

ASSOCIAÇÃO ENTRE ESTRESSE E VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DE UMA INSTITUIÇÃO DO PARANÁ

THE ASSOCIATION BETWEEN STRESS AND SOCIODEMOGRAPHIC VARIABLE ON NURSING STUDENT OF AN INSTITUTION IN PARANÁ

*Maria Antônia Ramos Costa¹
João Lucas Campos de Oliveira²
Verusca Soares de Souza³
Kelly Cristina Inoue⁴
Gislene Aparecida Xavier dos Reis⁵
Laura Misue Matsuda⁶*

RESUMO

Objetivo: Verificar se existe associação entre variáveis sociodemográficas e estresse entre estudantes do terceiro ano do curso de graduação em enfermagem. **Método:** Estudo descritivo-exploratório, com abordagem quantitativa com 20 (83%) graduandos da terceira série da graduação em enfermagem de uma instituição de ensino pública, entre maio e junho de 2014. **Resultados/discussão:** Os graduandos responderam ao questionário “Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem”, e seu escore foi classificado em “menor nível de estresse” e “maior nível de estresse”. Entre os participantes, a maior parte era composta por trabalhadores, o que reflete em sobrecarga de atividades. **Conclusão:** Entretanto, não houve associação estatística entre os domínios do estresse e variáveis sociodemográficas dos estudantes investigados.

Palavras-chave: Enfermagem. Estudantes de enfermagem. Estresse psicológico. Saúde mental. Ensino.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to investigate the association between socio-demographic variables and stress among students of the third year of the degree course in nursing. **Methods:** To this end, there was a descriptive study with 20 (83%) graduates of the third graduation serial nursing a public education institution, between May and June 2014. **Results/discussion:** The graduates responded to the questionnaire assessment of stress among students Nursing and his score was ranked Lower Level of Stress and Increased stress level. Among the participants,

¹ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Diretora do Centro de Ciências da Saúde e docente da Universidade Estadual do Paraná – Campus Paranavaí/Paraná – Brasil.

² Doutorando em Enfermagem pela Universidade Estadual de Maringá. Docente da Universidade Estadual do Oeste do Paraná – Cascavel/Paraná – Brasil.

³ Enfermeira. Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Estadual de Maringá. Docente da Universidade Estadual do Paraná – Campus Paranavaí/Paraná – Brasil.

⁴ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Faculdade Ingá. Intensivista no Hospital Universitário de Maringá/Paraná – Brasil.

⁵ Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Estadual de Maringá.

⁶ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá/Paraná – Brasil.

most of it was made up of workers, which reflects activities overload. Conclusion: However, there was no statistically association between the domains of stress and socio-demographic variables of the investigated students.

Keywords: Nursing. Students Nursing. Stress psychological. Mental health. Teaching.

INTRODUÇÃO

Nos diversos segmentos da sociedade, em virtude das exigências mercadológicas e sociais, o estresse tem aumentado na vida das pessoas, e isso pode ser constatado também no âmbito acadêmico/estudantil⁽¹⁾. Nesse contexto, no campo do ensino em Enfermagem, existe preocupação crescente com a identificação do estresse entre os seus estudantes⁽²⁾, os quais, além da necessidade de se adaptar às novas experiências universitárias, necessitam desenvolver habilidades e competências que os preparem ao exercício profissional⁽³⁾.

Sabe-se que, devido às diferenças individuais do ser humano (características genéticas, de personalidade, de fatores sociais, culturais, psicológicos e outros)⁽⁴⁾, as respostas ao estresse se apresentam de maneira diferente. Tal fato reforça a necessidade de problematizar o agravo também no âmbito acadêmico⁽²⁾, visto que, diante de situações estressoras, e agravado por características individuais, os estudantes apresentam maior tendência ao adoecimento⁽¹⁾.

No contexto da graduação em Enfermagem, as exigências acadêmicas podem ser consideradas agentes estressores e, com isso, desencadear manifestações físicas, fisiológicas e psicológicas, que afetam diretamente o desempenho escolar e também a saúde do estudante⁽⁵⁾. Como exemplo disso, estudos^(5,6) apontam que, diante de alguma situação de estresse, acadêmicos de Enfermagem tendem a manifestar sentimentos de medo, ansiedade, preocupação, raiva, culpa e até mesmo depressão.

