

PERCEPÇÃO DE ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM NO BRASIL

Thaizi Barbosa¹; Matheus Zica²; Fernando Quaresma²; Jaqueline Sonati³; Guiomar Batello⁴ & Erika Maciel¹

¹Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA, Tocantins, Brasil

²Faculdade de Medicina do ABC

²Faculdade de Medicina do ABC – São Paulo, Brasil

³Universidade de Taubaté, São Paulo, Brasil - j.girnos@uol.com.br

⁴Centro Universitário Luterano de Palmas - CEULP/ULBRA – Tocantins, Brasil

¹Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA – Tocantins, Brasil

RESUMO

Objetivo: O presente estudo teve por objetivo comparar o nível de percepção de estresse e qualidade de vida entre os acadêmicos de enfermagem e verificar se há associação com o período do curso matriculado. **Materiais e métodos:** O estudo foi estruturado em caráter transversal com coleta de dados em acadêmicos matriculados entre o 1º e 10º período no curso de enfermagem. Participaram do estudo 191 acadêmicos com idade acima de 18 anos. Foi utilizado o WHOQOL-bref e a Escala de Percepção de Estresse. Para a investigação de variáveis independentes, foi utilizado um questionário sociodemográfico. Foi realizado Teste de T de Student para comparação das variáveis entre os acadêmicos dos diferentes períodos. **Resultados:** Foi observado que os acadêmicos matriculados do 4º ao 10º período possuem maior percepção de estresse e menor percepção da qualidade de vida quando comparados aos acadêmicos do 1º ao 3º período, o que é justificado pelo elevado índice de disciplinas laboratoriais e de estágios, trata-se de uma fase de inserção do aluno no ambiente profissional. **Conclusões:** Se faz oportuno, para a promoção da qualidade de vida desses acadêmicos, o desenvolvimento de atividades recreativas e educativas e um suporte psicológico para reduzir os danos causados pelo estresse.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Estresse. Acadêmicos. Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to compare the level of perceived stress and quality of life among nursing students and check for association with the period of the enrolled course.

Materials and Methods: The study was structured in transversal with collecting academic data registered between 1 and 10 period in the course of nursing. The study included 191 students aged above 18 years. We used the WHOQOL-BREF and Stress Perception Scale. For research of independent variables, we used a sociodemographic questionnaire. It was performed Student's t test to compare variables between scholars of different periods.

Results: It was observed that the students enrolled from the 4th to the 10th period have a greater perception of stress and lower perceived quality of life when compared to students from 1st to 3rd period, which is justified by the high rate of laboratory disciplines and stages, it If a student insertion phase in the professional environment. **Conclusions:** If is appropriate, for the promotion of quality of life of students, the development of recreational and educational activities and psychological support to reduce the damage caused by stress.

Keywords: Quality of Life. Stress. Academics. Nursing.

INTRODUÇÃO

O estresse é todo acontecimento biológico, psicológico ou social que abala a homeostase do ser humano, necessitando de reação do organismo ao fator estressor (SANTOS; ALVES JUNIOR, 2007). Hans Selye em 1936, destacou que o estresse tornou-se o responsável pela maioria dos males que nos afligem principalmente os relacionados ao estilo de vida urbano atual (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Aspectos psicológicos influenciam diretamente o estresse no ser humano, porém, não somente os conflitos internos mas o ambiente externo também influencia na percepção do indivíduo sobre estresse, como a falta de estrutura básica para a manutenção da vida, recursos financeiros deficientes, entre outros, que acabam por interferir na qualidade de vida dos mesmos (RIO, 1995).

Os acadêmicos de enfermagem estão cercados diariamente por conflitos, devido estar em contato com a dor e o sofrimento humano, podendo acarretar sentimentos de insegurança, que conseqüentemente afetam a maneira em que percebem sua qualidade de vida (MINAYO; HARTZ; BUSS, 2009).

Dessa forma, o ambiente externo tende a influenciar a percepção da qualidade de vida ao longo da vida.

Partindo do pressuposto que o acadêmico de enfermagem é o futuro profissional, devemos dispender maior atenção no tocante a fatores que propiciam ao surgimento de estresse, de modo que não ocorra interferências na sua atuação profissional.

Face ao exposto o presente estudo teve por objetivo comparar o nível de percepção de estresse e qualidade de vida entre os acadêmicos de diferentes períodos do curso de enfermagem.

