

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BIOMEDICINA

VICTOR LEITE MATOS

**AVALIAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA
SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JUAZEIRO DO NORTE-CE**

Juazeiro do Norte – CE
2019

VICTOR LEITE MATOS

**AVALIAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA
SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JUAZEIRO DO NORTE-CE**

Projeto de Pesquisa apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Biomedicina do Centro Universitário Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção parcial do grau de bacharel em Biomedicina.

Orientador: Prof. Esp. Wenderson Pinheiro de Lima

VICTOR LEITE MATOS

**AVALIAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA
SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JUAZEIRO DO NORTE-CE**

Projeto de Pesquisa apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Biomedicina do Centro Universitário Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção parcial do grau de bacharel em Biomedicina.

Orientador: Prof. Esp. Wenderson Pinheiro de Lima

Data de aprovação: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Prof: Esp. Wenderson Pinheiro de Lima
Orientador

Profª: Esp. Maria Dayane Alves de Aquino
Examinador 1

Profª: Ma. Amanda Karine de Sousa
Examinador 2

AValiação de Sintomas de Estresse em Acadêmicos da Área da Saúde no Município de Juazeiro do Norte-CE

Victor Leite Matos¹; Wenderson Pinheiro de Lima²

RESUMO

Este estudo teve como objetivo avaliar a presença de sintomas de estresse em acadêmicos da área da saúde. Tratou-se de uma pesquisa de carácter quantitativo, transversal e descritivo, pois correspondeu a uma pesquisa que foi realizada em um curto período de tempo, onde trabalhou com a expressão de variáveis, por meio de dados numéricos e técnicas estatísticas para classificação e análise. Foi realizada com alunos dos cursos da área da saúde de uma instituição de ensino superior privada no município de Juazeiro do Norte-CE, no segundo semestre do ano de 2019. Participaram deste estudo 341 estudantes, cuja idade variou de 18 a 40 anos (média de 22,18 anos). Os acadêmicos foram distribuídos em grupos de acordo com o respectivo fator a ser avaliado em variadas etapas como: idade, sexo, curso, tempo cursado, e cada variável dessa foi cruzada com as fases de alerta, resistência e exaustão. Quando avaliada a variável sexo em relação às fases, teve o seu destaque maior para o sexo feminino com 78,57%. Quando levado em consideração o curso, o maior destaque em todas as três fases foi o curso de medicina veterinária com 85,29%. Já a variável tempo cursado, teve destaque maior para os alunos que estão praticamente na metade da graduação correspondendo a 2 anos completos com 82,56%. Essa pesquisa pode favorecer algumas decisões acerca de suporte educacional com foco na inserção de algumas ações preventivas, com as finalidades de solucionar ou amenizar a prevalência no contexto acadêmico.

Palavras-chave: Acadêmicos. Estresse. Saúde. Ensino superior.

ABSTRACT

EVALUATION OF SYMPTOMS OF STRESS IN HEALTHCARE ACADEMICS IN THE CITY OF JUAZEIRO DO NORTE-CE

This study aimed to evaluate the presence of stress symptoms in health academics. This was a quantitative, transversal and descriptive research, as it corresponded to a research that was performed in a short period of time, where it worked with the expression of variables, through numerical data and statistical techniques for classification and analysis. It was conducted with students from the health courses of a private higher education institution in the city of Juazeiro do Norte-CE, in the second semester of 2019. The study included 341 students whose ages ranged from 18 to 40 years (average 22.18 years). The students were divided into groups according to the factor considered and evaluated at various stages, such as age, gender, course, graduation time attended and each variable thus crossed with alarm reaction, resistance phase and the stage of exhaustion. When the gender variable in relation to the phases was evaluated, it was more prominent for females with 78.57%. When taken into consideration the course, the biggest highlight in all three phases was the veterinary medicine course with 85.29%. On the other hand, the time course variable was more prominent for students who are practically in the middle of the undergraduate degree, corresponding to 2 complete years with 82.56%. This research may favor some decisions about educational

- 1- Discente do Curso de Biomedicina da UNILEÃO, victinho200812@hotmail.com, Centro Universitário Doutor Leão Sampaio.
- 2- Docente do Curso de Biomedicina da UNILEÃO, wenderson@leaosampaio.edu.br, Centro Universitário Doutor Leão Sampaio.

support focusing on the insertion of some preventive actions, with the purpose of solving or attenuate the prevalence in the academic context.