Um estudo realizado com 88 estudantes do último ano do curso de Enfermagem de uma

universidade do estado de São Paulo revelou que existe relação entre estresse e sinais indicativos de depressão e que acontecimentos estressantes podem desencadear momentos depressivos⁽⁵⁾. Quanto ao terceiro ano, período em que as disciplinas específicas da Enfermagem são introduzidas na sua totalidade na matriz curricular, o que muitas vezes resulta em sobrecarga de aulas teóricas, práticas de ensino e estágios, é tido como o mais difícil ou com maior sobrecarga entre os anos da graduação⁽⁷⁾.

O estresse entre acadêmicos de enfermagem é um problema a ser enfrentado pelos gestores da educação, uma vez que em cada período do curso encontram-se diferentes fatores considerados estressores, os quais podem variar nos efeitos nocivos à saúde dos estudantes. Nesse aspecto, um estudo realizado numa universidade privada dos Estados Unidos verificou que os estudantes de Enfermagem do segundo ano apresentavam altos níveis de estresse provocados pela falta de tempo para o lazer, nível elevado de exigência e, também, pela responsabilidade da assistência direta ao paciente/usuário, já que no primeiro ano do curso as práticas eram realizadas em laboratórios⁽⁶⁾.

Outro estudo realizado com 14 graduandos do último ano do curso de Enfermagem de uma faculdade privada do interior paulista identificou que existem outros fatores que desencadeiam o estresse, tais como: sobrecarga de atividades acadêmicas teóricas e práticas; expectativas e preocupações com o mercado de trabalho; desgaste físico e mental para aqueles que estudam e exercem atividade profissional; e dificuldade em conciliar o estudo com a família⁽⁷⁾.

Cumprе mencionar que os cursos de graduação em Enfermagem concentram em sua matriz curricular as disciplinas específicas com as aulas práticas e estágios, oferecidas nos últimos anos. Dessa forma, a maior parte do processo adaptativo durante a graduação em Enfermagem ocorre durante a transição de disciplinas básicas para disciplinas específicas, o que geralmente

ocorre no terceiro e quarto anos do curso. Nessa perspectiva, um estudo⁽³⁾ evidenciou como principais estressores entre graduandos de Enfermagem as dificuldades relacionadas à esfera pessoal e familiar e também a estrutura oferecida para a realização das atividades em campo de estágio. O referido estudo concluiu que conciliar trabalho, estudo e momentos para o lazer podem desencadear desgastes nos acadêmicos.

Destaca-se ainda que, nos últimos anos do curso, o acadêmico se depara com os contextos de maior carga horária prática distribuída em turnos; com as diferenças entre o que aprendem na teoria e a realidade assistencial; e com um processo de avaliação que enfatiza maior desenvolvimento das habilidades técnico-científicas e do pensamento clínico; fatores estes que podem ser considerados estressores. Esses dados justificam a importância deste estudo, que prioriza os estudantes do terceiro ano, para que situações estressoras específicas desse período sejam identificadas, e ações de prevenção de estresse sejam aprimoradas.

Ainda que seja um tema, de certo modo, recorrente no universo da produção científica⁽³⁾, as investigações relacionadas ao nível de estresse entre estudantes do curso de Enfermagem são voltadas principalmente para o último ano de graduação^(5,7-8) porque, nesse período, além da sobrecarga de atividades acadêmicas, ocorre a transição entre o ser estudante e o ser profissional^(7,9). Torna-se importante, portanto, que sejam realizadas pesquisas para quantificação do nível de estresse e identificação dos fatores estressores entre acadêmicos de Enfermagem de diferentes séries/anos da graduação, de modo que possibilite a identificação das particularidades de cada etapa do curso. Além disso, os resultados deste estudo podem subsidiar intervenções dos docentes e gestores da educação e, principalmente, minimizar as repercussões negativas do estresse na saúde dos estudantes.

Com base no exposto, este artigo se pauta na seguinte questão: Será que existe associação entre variáveis pessoais e estresse de estudantes de

Enfermagem? E, para responder a essa questão, este estudo teve como objetivo verificar se existe associação entre variáveis sociodemográficas e estresse entre estudantes do terceiro ano do curso de graduação em Enfermagem.

MÉTODO

Estudo descritivo-exploratório, de abordagem quantitativa, realizado entre maio a junho de 2014, com graduandos da terceira série do curso de graduação em Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES) pública do Paraná. A saber, a IES local deste estudo oferta o referido curso com duração de quatro anos, dispondo aulas teóricas no período noturno e aulas práticas e estágios no período diurno.