MÉTODOS

O presente estudo foi desenvolvido de forma transversal, quantitativa onde os em acadêmicos matriculados no curso de enfermagem de um Centro Universitário do Brasil, com idade ≥ 18 anos.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP) via Plataforma Brasil e de acordo com as normas da Resolução 466/2012 (CAAE 22273213.0.0000.5516).

Para avaliar a percepção da Qualidade de Vida (QV) e estresse, foram utilizados os métodos WHOQOL – bref e EPS-10, respectivamente.

O WHOQOL-bref é um instrumento que visa á percepção da qualidade de vida, onde constam 26 questões, sendo 2 sobre a qualidade de vida geral e as 24 questões restantes avaliam os 4 domínios da qualidade de vida (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) (FLECK et al., 2000).

O EPS-10 é instrumento utilizado para avaliar a percepção de estresse, é composto por 10 questões que relacionam acontecimentos e situações ocorridas nos últimos 30 dias (REIS et al., 2010).

Foi utilizado um questionário para avaliação de nível sociodemográfico, que contempla as seguintes variáveis: sexo, idade, cidade em que reside, estado civil, número de filhos, meio de transporte, vínculo empregatício, carga horária, remuneração e satisfação com relação à mesma.

Para análise foi considerado dois grupos, Grupo 1: acadêmicos do 1º ao 3º período e Grupo 2: acadêmicos do 4º ao 10º período essa escolha justifica-se pela hipótese a ser testada no estudo em que acredita-se que os acadêmicos em períodos finais estejam mais estressados

em relação aos demais. Essa hipótese é substanciada no fato de que a demanda de estágios obrigatórios e, em alguns casos, associados à outros trabalhos tem tornado a rotina do acadêmico muito intensa.

Para análise estatística foi utilizada a distribuição em frequências e percentuais e teste de comparação, tendo em vista a normalidade dos dados aplicou-se o Teste de T de Student para comparação das variáveis entre os acadêmicos de dois grupos (Grupo 1: acadêmicos do 1º ao 3º período e Grupo 2: acadêmicos do 4º ao 10º período), considerando o nível de significância $p < 0,05$. Foi utilizado o software SPSS 21.0.

RESULTADOS

Dos 319 alunos convidados a participar do estudo, 191 concordaram. Houve 128 perdas, sendo 47 referente a trancamentos, cancelamentos e transferências, 39 não foram encontrados, 33 por indisponibilidade de tempo, 8 menores de 18 anos e 1 recusa. Dos acadêmicos entrevistados, 94,2% eram do sexo feminino, com média de idade de 24 anos, com renda mensal média correspondente a € 17.176,28 (Tabela 1).

Tabela 1 - Perfil sociodemográfico dos acadêmicos de enfermagem participantes da pesquisa.

Variáveis	n (191)	%
Sexo		
F	180	94,20
M	11	5,80
Possui Companheiro (a)		
Sim	71	37,20
Não	120	62,80
Têm Filhos		
Sim	120	62,80
Não	71	37,20
Transporte		
Público	102	53,40
Particular	89	46,60
Bolsa ou financiamento		
Sim	124	64,90
Não	67	35,10
Período atual		
1º ao 3º	91	47,60
4º ao 10º	100	52,40
Vínculo empregatício		
Trabalha	72	37,70
Apenas estuda	119	62,30
Satisfação com renda familiar		
Sim	95	49,7
Não	96	50,3

Com relação a percepção da qualidade de vida o escore de qualidade de vida geral apresentou o maior resultado médio de 84,45 ($\pm 20,48$) enquanto os domínios psicológico e meio ambiente obtiveram as menores médias (Tabela 2).

Tabela 2 - Percepção da qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem por meio do WHOQOL – bref.

Domínios	Média	Desvio Padrão (\pm)
Físico	70,78	13,69
Psicológico	68,47	15,62
Relações Sociais	73,73	17,91
Meio Ambiente	59,80	13,63
Qualidade de Vida Geral	84,45	20,48

Em relação aos testes comparativos observa-se que o grupo 2 apresenta os piores escores para percepção da qualidade de vida e percepção de estresse mais elevada. Em todos os casos diferindo estatisticamente do grupo1 (Tabela 3).

Tabela 3 - Comparação sobre a percepção de estresse e qualidade de vida nos grupos de acadêmicos de enfermagem 1 e 2.

