

## ANÁLISE COMPARATIVA DO NÍVEL DE ESTRESSE ENTRE ALUNOS DE CURSOS INTEGRAIS E NÃO INTEGRAIS DA ÁREA DA SAÚDE DA UFPA

Elaine Cristina Carrera Barros<sup>1</sup>; Luíza Penha Pinheiro<sup>1</sup>; Alessandra Cardoso de Jesus<sup>1</sup>;  
Nayara Pereira Rodrigues<sup>1</sup>; Diego Sá Guimarães da Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduação, <sup>2</sup>Mestrado  
Universidade Federal do Pará (UFPA)  
ft.elainebarros@gmail.com

**Introdução:** O termo estresse vem sendo usado de forma generalizada tornando simplista os efeitos e reais significados dos problemas gerados pelo estresse. Historicamente, o termo estresse (do inglês, “stress”) foi utilizado inicialmente na Física para traduzir o grau de deformidade sofrido por um material quando submetido a um esforço ou tensão. Em 1956, Hans Selye, endocrinologista americano, transpôs o significado para a Fisiologia, indicando-o como esforço de adaptação do organismo para enfrentar situações que considere ameaçadoras à sua vida e ao seu equilíbrio interno, as quais podem ser definidas como estressores. Entre os sinais e sintomas que ocorrem com maior frequência, os sintomas físicos são os mais relatados: aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios. Em termos psicológicos, vários sintomas podem ocorrer tais como: ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação excessiva, inabilidade de concentrar-se em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldade de relaxar, ira e hipersensibilidade emotiva. No transcurso da vida, em determinadas ocasiões, as pressões biopsicossociais são responsáveis por desequilíbrios na homeostase do indivíduo, prejudicando seu desempenho nas mais variadas circunstâncias. Essas pressões geradoras de estresse são vivenciadas em diversas oportunidades tanto na vida pessoal, social, profissional e, não menos diferente, durante a trajetória acadêmica. A entrada no Ensino Superior é um acontecimento relevante na vida do estudante que implica frequentemente em grandes mudanças. O aluno vivencia diversos sentimentos. Entre esses destacam a formação de um novo ciclo de amigos, adaptação a novos horários, problemas financeiros, preocupações com seu futuro mercado de trabalho, afastamento de seu ambiente familiar, as cobranças, o encontro com a dor, o sofrimento, a doença e a morte de pessoas são pontos que favorecem o desequilíbrio emocional. Todos esses fatores podem ser entendidos como estressores, desencadeando o estresse e fazendo com que o sujeito não consiga se adaptar a novas situações (FIGUEIREDO, 1995). O estudante necessita de se ajustar a todo esse conjunto de mudanças, e o apoio encontrado junto dos pares, na família e nos professores, parece ser decisivo para este processo (Machado & Almeida, 2000; Fisher, 1994). Cada pessoa tem um limite para atingir seu equilíbrio novamente. Quanto mais resistente for e mais estratégias utilizar, mais tempo ele conseguirá resistir aos fatores causadores do stress. Quando o organismo não encontra solução para eliminar o stress ele sofre e se enfraquece, baixando sua imunidade e dando lugar a diversas doenças oportunistas, como a gripe, gastrite, problemas dermatológicos, etc. bem como reações psicológicas como a ansiedade, cólera, depressão, apatia, angústia e etc Os cursos da saúde também trazem a responsabilidade de lidar com os limites humanos, podendo o aluno desenvolver sentimentos de incapacidade frente às atividades exigidas durante sua formação profissional. A prática de um estágio na área da saúde é comum, articulado à formação do aluno, e tem importância assumida pelos próprios acadêmicos e pelas instituições formadoras, mas também pode ser fonte de sofrimento e conflitos (GERVÁSIO, 2012). A natureza estressante do início de um exercício profissional, em conjunto com as características próprias de cada sujeito, tem sido apontada como fator responsável ou

desencadeante de transtornos emocionais em estudantes, principalmente os da área da saúde (FRANCO, 2001). **Objetivos:** Devido o público universitário ser pouco estudado quanto ao estresse, o estudo tem como objetivo a comparação do nível de estresse entre alunos, da área da saúde, de curso integral e não integral da Universidade Federal do Pará. **Descrição da Experiência:** A pesquisa foi realizada com discentes matriculados nos cursos de fisioterapia, farmácia e enfermagem, que têm o regime integral, e odontologia, terapia ocupacional e nutrição, com regime não integral. Foi realizado cálculo amostral com base no número de alunos contido em cada faculdade. Com isso, 55 alunos foram selecionados de cada faculdade totalizando uma amostra de 350 indivíduos. A participação se fez mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Cada participante assinalou o Inventário de Lipp, que mede o nível de estresse do indivíduo de 1 a 3, classificando-os em nível de alerta, resistência e exaustão, respectivamente. **Resultados:** Foi encontrado que 58% dos estudantes de curso integral possuem estresse grau 2 (Resistência) e nos cursos regulares apenas 50% estão nessa fase do estresse. 18% de alunos de curso integral estão na fase 3 do estresse (exaustão), enquanto apenas nos cursos regulares apenas 12% se encontram nesta fase. Verificou-se também que apenas 24% dos alunos de curso integral não possuem estresse em nenhum grau e 36% dos alunos de curso regular não possuem estresse. Para verificar a dependência entre as variáveis “curso integral” e “estresse” foi utilizado o teste qui-quadrado. O resultado se mostrou estatisticamente significativo, pois  $P=0,0163$ , com nível  $\alpha=0,05$ , mostrando que há dependência entre freqüentar um curso integral e desenvolver algum nível de estresse. O Odds Ratio também indicou que há 78% mais chances de um aluno de curso integral desenvolver qualquer nível de estresse (alerta, resistência, exaustão) em relação a um aluno de curso regular. **Conclusão/Considerações Finais:** Os alunos de curso integral estão mais predisponentes ao estresse do que aqueles de curso regular, com relação estatisticamente significativa e existem mais alunos sem estresse nos cursos regulares do que nos integrais. Verificou-se a falta de estudos relacionados ao tema, sendo necessária a realização de mais pesquisas na área, para melhor entendimento do tema para que se possa obter meios de tornar a qualidade de vida desse aluno melhor.

#### Referências:

1. DE FIGUEIREDO, Rosely Moralez; DE OLIVEIRA, Maria Antonia Paduan. Necessidades de estudantes universitários para implantação de um serviço de orientação e educação em saúde mental. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 3, n. 1, p. 05-14, 1995.
2. DE SOUZA MONTEIRO, Claudete Ferreira; DE MEDEIROS FREITAS, Jairo Francisco; RIBEIRO, Artur Assunção Pereira. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, v. 20211, p. 66, 2007.
3. MILSTED, J. G.; AMORIM, C.; SANTOS, M. Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. In: IX Congresso Nacional de Educação/III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia. PUC/PR (on line). Recuperado em. 2009.