Para a seleção dos participantes, foram considerados os seguintes critérios de inclusão: estar regularmente matriculado na terceira série do curso de graduação em Enfermagem em 2014, ter idade igual ou maior a 18 anos, e aceitar formalmente participar da pesquisa. Desse modo, de um total de 24 alunos (100%), participaram 20 (83%).

Para a coleta de dados, utilizou-se um instrumento composto de duas partes. Na primeira constava itens de caracterização sociodemográfica (sexo, idade, faixa etária e se exerciam atividade remunerada), e a segunda remetia ao questionário “Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem” (AEEE) construído e validado por Costa e Polak em 2011⁽¹⁰⁾, o qual é constituído de 30 questões, cujas respostas se apresentam em escala do tipo *Likert*, em quatro níveis: Nível 0 – Quando o estudante não vivenciou a situação; Nível 1 – Quando o estudante não se sentiu estressado com a situação; Nível 2 – Quando o estudante se sentiu pouco estressado com a situação; e, por último, Nível 3 – Quando o estudante se sentiu muito estressado com a situação⁽¹⁰⁾.

O questionário AEEE contém seis domínios: 1 – Realização das atividades práticas

(seis questões), que se refere ao conhecimento adquirido pelo aluno para a realização dos procedimentos e os sentimentos envolvidos durante a assistência ao paciente; 2 – Comunicação profissional (quatro questões), aponta as dificuldades sentidas na comunicação, na relação do indivíduo com os elementos do convívio profissional e com as situações conflitantes que surgem; 3 – Gerenciamento do tempo (cinco questões), considera as dificuldades relatadas pelos graduandos para conciliar as atividades estabelecidas na matriz curricular com as exigências pessoais, emocionais e sociais; 4 – Ambiente (quatro questões), se refere à dificuldade percebida no acesso aos campos de estágio ou universidade e as situações de desgaste provocados pelos meios de transporte utilizados; 5 – Formação profissional (seis questões), aponta a preocupação do aluno sobre o conhecimento adquirido em sua fase de formação acadêmica e o impacto que exerce em seu futuro profissional; e 6 – Atividade teórica (cinco questões), aborda o grau de dificuldade que o acadêmico teve com o conteúdo programático, atividades desenvolvidas e com a metodologia de ensino adotada⁽¹⁰⁾.

O nível de estresse de cada dimensão foi classificado de acordo com a soma dos escores dos itens/questões que a compõe, conforme consta no Quadro 1.

Quadro 1: Classificação do nível de estresse para cada dimensão de acordo com a pontuação do questionário AEEE

Dimensão \ Nível de estresse	Baixo (pontos)	Médio (pontos)	Alto (pontos)	Muito alto (pontos)
1. Realização das atividades práticas	0 – 9	10 – 12	13 – 14	15 – 18
2. Comunicação profissional	0 – 5	6	7 – 8	9 – 12
3. Gerenciamento do tempo	0 – 10	11 – 12	13 – 14	15

Dimensão \ Nível de estresse	Baixo (pontos)	Médio (pontos)	Alto (pontos)	Muito alto (pontos)
4. Ambiente	0 – 7	8 – 10	11	12
5. Formação profissional	0 – 9	10	11 – 12	13 – 18
6. Atividade teórica	0 – 9	10 – 11	12 – 13	14 – 15

Fonte: Costa e Polak⁽¹⁰⁾

Após a coleta, os dados foram tabulados eletronicamente, e procedeu-se à análise estatística descritiva (medidas de dispersão, frequências e porcentagens) e inferencial, realizadas no programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 20. Para análise estatística inferencial, o nível de estresse de cada domínio foi dicotomizado em “menor nível de estresse” (baixo e médio) e “maior nível de estresse” (alto e muito alto). A associação dos níveis de estresse com as variáveis sociodemográficas foi testada por meio do Teste U de Mann-Whitney e Exato de Fisher, ambos com nível de significância estabelecido em 5%.

Todos os aspectos éticos estabelecidos na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde foram cumpridos, e o projeto desta pesquisa foi aprovado por comitê de ética institucionalizado, sob o parecer nº 638.696/2014, CAAE nº. 30706414.0.0000.0092.

RESULTADOS

Participaram 20 acadêmicos de enfermagem, dos quais 19 (95%) eram mulheres e um (5%) era homem; apenas um (5%) era casado e os demais (95%) eram solteiros; a faixa etária predominante foi de 19 a 24 anos (69%) e 16 (80%) exerciam atividades remuneradas.

Na Tabela 1 constam as respostas para cada item do instrumento AEEE.