Keywords: Academics. Stress. Health. Higher education.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais são agravos de saúde altamente prevalentes na sociedade tendo em vista como as formas de produção capitalistas, permeadas por processos destrutivos da saúde física e mental, geram significativas cargas psíquicas que se relacionam com a produção de sofrimento e adoecimento (VIAPIANA; GOMES; ALBUQUERQUE, 2018). O estresse, caracterizado como uma das doenças de cunho psicológico mais comuns, pode suscitar a ocorrência de outros tipos de transtornos mentais relacionados. O estresse ocorre quando fontes internas ou externas produzem uma situação que é interpretada como algo além dos recursos adaptativos de uma pessoa (SILVA et al., 2014).

Diante disso, percebe-se que o ambiente acadêmico que pode ser extremamente competitivo e estressante, torna-se um propulsor de repercussões na saúde física e mental de estudantes universitários (SILVA et al., 2014; FERREIRA; KLUTHCOVSKY; CORDEIRO, 2016).

Pesquisas realizadas ao longo do tempo exprimem o quão grave tornou-se o problema. Em 1976, Giglio desenvolveu uma pesquisa com alunos de diversos cursos de graduação da Universidade Estadual de Campinas, compondo uma amostra de 342 estudantes, e os resultados indicaram a prevalência de 31,3% de “sofrimento psíquico” (GIGLIO, 1976). Fazendo referência a um estudo mais recente, em 2014, Costa et al. obtiveram uma prevalência de 33,7% de transtornos mentais menores e fatores associados em uma amostra formada por estudantes de Medicina, Odontologia e Enfermagem (COSTA et al., 2014). Já em 2017, Cestari et al. elaboraram um estudo com 455 estudantes de uma instituição de ensino superior localizada em Fortaleza-CE, e encontraram a prevalência de 64% de transtornos mentais comuns (CESTARI et al., 2017).

Em 2018, um estudo da Associação Americana de Psicologia revelou que mais de um terço dos universitários do primeiro ano sofrem com distúrbios psicológicos, dos quais 35% da amostra relataram sintomas consistentes com pelo menos um distúrbio mental. Os dados obtidos ainda apontaram que o número de estudantes que precisam de tratamento excede os recursos da maioria dos centros de aconselhamento (AUERBACH et al., 2018)

O estresse acadêmico vem sendo cada vez mais pauta de estudos da área acadêmica, de significativo interesse nacional e internacional, uma vez que estudantes universitários vivenciam inúmeras situações que contribuem para o seu crescimento e desenvolvimento, gerando também sentimentos como frustração, temores e angústias. O desencadeamento de distúrbios mentais ocorre no plano coletivo, e, portanto, não se pode desvincular o estudo do processo saúde-doença do contexto social em que está inserido. Assim, o ambiente que seria favorável para edificação do conhecimento profissional torna-se, por vezes, o desencadeador de distúrbios patológicos. Considerando que os universitários são uma população-chave para determinar o sucesso econômico de um país, as faculdades devem ter urgência em abordar essa questão (AUERBACH et al., 2018; CESTARI et al., 2017; VIAPIANA; GOMES; ALBUQUERQUE, 2018).

Assim, é de suma importância que seja realizada uma coleta de informações, tendo como foco obter um indício da prevalência dos sintomas de estresse, possibilitando sondar se a mesma é recente ou de longo prazo, permitindo também buscar um ou mais possíveis métodos de intervenção e servindo como fonte de dados para outras pesquisas futuras. Baseado nisso, o objetivo do presente estudo foi avaliar a presença de sintomas de estresse em acadêmicos da área da saúde.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa quantitativa, transversal e descritiva (FONTELLES et al, 2009). A mesma foi realizada em uma instituição de ensino superior privada no município de Juazeiro do Norte-CE, no segundo semestre do ano de 2019. Teve como público alvo da pesquisa, os alunos que estavam matriculados nos cursos da área de saúde (biomedicina, educação física, enfermagem, fisioterapia, medicina veterinária, odontologia e psicologia). Foram utilizados como critérios de inclusão, os alunos que responderam o questionário no período pré-determinado e como critério de exclusão, os alunos que não assinaram o Termo de Consentimento Pós-Esclarecido (TCPE), bem como menores de idade.

