).

A permanência de um estudante em um curso de graduação requer gastos com alimentação, transporte, vestuário e material didático (Almeida *et al.*, 2017). É importante que a instituição garanta a permanência deste estudante ofertando bolsas de estudos e viabilizar descontos em mensalidades, contribuindo na minimização do estresse neste aspecto.

Os estudantes que cursam do quarto ao décimo semestre possuem maior nível de estresse nos domínios atividades práticas e ambiente. Pesquisadores comprovam uma piora dos níveis de estresse dos acadêmicos nos semestres finais do curso nos domínios atividades práticas e ambiente, e ainda nos domínios comunicação profissional e formação profissional.

A ocorrência do estresse nos semestres finais do curso surgem devido as demandas que são exigidas ao estudante quando expostos às atividades de prática clínica sendo necessário mostrar suas competências e habilidades da profissão ao avançar para o término do curso; e também as dificuldades de deslocamento encontradas devido as longas distâncias entre a residência, faculdade e os campos de estágio (Mussi *et al.*, 2019).

Destaca-se que os estudantes da instituição pesquisada iniciam seus estágios curriculares à partir do nono semestre e seus campos de estágio são na maioria em outro município, o que pode contribuir para o nível elevado de estresse encontrado.

Desse modo, seria pertinente reavaliar a metodologia de ensino utilizada pelos docentes, com mais aulas práticas nos semestres em que ainda não são realizados os estágios curriculares, ofertando conhecimento prático de qualidade; aumentar o investimento em laboratórios e materiais; e viabilizar campos de estágios em localidades mais próximas.

Os acadêmicos que estavam em períodos de estágio supervisionado e tinham carga horária de estudo de 6 horas diárias encontraram-se mais estressados no domínio ambiente. Uma pesquisa apontou este domínio como o segundo mais estressante para estudantes que realizavam aulas práticas distantes da universidade e que na maioria era necessário o uso do transporte coletivo (Bublitz *et al.*, 2013).

Estudantes que já pensaram em desistir do curso tiveram maior nível de estresse no domínio atividade teórica. Um estudo que avaliou estresse geral, demonstrou nível médio de estresse nos estudantes que não pensaram em desistir do curso (Bublitz *et al.*, 2016). Outro estudo observou que os pensamentos em desistir do curso se fizeram presentes nos estudantes que precisam conciliar os estudos com o trabalho (Borine; Wanderley; Bassitt, 2015). Vale ressaltar que este estudo identificou uma comparação diferente a esta, onde estudantes que trabalhavam obtiveram menores índices de estresse no domínio comunicação profissional.

A dificuldade em gerenciar a demanda de atividades acadêmicas pode levar o estudante ao estresse e conseqüentemente a desistência do curso. Sugere-se que sejam implementadas metodologias ativas de ensino, buscando despertar o protagonismo do aluno afim de motivá-lo a tornar o processo de ensino e aprendizagem mais significativo.

Ressalta-se a importância de lançar mão de estratégias motivacionais e de valorização do estudante durante todo o seu processo formativo; e quando necessário encaminhamento para acompanhamento psicológico em grupo ou individualizado.

Sugere-se que mais pesquisas sejam realizadas, com estudantes de instituições tanto públicas quanto privadas e também de outras regiões do país, afim de ampliar fontes de comparações.

Como limitação do estudo destaca-se a pequena população e o fato da coleta ter sido desenvolvida em apenas uma IES. Contudo, foi possível perceber a importância dos achados deste estudo, uma vez que se trata da saúde do acadêmico e do futuro profissional de enfermagem, que terá que lidar com as questões de saúde e doença de outras pessoas, liderança e gerenciamento de conflitos de sua equipe, exigindo preparação emocional e física em sua atuação.

Conclusão

Verificou-se que o estresse está presente nos estudantes de enfermagem, sendo mais elevado nos aspectos relacionados à formação e comunicação profissional e atividades práticas. Fatores sociodemográficos e acadêmicos podem influenciar a ocorrência do estresse, sendo eles: ser do sexo feminino, não residir na cidade em que estuda, não trabalhar, ter renda entre um e dois salários mínimos, cursar do quarto ao décimo período, estar em estágio supervisionado, cumprir carga horária de estudo de seis horas por dia, pensamento de desistência do curso.