Tabela 1: Distribuição das respostas às questões do questionário AEEE

Questão	Respostas				Mediana
	0 n(%)	1 n(%)	2 n(%)	3 n(%)	
1. Novas situações que poderá vivenciar na prática clínica	2(10)	8(40)	8(40)	2(10)	1,5
2. Ambiente da unidade clínica de estágio	-	6(30)	13(65)	1(5)	2,0
3. Medo de cometer erros na assistência ao paciente	-	1(5)	7(35)	12(60)	3,0
4. Sentimento de pouco conhecimento para a prova prática	1(5)	3(15)	9(45)	7(35)	2,0
5. Realização dos procedimentos assistenciais	-	9(45)	11(55)	-	2,0
6. Execução de determinados procedimentos	1(5)	9(45)	9(45)	1(5)	1,5
7. Comunicação com os profissionais da unidade de estágio	3(15)	12(60)	4(20)	1(5)	1,0
8. Comunicação com os profissionais de outras unidades no local de estágio	1(5)	14(70)	4(20)	1(5)	1,0
9. Relacionamento com outros profissionais	2(10)	7(35)	9(45)	2(10)	2,0
10. Atitudes conflitantes entre outros profissionais	1(5)	6(30)	10(50)	3(15)	2,0
11. Tempo reduzido para os familiares	-	2(10)	7(35)	11(50)	3,0
12. Distância do convívio social/solidão	1(5)	2(10)	7(35)	10(50)	2,5
13. Falta de tempo para o lazer	-	2(10)	5(25)	13(65)	3,0
14. Falta de tempo para descanso	1(5)	2(10)	5(25)	12(60)	3,0
15. Tempo exigido pelo professor para a entrega das atividades extraclasse	-	3(15)	9(45)	8(40)	2,0
16. Distância entre a faculdade e a moradia	4(20)	8(40)	3(15)	5(25)	3,0
17. Transporte público até o estágio	10(50)	4(20)	2(10)	4(20)	0,5
18. Transporte público até a faculdade	10(50)	4(20)	3(15)	3(15)	00
19. Distância entre a maioria dos campos de estágio e o local de moradia	3(15)	6(30)	7(35)	4(20)	2,0
20. Preocupação com o futuro profissional	2(10)	3(15)	5(25)	10(50)	3,0
21. Semelhança entre situações do estágio e as que poderá vivenciar na vida profissional	4(20)	8(40)	7(35)	1(5)	2,0
22. Situações que poderá vivenciar quando for enfermeiro	1(5)	6(30)	7(35)	6(30)	2,0
23. Perceber a responsabilidade profissional quando está atuando no campo de estágio	2(10)	5(25)	6(30)	7(35)	2,0
24. Vivenciar as atividades como enfermeiro em formação, no campo de estágio	3(15)	7(35)	6(30)	4(20)	2,0
25. Relação entre o conhecimento teórico adquirido no curso e o futuro desempenho profissional	1(5)	6(30)	5(25)	8(40)	2,0
26. Forma de avaliação do conteúdo teórico	2(10)	6(30)	6(30)	6(30)	2,0
27. Insegurança/medo ao fazer provas teóricas	1(5)	4(20)	11(55)	4(20)	2,0
28. Dificuldade para execução dos trabalhos extraclasse	-	11(55)	7(35)	2(10)	2,0
29. Obrigatoriedade de realizar os trabalhos extraclasse	1(5)	7(35)	8(40)	4(20)	2,0
30. Assimilação do conteúdo teórico-prático	2(10)	7(35)	5(25)	6(30)	2,0

Fonte: Os autores

Na Tabela 2, constam dados sobre os níveis de estresse para cada domínio do instrumento AEEE.

Tabela 2: Distribuição dos níveis de estresse, dicotomizados de acordo com os domínios do questionário AEEE

Estresse	Domínios	Menor n (%)	Maior n (%)
Domínio 1: Realização das atividades práticas		14 (70)	6 (30)
Domínio 2: Comunicação profissional		13 (65)	7 (35)
Domínio 3: Gerenciamento do tempo		9 (45)	11 (55)
Domínio 4: Ambiente		17 (85)	3 (15)
Domínio 5: Formação profissional		10 (50)	10 (50)
Domínio 6: Atividade teórica		14 (70)	6 (30)

Fonte: Os autores

Na Tabela 3 constam os resultados do teste de associação entre variáveis sociodemográficas com o nível de estresse entre acadêmicos de Enfermagem, nos domínios 1, 2 e 3 do instrumento AEEE.