O trabalho foi submetido a plataforma Brasil para apreciação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP). Após a submissão e aprovação do trabalho, o pesquisador entregou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), tirou todas as dúvidas e caso o acadêmico quisesse participar, foi entregue o Termo de Consentimento Pós-Esclarecido (TCPE), que foi devidamente preenchido e assinado pelo participante, antes da aplicação do questionário (BRASIL, 2012).

O processo para coleta de informações se deu através da utilização da plataforma *Google Forms* para obtenção e organização dos dados, os questionários foram executados no início do segundo semestre de 2019. Tratou-se de um questionário adaptado dividido em duas partes: na primeira parte foram coletadas as informações como sexo, idade, curso e semestre dos acadêmicos; na segunda parte foi realizado o teste de Lipp, que avaliou por meio de perguntas a respeito da rotina do acadêmico, a presença do quadro sintomatológico de estresse (ROSSETTI et al, 2008).

A coleta foi feita de forma que o aplicador do questionário passou o *link* do mesmo para a turma, e o aplicador se manteve em sala durante toda a aplicação para esclarecer dúvidas. Nos casos em que o participante não teve acesso *online* ao questionário, foi disponibilizada uma cópia impressa para que fosse possível a participação do acadêmico na pesquisa. Os resultados obtidos foram contabilizados em forma de escores utilizando o programa *Microsoft Office Excel® 2010* para gerar gráficos e tabelas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A população da pesquisa foi composta por 341 estudantes da área da saúde de uma instituição de ensino superior privada, localizada em Juazeiro do Norte-CE. Cujas idades variaram de 18 a 40 anos (média de 22,18 anos).

As demais características da população estudada podem ser visualizadas na tabela 1 a seguir.

Tabela 1: Caracterização dos entrevistados de acordo com as variáveis.

Variáveis	Acadêmicos entrevistados (n=341)	
	n	%
Sexo		
Masculino	89	26,10
Feminino	252	73,90
Curso		
Biomedicina	58	17,00
Educação física	30	8,80
Enfermagem	62	18,18
Fisioterapia	30	8,80
Medicina veterinária	68	19,94
Odontologia	60	17,60
Psicologia	33	9,68

Tempo de graduação*		
0 anos	25	7,33
1 ano	71	20,82
2 anos	86	25,23
3 anos	43	12,61
4 anos	66	19,35
5 anos	43	12,61
6 anos	7	2,05
Fase de alerta		
Positivo	84	24,63
Negativo	257	75,37
Fase de resistência		
Positivo	256	75,07
Negativo	85	24,93
Fase de exaustão		
Positivo	106	31,09
Negativo	235	68,91

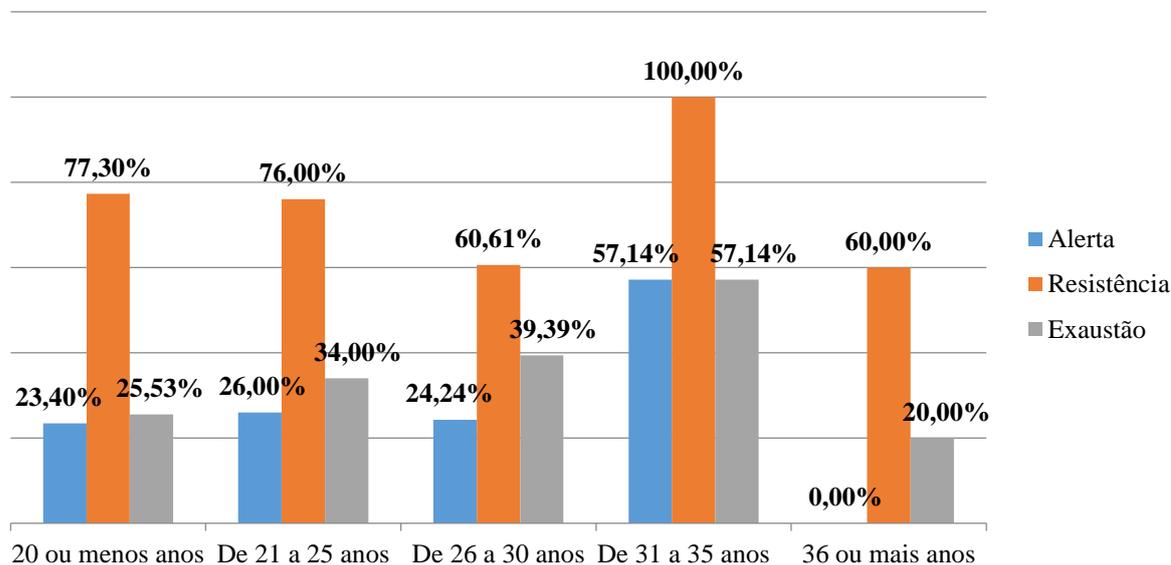
Fonte: o próprio pesquisador. *Tempo de graduação em anos completos.