Sugere-se que as instituições de ensino atentem aos sinais de estresse dos estudantes, com olhar diferenciado às pessoas com perfil mais vulnerável, e que ferramentas sejam elaboradas com objetivo de auxiliar no gerenciamento e minimização do mesmo. Esta pesquisa apresentou uma realidade que leva a refletir sobre mudanças a serem realizadas no contexto de formação do enfermeiro, na intenção de contribuir para que o acadêmico viva a vida acadêmica de maneira saudável.

Referências

- SILVA, R. M.; COSTA, A. L. S.; MUSSI, F. C.; LOPES, V. C.; BATISTA, K. M.; SANTOS, O. P. Health alterations in nursing students after a year from admission to the undergraduate course. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 53, e03450, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018008103450>
- YOSETAKE, A. L.; CAMARGO, I. M. L.; LUHESI, L. B.; DONATO, E. C. S. G.; TEIXEIRA, C. A. B. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. **SMAD – Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 117–124, 2018. DOI: <http://10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000336>
- BAGCIVAN, G.; CINAR, F. I.; TOSUN, N.; KORKMAZ, R. Determination of nursing students' expectations for faculty members and perceived stressors during their education. **Contemporary Nurse**, v. 50, n. 1, p. 58–71, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1080/10376178.2015.1010259>
- SANTOS, R. J. L. L.; SOUSA, E. P.; RODRIGUES, G. M. M.; QUARESMA, P. C. Estresse em acadêmicos de enfermagem: importância de identificar o agente estressor. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 2, n. 2, p. 1086–1094, mar./abr. 2019. Disponível em: <http://www.brjd.com.br/index.php/BJHR/article/view/1304/1183>
- MENDES, S. S.; SALVI, C. P. P.; MORAES, B. F. M.; MARTINO, M. M. F. Instrumentos para avaliação de estresse em estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 13, n. 3, p. 829–838, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i3a236076p829-838-2019>
- MUSSI, F. C.; PIRES, C. G. S.; CARNEIRO, L. S.; COSTA, A. L. S.; RIBEIRO, F. M. S. S.; SANTOS, A. F. Comparison of stress in freshman and senior nursing students. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 53, e03431, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2017023503431>
- COSTA, A. L. S.; POLAK, C. Construção e validação de instrumento para avaliação de estresse em estudantes de enfermagem (AEEE). **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 43, n. 5, p. 1017–1026, 2009. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342009000500005>
- BUBLITZ, S.; GUIDO, L. A.; LOPES, L. F. D.; FREITAS, E. O. Association between nursing students' academic and sociodemographic characteristics and stress. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 25, n. 4, e2440015, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072016002440015>
- ALMEIDA, C. A. P. L.; SILVA, L. Q.; ROCHA, F. C. V.; BATISTA, M. R. F. F.; SALES, M. C. V. Fatores associados ao aparecimento do estresse em uma amostra de estudantes de enfermagem universitários. **SMAD – Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 13, n. 4, p. 176–188, 2017. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v13i4p176-188>

SOARES, M. H.; OLIVEIRA, F. S. A relação entre álcool, tabaco e estresse em estudantes de enfermagem. **SMAD – Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 9, n. 2, p. 88–94, maio/ago. 2013. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v9i2p88-94>

BENAVENTE, S. B. T.; SILVA, R. M.; HIGASHI, A. B.; GUIDO, L. A.; COSTA, A. L. S. Influência de fatores de estresse e características sociodemográficas na qualidade do sono de estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 48, n. 3, p. 514–520, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000300018>

PEREIRA, F. G. F.; CALDINI, L. N.; MIRANDA, M. D. C.; CAETANO, J. A. Assessment of stress in the inclusion of nursing students in hospital practice. **Investigación y Educación en Enfermería**, v. 32, n. 3, p. 430–437, 2014. DOI: <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v32n3a08>

HIRSCH, C. D. *et al.* Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 27, n. 1, e0370014, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072018000370014>

BORINE, R. C. C.; WANDERLEY, K. S. I.; BASSITT, D. P. Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 6, n. 1, p. 100–118, jun. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S223664072015000100008&lng=pt&nrm=iso

BUBLITZ, S.; ETIANE, O. F.; RAQUEL, S. K.; LUIS, F. D. L.; LAURA, A. G. Estressores entre acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 739–745, maio 2013. Disponível em: <https://www.publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/5>