A Tabela 4 sumariza os resultados do teste de associação entre variáveis sociodemográficas com o nível de estresse entre acadêmicos de enfermagem, nos domínios 4, 5 e 6 do instrumento AEEE.

Tabela 3: Associação do estresse com variáveis sociodemográficas nos domínios 1, 2 e 3

Variável	Dimensão	Atividades Práticas			Comunicação Profissional			Gerenciamento de Tempo		
		Menor (n)	Maior (n)	p-valor	Menor (n)	Maior (n)	p-valor	Menor (n)	Maior (n)	p-valor
Idade (anos)*		21,5	21	0,841 ^b	21	21	0,588 ^b	22	21	0,067 ^b
Renda mensal (Reais)*		500,00	625,00	0,904 ^b	700,00	400,00	0,115 ^b	490,00	750,00	0,056 ^b
Atividade remunerada										
	Sim	12	4	0,549 ^a	12	4	0,101 ^a	6	10	0,285 ^a
	Não	2	2		1	3		3	1	
Residência na cidade de estudo										
	Sim	10	3	0,613 ^a	9	4	0,651 ^a	7	6	0,374 ^a
	Não	4	3		4	3		2	5	
Atividade física										
	Sim	3	4	0,122 ^a	4	3	0,651 ^a	4	3	0,642 ^a
	Não	11	2		9	4		5	8	

Fonte: Os autores

* Mediana. ^a Teste Exato de Fisher. ^b Teste U de Mann-Whitney.

Tabela 4: Associação do estresse com variáveis sociodemográficas nos domínios 4, 5 e 6

Variável	Dimensão	Ambiente			Formação Profissional			Atividade Teórica		
		Menor (n)	Maior (n)	p-valor	Menor (n)	Maior (n)	p-valor	Menor (n)	Maior (n)	p-valor
Idade (anos)*		21	21	0,689 ^b	21	21,5	0,436 ^b	21,5	20,5	0,353 ^b
Renda mensal (Reais)*		500,00	750,00	0,305 ^b	495,00	625,00	0,280 ^b	500,00	750,00	0,130 ^b
Atividade remunerada										
	Sim	13	3	1,000 ^a	7	9	0,583 ^a	10	6	0,267 ^a
	Não	4	-		3	1		4	-	
Residência na cidade de estudo										
	Sim	12	1	0,270 ^a	8	5	0,350 ^a	8	5	0,354 ^a
	Não	5	2		2	5		6	1	
Atividade física										
	Sim	7	-	0,521 ^a	2	5	0,350 ^a	6	1	0,354 ^a
	Não	10	3		8	5		8	5	

Fonte: Os autores

* Mediana. ^a Teste Exato de Fisher. ^b Teste U de Mann-Whitney.

DISCUSSÃO

Percebe-se que a maioria dos estudantes era do sexo feminino, o que coaduna com outros estudos realizados com estudantes de Enfermagem^(2,11-12). Além disso, tal fato pode significar que características próprias, como o sexo, podem influenciar na forma de enfrentamento do estresse⁽⁴⁾.

Na Tabela 1, na assertiva “Medo de cometer erros durante a assistência ao paciente” (60% de alto estresse), o resultado indica que a maioria dos estudantes sente ansiedade nos momentos de cuidados diretos ao cliente/paciente, sinalizando que, possivelmente, por estarem próximos à conclusão do curso, sabem dos riscos inerentes à assistência e, deste modo, associam essa atividade como agente estressor.

Ressalta-se que, na instituição investigada, as atividades práticas (de cuidado direto) se dão na forma de estágio supervisionado, que tem como objetivos consolidar o conhecimento adquirido e proporcionar ao aluno o desenvolvimento de competências profissionais. Diante da maior cobrança do docente e da expectativa do paciente/cliente, é comum que os estudantes sintam-se temerosos em cometer erros e provocar algum dano como resultado de sua assistência⁽¹³⁾.

Para minimizar o sentimento de insegurança na realização de cuidados diretos dos estudantes, vislumbra-se que é necessário mudar o paradigma vigente no ensino em Enfermagem, que muitas vezes preza o saber puramente técnico como preponderante na formação profissional⁽¹⁴⁾. Dessa forma, acredita-se que um maior número de práticas laboratoriais simuladas, como forma de preparo à prática assistencial, associada a um acompanhamento mais compreensivo do docente, permitirá diminuir a ansiedade entre os estudantes.