A tabela 1 traz os dados em relação a classificação dos respondentes quanto as fases do teste de Lipp. O instrumento de coleta revelou que 75,37% dos entrevistados não apresentam sintomas que o classifiquem na fase de alerta. Já referente a fase de resistência, de acordo com as respostas obtidas, 75,07% dos discentes apresentam o quadro. Quanto a fase de exaustão, o resultado foi que a maioria dos entrevistados não se encontram nesta fase. Portanto, pode-se perceber que a maior parte dos entrevistados se enquadra na fase de resistência, considerado uma fase intermediária.

Considerando a pesquisa feita por Murakami et al.(2019), no trabalho intitulado “Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde”, utilizaram como meio de coleta de informações o questionário de sintomas de estresse de Lipp, obtiveram como amostra 102 estudantes de cinco cursos de graduação de uma Intituição de Ensino Superior, a amostra correspondeu a 75% para o gênero feminino, enquanto para o gênero masculino 63%, dos estudantes 70% incluindo ambos os sexos apresentou sintomas de estresse, em sua maioria dentro da fase de resistência, localizado na cidade de São Paulo.

O gráfico 1 ilustra os respondentes que se enquadraram nas fases de alerta, resistência e exaustão em relação a faixa etária, conforme possível visualizar a seguir.

Gráfico 1: Correlação entre faixa etária e detecção de sinais estresse nas fases de alerta, resistência e exaustão de acadêmicos de uma instituição de ensino superior em Juazeiro do Norte – CE.



Fonte: o próprio pesquisador.

Constatou-se que 23,4% dos entrevistados com menos de vinte anos se identificaram com sete ou mais sintomas da fase de alerta, enquanto a faixa etária de 21 a 25 anos configura-se com 26%, de 26 a 30 anos com 24,24%, a faixa etária entre 31 a 35 anos de idade apresenta 57,14%. Em contrapartida não houve respondentes com mais de 36 anos classificados na fase de alerta.

Já em relação a fase de resistência, conforme o gráfico 1, 77,3% dos entrevistados com menos de 20 anos apresentam o quadro. Dos que têm 21 a 25 anos, 76% se enquadram nessa fase, enquanto os que têm 26 a 30 anos representam 60,61%. 100% dos respondentes que têm entre 31 a 35 anos classificaram-se nesta fase, enquanto aqueles que têm mais de 36 anos, 60% apresentam os sintomas.

Quanto a correlação entre a fase de exaustão e a faixa etária correspondente, de acordo com o Gráfico 1, verificou-se que 25,53% dos estudantes com menos de 20 anos se enquadram nessa fase, sendo 34% dos que têm 21 a 25 anos, 39,39% dos de 26 a 30 anos, 57,14% dos entrevistados com idade entre 31 a 35 anos, e 20% daqueles com mais de 36 anos.

Quanto as questões referentes a variável da idade os resultados encontrados se assemelham aos resultados obtidos por Cestari et al.(2017), foi percebido em seus valores que a presença dos sintomas de estresse são maiores no grupo \geq a 30 anos do que quando

comparado a prevalência nos outros grupos \leq a 30 anos. Confirmando assim, nos resultados do gráfico 1 correspondentes a variável idade.

Tabela 2: Correlação entre sexo e detecção de sintomas de estresse nas fases de alerta, resistência e exaustão de acadêmicos de uma instituição de ensino superior em Juazeiro do Norte – CE.