Variável	Grupo	Média	Teste T de Student	n
EPS 10	1*	19,90 (6,58)	0,000	91
	2**	20,75(5,82)		100
Domínio Físico	1	72,84 (13,87)	0,000	91
	2	68,89 (13,25)		100
Domínio Psicológico	1	70,10 (14,45)	0,000	91
	2	67,00 (16, 54)		100
Domínio Relações Sociais	1	75,27 (16,64)	0,000	91
	2	72,33 (18,98)		100
Domínio Meio Ambiente	1	61,43 (13,03)	0,000	91
	2	58,31 (14,06)		100
Qualidade de Vida Geral	1	87,01 (17,99)	0,000	91
	2	82,12 (22,35)		100

*Grupo 1: Acadêmicos do 1º ao 3º período.

**Grupo 2: Acadêmicos do 4º ao 10º período.

DISCUSSÃO

A amostra foi composta em sua maioria pelo sexo feminino que corresponde a 94,2%. Isto se deve ao aumento significativo na frequência de mulheres no meio acadêmico e no mercado de trabalho (MACIEL, 2006). Observou-se também que a média de idade foi 24 anos, sendo 62,8% dos pesquisados solteiros e 63,2% sem vínculo empregatício. Trata-se de uma característica da população jovem a maior busca por formação acadêmica contribuindo com o progresso da profissão, confrontando com as inseguranças inerentes a esta faixa etária (ROSSI; ARAUJO, 2005).

Observou-se que 37,7% possui trabalho concomitante aos estudos, que pode ser um fator causador de estresse entre os pesquisados, pelo fato de haver necessidade em conciliar o emprego e as atividades acadêmicas. Corroborando com a pesquisa com acadêmicos da Pontifícia Universidade Católica do Paraná no Brasil, que detectou que 71,79% dos pesquisados estão em alguma fase do estresse, levando em conta que a maioria também trabalha e estuda (MILSTED; AMORIM; SANTOS, 2009).

O maior nível de percepção de estresse foi identificado em acadêmicos cursando do 4º ao 10º período do curso de enfermagem. Isto se deve ao fato de estes períodos serem prevalentemente composto por disciplinas laboratoriais e estágios. Corroborando aos achados, na pesquisa com acadêmicos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí também no Brasil, onde foi identificado que os sintomas de estresse são mais frequentes em alunos que estavam a cursar disciplinas laboratoriais, justificado pela necessidade de adaptação às atividades nunca realizadas anteriormente (SOUZA; CERVENY, 2006). Contudo, outro estudo destaca o ingresso à universidade como o principal fator estressante entre os alunos, pois trata-se da necessidade em organizar tarefas diárias, dúvidas em relação à profissão escolhida (MONTEIRO; FREITAS; RIBEIRO, 2007).

Vale ressaltar alguns fatores também podem desencadear estresse em alunos de períodos finais, como por exemplo, o trabalho de conclusão de curso, acúmulo de disciplinas teóricas e práticas, sobrecarga ao aluno que tem vínculo empregatício, relação entre professor e aluno (COSTA; MARTINS, 2011).

Com base nos achados, em nosso estudo observou-se que os alunos de períodos finais obtiveram menor escore de percepção de qualidade de vida ao compará-los com alunos de períodos iniciais.

Tal fato, pode ser justificado, em parte, por ser um período com prevalência de disciplinas laboratoriais e de estágios, que se trata de uma fase de inserção do aluno no ambiente profissional, exigindo que o mesmo assimile as disciplinas teóricas com a vivência no campo de estágio (MEIRELES, 2012).

Por outro lado, no que tange à qualidade de vida, o domínio relações sociais obteve maior escore por parte dos pesquisados, resultado semelhante foi encontrado entre acadêmicos da Escola de Enfermagem da UFESP, no Brasil, resultado atribuído ao fato da universidade representar a consolidação das relações pessoais e suporte social (KAWAKAMI; MIYADAHIRA, 2005). Resultado similar também foi encontrado na pesquisa sobre qualidade de vida de estudantes da Universidade de São Paulo (MACIEL, 2006). Esses resultados reforçam a ideia de que a universidade amplia as redes de relacionamentos interpessoais e oportuniza o incremento na percepção desse domínio (ARRONQUI et al., 2011).

O domínio físico também se destacou com bom resultado em ambos os grupos. Como se trata de acadêmicos jovens é natural que a percepção seja positiva, pela versatilidade encontrada na população atual que possuem grande habilidade em realizar atividades diárias concomitantes aos estudos, o que influencia na percepção sobre este domínio (EURICH; KLUTHCOVSKY, 2008).

O domínio psicológico obteve o segundo menor escore, sendo os acadêmicos de períodos finais também com menor percepção que os de períodos iniciais.