Ainda em relação à Tabela 1, outros itens que ganharam destaque como agentes altamente estressores foram “Tempo reduzido para os familiares” (50%); “Distância do convívio social/solidão” (50%); e “Falta de tempo para o lazer” (60%). A integração desses dados reforça os

achados apresentados na sequência (Tabela 2), que indicam que o gerenciamento do tempo foi o domínio que apresentou maior expressividade como agente estressor (55%). Ademais, essas informações confirmam os resultados de investigações recentes, realizadas em âmbito nacional^(2,12) e internacional⁽⁶⁾, referentes a fatores estressores em estudantes de Enfermagem.

A falta de atividades de lazer, de descanso, de convívio com os familiares/amigos, podem contribuir para o adoecimento do aluno, tornando-o mais susceptível aos transtornos emocionais⁽²⁾, que, por sua vez, interferem negativamente na qualidade do aprendizado e na assistência prestada ao paciente⁽¹⁵⁻¹⁶⁾. Com base nisso, cabe refletir sobre a gestão do tempo do graduando, neste caso, da Enfermagem, como um problema a ser enfrentado, porque a sua “falta” tende a interferir negativamente na quantidade e na qualidade do sono dos estudantes, determinada pela sobrecarga de atividades acadêmicas ou pelo gerenciamento inadequado do mesmo⁽¹²⁾. Nesta perspectiva, acredita-se que as instituições de saúde podem discutir possibilidades de maior suporte aos acadêmicos, de forma a constituir redes de apoio psicológico e, com isso, minimizar os sintomas do estresse.

Considerando a importância do sono ou das horas dormidas para a manutenção da qualidade de vida e para o aprendizado⁽⁹⁾, alvitra-se que os cursos de Enfermagem repensem ou promovam adequações nas séries ou períodos de maior sobrecarga, utilizando-se por exemplo, de metodologias ativas para a discussão de problemas que são identificados na prática clínica para, dessa forma, possibilitar processos de aprendizagem dinâmicos e participativos.

A dimensão “Formação profissional” foi outro aspecto de interesse sumarizado na Tabela 2, e também foi caracterizada como fator desencadeante de estresse pelos acadêmicos (50%). Esse dado, apesar de relevante, é também difícil de ser problematizado, visto que o posicionamento da formação profissional como agente estressor seguramente se relaciona com a ansiedade pela

obtenção do grau de enfermeiro que, por sua vez, se atrela a sentimentos de medo e incertezas relacionados à inserção no mercado de trabalho e responsabilidade profissional^(7,9).

Embora o domínio “Formação profissional” não tenha apresentado associação estatística com as variáveis sociodemográficas, percebe-se na Tabela 4 que os estudantes que não residem na cidade de estudo consideram esse item mais estressor que outros. O sentimento de incerteza quanto à formação profissional também foi abordado em uma pesquisa realizada em um hospital ensino⁽¹⁷⁾, a qual justifica que a insegurança pode ocorrer devido à falta de prática clínica; à dificuldade para realizar a administração da unidade e a liderança da equipe de enfermagem.

O referido estudo ratifica que apenas a graduação e os estágios práticos realizados durante o curso de Enfermagem não são suficientes para instrumentalizar os estudantes para o mercado de trabalho, devendo, pois, a instituição empregadora treinar e incentivar adequadamente os seus profissionais recém-graduados⁽¹⁷⁾. Nessa perspectiva, no Brasil, no sentido de transformar o processo de trabalho, qualificar os trabalhadores na prática assistencial e melhorar a gestão do cuidado, em 2004 o Ministério da Saúde implantou a Política Nacional de Educação Permanente em Saúde, com o objetivo de transformar práticas profissionais e a própria organização do trabalho. Sob esse ponto de vista, o aprender e o ensinar se incorporam no cotidiano das organizações e tem sido estabelecida como estratégia político-pedagógica para o fortalecimento e implementação do Sistema Único de Saúde (SUS)⁽¹⁸⁾.

Para atenuar o estresse relacionado à gestão do tempo e à formação profissional, as instituições formadoras necessitam debruçar-se no favorecimento de medidas que supram as necessidades individuais e coletivas dos acadêmicos, o que possivelmente perpassaria, inclusive, pela promoção de um ambiente harmonioso e favorável ao aprendizado eficaz, quais sejam: ambiente que possibilite espaço adequado para o estudo extraclasse, restaurantes universitários

e alojamentos que favoreçam a permanência do acadêmico na universidade^(3,5,12). Nesse aspecto, em contraponto aos achados destacados como maiores agentes estressores, enquanto domínios (Tabela 2), e em teste de associação com as variáveis sociodemográficas (Tabela 4), a dimensão “Ambiente” despontou como aquela de menor potencialidade ao estresse sob a ótica dos alunos (85%), o que se considera louvável, pois este pode ser um fator protetor às reações mais intensas ao estresse entre os acadêmicos que participaram do presente estudo.