Fases dos sintomas de estresse	Sexo	
	Masculino	Feminino
Alerta	23,60%	25,00%
Resistência	65,17%	78,57%
Exaustão	20,22%	34,92%

Fonte: o próprio pesquisador.

Para melhor visualização, foi desenvolvida a Tabela 2, que correlaciona todas as fases dos sintomas de estresse com os dados de gênero. Constatou-se, portanto, que 25% das mulheres entrevistadas apresentam sintomas da fase de alerta, 78,57% da fase de resistência e 34,92% da fase de exaustão. As pesquisas desenvolvidas por esses estudos revelam que a incidência de sintomas de estresse são maiores em pessoas do sexo feminino, e que se dá devido às múltiplas responsabilidades destas, com as atividades obrigatórias da universidade, trabalho e cuidados com o lar e a família, causando sobrecarga. Já quanto aos homens, 23,6% se enquadram na fase de alerta, 65,17% na de resistência e 20,22% na de exaustão.

De acordo com a pesquisa realizada por Costa et al.(2010), no trabalho intitulado “Avaliação do nível de estresse através do teste de inventário de sintomas de estresse de lipp em acadêmicos da área de saúde manaus-am”, essa pesquisa fez uso do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp como instrumento de coleta, tiveram como amostra uma população de 160 acadêmicos dos cursos de Enfermagem, Medicina e Odontologia, foi perceptível uma prevalência de 94,4% de mulheres com sintomas de estresse, em comparação a 88,8% de homens com sintomas de estresse de uma Escola Superior de Ciências da Saúde da Universidade Estadual do Amazonas, localizada em Manaus-AM.

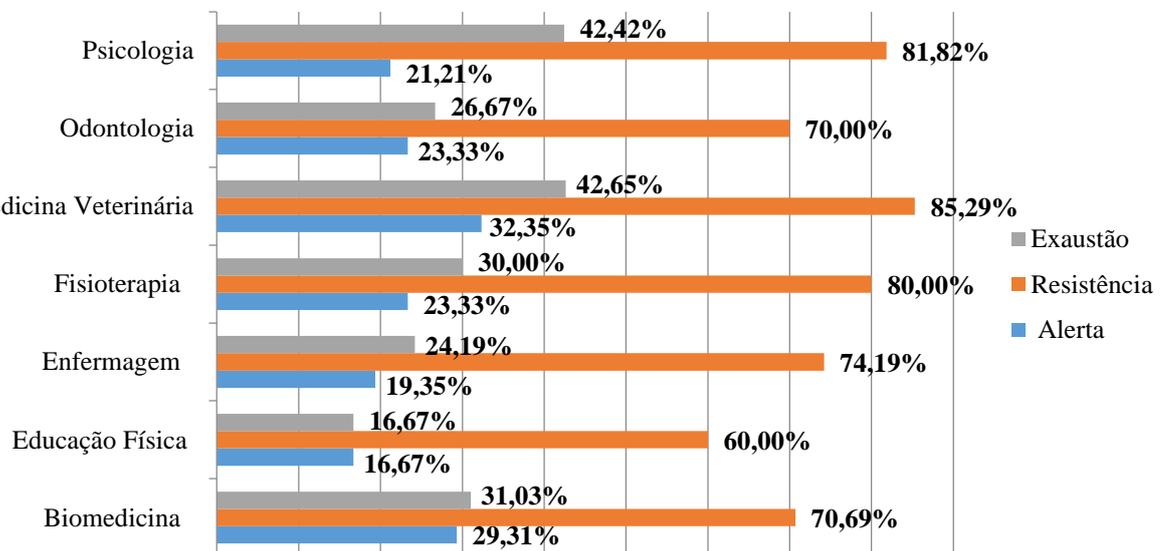
Já em uma pesquisa feita por Souza et al.(2019), no trabalho intitulado “Stress e estratégias de coping: um estudo com universitários dos cursos de fisioterapia e ciência da computação”, utilizaram como meio de coleta de informações um questionário adaptado A Escala Visual Analógica do Stresse e a Escala de Cope Breve, obtiveram como amostra 106 acadêmicos dos cursos de Fisioterapia e Ciência da Computação, sendo um grupo composto

por 47,17% de mulheres e 52,83% de homens, desses foi observado que 42% das mulheres estavam com nível de stress moderado, em relação aos 39,29% dos homens que foram percebidos sem stress de um centro universitário, localizado na cidade de São Paulo.