O domínio meio ambiente obteve o menor escore em ambos os grupos. Sendo o menor resultado referente aos acadêmicos do grupo 2, o que pode ser justificado em função das condições da realidade profissional que as espera, onde o serviço de saúde é precário e não oferece subsídios para uma assistência de qualidade (EURICH; KLUTHCOVSKY, 2008; MANZATO et al., 2011).

Os acadêmicos obtiveram uma percepção boa no tocante ao domínio qualidade de vida geral, alcançando o total de 84,45 pontos, sugerindo que os acadêmicos pesquisados têm percepção positiva sobre sua qualidade de vida.

CONCLUSÕES

De acordo com este estudo, observou-se que o curso de enfermagem é mais frequentado pelo sexo feminino, a maioria são solteiros, trabalham e estudam. Conclui-se que os acadêmicos do 4º ao 10º período tem maior percepção de estresse que de períodos iniciais.

Desse modo, se faz necessário o suporte psicológico a estes alunos com o intuito de diminuir os danos causados pelo estresse.

Investigou-se ainda que estudantes de períodos finais possuem menor percepção sobre sua qualidade de vida se comparados aos do 1º ao 3º período. Portanto, se faz oportuno o desenvolvimento de atividades recreativas e educativas com foco na promoção da qualidade de vida dos discentes.

Uma limitação do estudo refere-se ao tamanho amostral, dessa forma recomenda-se estudos com populações maiores, além disso entende-se que o grupo estudado deve ser acompanhado ao longo dos anos para obter uma avaliação longitudinal do mesmo participante em relação a percepção da qualidade de vida e do estresse.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arronqui, G. V., Lacava, R. M. V. B., Magalhães, S. M. F., & Goldman, R. E. (2011). Percepção de graduandos de enfermagem sobre sua qualidade de vida. *Acta Paul Enferm*, 24(6), 762-5.

Costa, D. T., & Martins, M. D. C. F. (2011). Estresse em profissionais de enfermagem: impacto do conflito no grupo e do poder do médico. *Rev Esc Enferm USP*, 45(5), 1191-8.

Eurich, R. B., & Kluthcovsky, A. C. G. C. (2008). Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas. *Rev Psiquiatr RS*, 30(3), 211.

Fleck, M. P., Louzada, S., Xavier, M., Chachamovich, E., Vieira, G., Santos, L., & Pinzon, V. (2000). Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Rev saúde pública*, 34(2), 178-83.

Kawakamel, P. M. G., & Miyadahirall, A. M. K. (2005). Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem.

Maciel, E. S. (2006). *Qualidade de vida: análise da influência do consumo de alimentos e estilo de vida* (Doctoral dissertation, Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz").

Manzatto, L., & Rocha, T. B. X. (2011). Consumo de álcool e qualidade de vida em estudantes universitários. *Conexões*, 9(1).

Meireles G. O. A. B. (2012). *A Vivência do Estresse no Último Ano de um Curso de Enfermagem*. Pontifícia Universidade Católica de Goiás (Mestrado em Ciências Ambientais e Saúde, Anápolis – Go).

- MILSTED, J., Amorim, C., & Santos, M. (2009). Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. In *Congresso Nacional de Educação. PUC Paraná, Paraná*.
- Minayo, M. C. D. S., Hartz, Z. M. D. A., & Buss, P. M. (2000). Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciênc saúde coletiva*, 5(1), 7-18.
- Monteiro, C. F. D. S., Freitas, J. F. D. M., & Ribeiro, A. A. P. (2007). Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Esc. Anna Nery Rev. Enferm*, 11(1), 66-72.
- Murofuse, N. T., Abranches, S. S., & Napoleão, A. A. (2005). Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 13(2), 255-261.
- Reis, R. S., Hino, A. A. F., & Añez, C. R. R. (2010). Perceived Stress Scale reliability and validity study in Brazil. *Journal of health psychology*, 15(1), 107-114.
- Rio, R. P. (1995). O fascínio do stress. *Belo Horizonte: Del Rey*, 11-59.
- Rossi, M. F., & Araújo, V. D. (2005). Perfil sócio-demográfico dos alunos ingressantes do curso de enfermagem do centro Universitário Luterano de Palmas. In *Anais do 4º Congresso Científico CEULP/ULBRA, Palmas (TO), Brasil. Palmas (TO): CEULP/ULBRA*.
- Santos, A. F., & Alves Júnior, A. (2007). Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrados de ciências da saúde. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 20(1), 104-113.
- Souza, M. T. S. D., & Cervený, C. M. D. O. (2006). Resiliência psicológica: revisão da literatura e análise da produção científica. *Interamerican journal of psychology*, 40(1), 115-122.