Embora o gerenciamento do tempo tenha sido demonstrado como uma das maiores preocupações dos acadêmicos, não houve associação com as variáveis sociodemográficas dos estudantes (Tabela 3). Entretanto, cumpre mencionar que a maioria dos estudantes realizava atividades acadêmicas e tinham trabalho remunerado (80%) e, talvez por isso, apresentaram maior estresse em relação ao gerenciamento do tempo (Tabela 3). Esse dado torna-se relevante, pois sinaliza que graduandos que trabalham encontram mais dificuldade para conciliar as obrigações acadêmicas com o tempo que deveria ser disposto às relações sociais e o lazer, alusão que coaduna ao já apresentado nas Tabelas 1 e 2. Cumpre destacar que estudo realizado com acadêmicos de Enfermagem que são trabalhadores técnicos de enfermagem acerca da dupla jornada que enfrentam obteve que a maioria dos sujeitos afirma estar satisfeito com sua qualidade de vida, embora citem o sono e a fadiga como principais limitações para a dupla atividade plena⁽¹⁹⁾.

Um estudo demonstrou que o domínio com maior nível de estresse se relaciona com as dificuldades em conciliar as atividades acadêmicas com as necessidades pessoais⁽³⁾. Outro estudo, realizado em uma universidade pública no Rio de Janeiro, identificou que quase 80% (n=37) dos entrevistados afirmaram falta de tempo para estar junto às suas respectivas famílias e amigos e também para realizar atividades físicas/de lazer⁽²⁰⁾. Portanto, os dados ora apresentados e a literatura alusiva ao tema⁽¹⁵⁻¹⁶⁾ convergem à afirmação de que a ausência ou o pouco convívio com a

família/amigos e a falta de realização de atividades de lazer e de descanso podem contribuir para o adoecimento do aluno, tornando-o mais susceptível aos transtornos emocionais, fatores que podem interferir negativamente na qualidade do aprendizado do graduando e na assistência prestada ao paciente/usuário.

Destaca-se que a dificuldade na gestão do tempo, influenciada pela sinergia entre trabalho e estudo, pode ser danosa aos estudantes de Enfermagem, inclusive no próprio âmbito acadêmico, já que outras pesquisas constataram que estudantes que trabalham tendem a referir dificuldade na concentração⁽¹²⁾ e também *déficit* no aprendizado⁽¹¹⁾. Com base nisso, acredita-se ser importante que os gestores e docentes da educação superior reflitam sobre as estratégias pedagógicas utilizadas na graduação em Enfermagem, a fim de que as metodologias de ensino-aprendizagem sejam ao mesmo tempo eficazes e proporcionem menos cansaço físico e mental aos estudantes.

CONCLUSÃO

Não houve associação estatística entre os domínios do estresse e variáveis sociodemográficas dos estudantes investigados. Apesar disso, há que se considerar que os agentes estressores estão presentes na formação profissional, em especial a sobrecarga de atividades acadêmicas, que é agravada pelo grande número de alunos trabalhadores.

A amostra reduzida e a singularidade do local de estudo são limitações expressas a esta pesquisa, que não permitem maiores generalizações. Todavia, acredita-se que a investigação contribui no sentido de fundamentar reflexões no âmbito da educação superior em Enfermagem, com vistas à promoção de estratégias que previnam ou reduzam o estresse entre estudantes da área, especialmente no que tange ao estressor “falta de tempo” e ao convívio social durante a vida universitária.

Ainda, sugere-se a realização de pesquisas com diferentes abordagens metodológicas, como aquelas de cunho qualitativo, com

vistas à compreensão aprofundada dos fatores que influenciam no estresse de estudantes de Enfermagem durante o processo de formação.