Assemelhando-se a pesquisa feita por Cestari et al.(2017), no trabalho intitulado “Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas”, que fez uso do instrumento de coleta do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp, usando como amostra estudantes do curso de enfermagem, teve como resultado valores correspondentes a porcentagem positiva de cada gênero, que foi de 65,4% para o sexo feminino e 40,7% para o sexo masculino de uma Instituição de ensino superior privada, localizada em Fortaleza-CE.

Quando levado em consideração a variável sexo frente à presença de sintomas de estresse, ambas as pesquisas nos permite confirmar uma prevalência maior dos valores correspondentes ao sexo feminino em relação ao masculino, assim como na tabela acima.

Gráfico 2: Correlação por curso e detecção de sintomas de estresse nas fases de alerta, resistência e exaustão de acadêmicos de uma instituição de ensino superior em Juazeiro do Norte – CE.



Fonte: o próprio pesquisador.

Quanto a relação estabelecida entre a fase de alerta e o curso, conforme o Gráfico 2, tem-se que 21,21% dos respondentes do curso de psicologia apresentam o quadro da fase, tal como 23,33% dos discentes de odontologia, 32,35% de medicina veterinária, 23,33% de fisioterapia, 19,35% de enfermagem, 16,67% de educação física e 29,31% de biomedicina.

Já em relação a fase de resistência e a graduação cursada, de acordo com o Gráfico 2, constatou-se que 81,82% dos respondentes do curso de psicologia apresentam o quadro da fase, bem como 70% dos discentes de odontologia, 85,29% de medicina veterinária, 80% de fisioterapia, 74,19% de enfermagem, 60% de educação física e 70,69% de biomedicina.

Em um estudo realizado por Cruvinel-Junior et al.(2019), no trabalho intitulado “Níveis de estresse e variabilidade da frequência cardíaca em professores universitários”, sua amostra foi composta por 30 professores universitários de ambos os sexos com faixa etária entre 30 e 59 anos, utilizaram como meio de coleta de dados o questionário de Lipp, a pesquisa foi realizada em uma sala de avaliação da Clínica Escola de Saúde, no Centro Universitário de Formiga – MG.

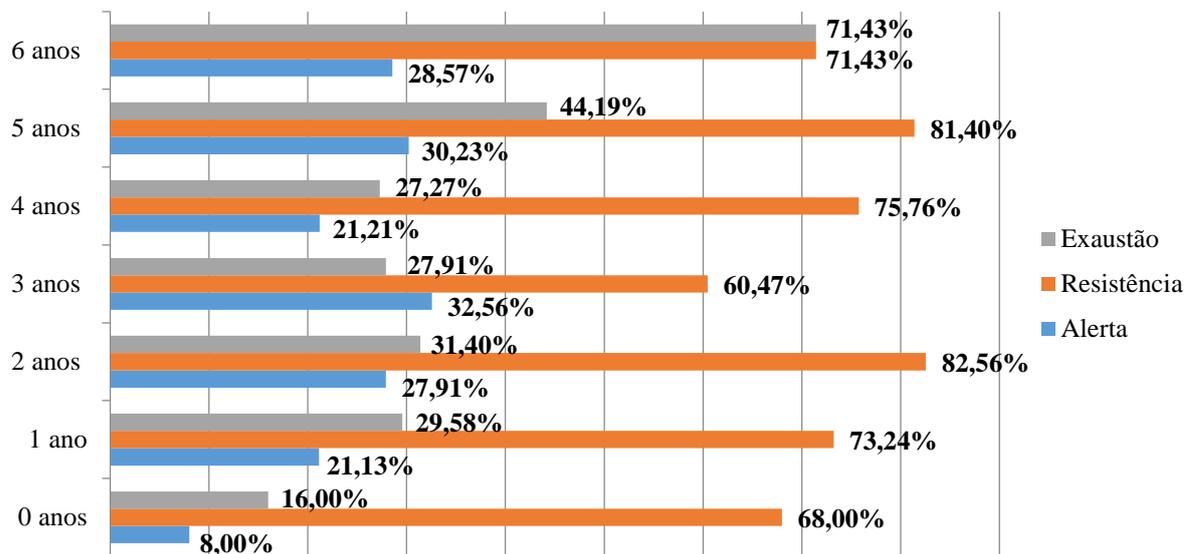
Na pesquisa deles foi possível observar que dos 30 professores universitários avaliados, 63,3% não apresentavam estresse e 36,7% se apresentavam na fase de resistência, segundo o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp. Reafirmando assim, em comparativo com este trabalho e com outros a maior prevalência da fase de resistência.