REFERÊNCIAS

1. Ribeiro RP, Martins JT, Marziale MHP, Robazzi MLCC. Adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. *Rev esc enferm USP*. 2012;46(2):495-504. Acesso em 11 nov 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000200031&lng=en&nrm=iso&tlng=pt&ORIGINALLANG=pt
2. Hirsch CD, Barlem ELD, Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Oliveira ACC. Preditores do estresse e estratégias de coping utilizadas por estudantes de enfermagem. *Acta paul enferm*. 2015;28(3):224-229. Acesso em 16 set 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v28n3/1982-0194-ape-28-03-0224.pdf>
3. Bublitz S, Freitas EO, Kirchhof RS, Lopes LFD, Guido LA. Estressores entre acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. *Rev enferm UERJ*. 2012;20(esp.2):739-745. Acesso em 14 set 2015. Disponível em: <http://www.e-publicacoes.uerj.br/ojs/index.php/enfermagemuerj/article/view/5992/4301>
4. Freitas EO. Estresse, coping, burnout, sintomas depressivos e hardiness entre discentes de enfermagem. [Dissertação] Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Maria, RS; 2012.
5. Moreira DP, Furegato ARF. Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2013;21(Esp):[8 telas]. Acesso em 16 set 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21nspe/pt_20.pdf
6. Reeve KL, Shumaker CJ, Yearwood EL, Crowell NA, Riley JB. Perceived stress and social support in undergraduate nursing students' educational experiences. *Nurse education today*. 2013;33(4):419-424.

7. Silva VLS, Chiquito NC, Andrade RAPO, Brito MFP, Camelo SHH. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. *Rev enferm UERJ*. 2011;19(1):121-126. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a20.pdf>
8. Andrews DR. Expectations of Millennial Nurse graduates Transitioning into practice. *Nursing Administration Quarterly*. 2013;37(2):152-159.
9. Paro CA, Bittencourt ZZLC. Qualidade de vida de graduandos da área da saúde. *Rev bras educ med*. 2013;37(3):365-375. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022013000300009
10. Costa ALS, Polak C. Construção e validação de instrumento para avaliação de estresse em estudantes de enfermagem (AEEE). *Rev Esc Enferm USP*. 2009;43(Esp):1017-1026. Acesso em 16 set 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reensp/v43nspe/a05v43ns.pdf>
11. Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Lunardi GL, Barlem ELD, Silveira RS, Vidal DAS. Síndrome de burnout entre estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2014;22(6):934-941. Acesso em 16 set 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/2014nahead/pt_0104-1169-rlae-3254-2498.pdf
12. Benavente SBT, Silva RM, Higashi AB, Guido LA, Costa ALS. Influência de fatores de estresse e características sociodemográficas na qualidade do sono de estudantes de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*. 2014;48(3):514-520. Acesso em 16 set 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/reensp/v48n3/pt_0080-6234-reensp-48-03-514.pdf
13. Dias EP, Stutz BL, Resende TC, Batista NB, Sene SS. Expectativas de alunos de enfermagem frente ao primeiro estágio em instituições de saúde. *Rev Psicopedagogia*. 2014;31(94):44-55. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v31n94/06.pdf>
14. Souza SNDH, Miyadahira AMK. O desenvolvimento de competências no curso de graduação em enfermagem: percepção de egressos. *Ciênc Cuid Saúde*. 2012;11(suplem.):243-250. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/17082/pdf>
15. Lima JRN, Pereira AKAM, Nascimento EGC, Alchieri JC. Percepção do acadêmico de enfermagem sobre o seu processo de saúde/doença durante a graduação. *Saúde Transform Soc*. 2013;4(4):54-62. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2178-70852013000400010&script=sci_arttext
16. Liébana-Presa C, Fernández-Martínez ME, Gándara AR, Muñoz-Villanueva MC, Vázquez-Casares AM, Rodríguez-Borrego MA. Psychological distress in health sciences college students and its relationship with academic engagement. *Rev esc enferm USP*. 2014;48(4):715-722. Acesso em 10 nov 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342014000400715
17. Souza FA, Paiano M. Desafios e dificuldades enfrentadas pelos profissionais de enfermagem em início de carreira. 2011;15(12):267-273. Acesso em 11 nov 2015. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/35>
18. Sade PMC, Peres AM, Wolff LDG. A formação das competências gerenciais do enfermeiro: revisão integrativa. *Rev Enferm UFPE*. 2014;8(6):1739-1745.
19. Fontana RT, Brigo L. Estudar e trabalhar: percepções de técnicos de enfermagem sobre esta escolha. *Esc Anna Nery*. 2011;16(1):128-133.
20. Oliveira EB, Costa SLT, Guimarães NSL. O trabalho do acadêmico de enfermagem

no hospital geral: riscos psicossociais. Rev. enferm. UERJ. 2012;20(3):317-22. Acesso em 11 nov 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692008000700010&script=sci_arttext&tlng=pt