Em uma pesquisa realizada por Ramos et al.(2019), com o trabalho intitulado “Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse com Universitários”, utilizaram como meio de coleta de informações um questionário adaptado composto por um questionário de dados sociodemográficos, Inventário de Sintomas de Stress para Adultos e Inventário de Ansiedade de Beck, tiveram como amostra 11 universitários de variados cursos (1 de engenharia elétrica, 1 serviço social, 2 alunos de engenharia civil, 1 de nutrição, 1 direito, 1 de artes plásticas, 1 de letras, 1 de administração, 1 de educação física, 1 de ciências contábeis), variando também nos períodos de graduação. Os integrantes da amostra foram alunos que estavam inscritos em uma das oficinas de um projeto de controle de ansiedade e enfrentamento do estresse, que foi realizada em uma instituição federal, localizada em Espírito Santo-ES.

Nessa pesquisa foi possível observar que 90,9% dos alunos apresentaram estresse na fase de resistência, em uma segunda avaliação após a primeira coleta, apenas 72,7% permaneceram na fase de resistência e um dos indivíduos progrediu para exaustão, divergindo do restante apenas outro aluno se manteve sem estresse em ambos os momentos de coleta. Confirmando o resultado de Ramos et al.(2019), quando comparada a variável da fase de resistência, foi possível perceber uma prevalência bem maior dessa fase quando comparada com as fases de alerta e exaustão, quando passamos a comparar a variável referente ao sexo, é possível perceber que a uma inversão em seu estudo, que obteve maior porcentagem correspondente ao gênero masculino 54,54% do que no gênero feminino 45,45%.

Na pesquisa de Costa et al.(2010), foi relatado alguns dados que demonstraram que todos os cursos avaliados por eles apresentaram estresse, tendo destaque para o nível moderado que correspondeu a 77,8%, nas três faculdades. Direcionando o foco para o curso de que apresentou nível de estresse intenso em 11,1% de seus alunos, que está relacionado com maior fator de risco para surgimento de doenças. Já os cursos de enfermagem e odontologia não tiveram nível de estresse intenso, mas demonstraram também nível de estresse leve equivalente a 22,2% respectivamente.

Gráfico 3: Correlação de tempo cursado e detecção de sintomas de estresse nas fases de alerta, resistência e exaustão de acadêmicos de uma instituição de ensino superior em Juazeiro do Norte – CE.



Fonte: o próprio pesquisador. *Tempo de graduação em anos completos.

Quanto a relação estabelecida entre o tempo cursado pelos respondentes e a fase de alerta, conforme o Gráfico 3, tem-se que 8% dos respondentes que estão a menos de um ano na faculdade apresentam o quadro positivo da fase, tal como 21,13% dos discentes que estão a um ano, 27,91% que tem dois anos cursados, 32,56% três anos, 21,21% quatro anos, 30,23% cinco anos e 28,57% seis anos.

É possível perceber através desses dados que há uma disparidade, onde não há um padrão, pois tanto o terceiro ano quanto o sexto possui índices elevados de sintomas de fase alerta de estresse.

Em uma pesquisa desempenhada por Preto (2018), no trabalho intitulado “O estresse em universitários de enfermagem e sua relação com fatores pessoais e ambientais.”,

obtiveram como amostra 209 universitários do primeiro ao último ano do curso de enfermagem, sendo um grupo composto por 12,9% de homens e 87,1% de mulheres, desses a mesma relatou que entre esses alunos 78,5% apresentaram estresse e em sua maior parte encontravam-se 57,9% na fase de resistência, localizado na cidade de Ribeirão Preto.

Já no estudo realizado por Almeida et al.,2019 no trabalho intitulado “Avaliação do estresse físico e psicológico de praticantes de esporte de orientação”, utilizaram como meio de coleta de dados a Escala de Percepção de Esforço adaptada e o questionário de Lipp nos atletas antes e depois de uma corrida e tiveram como amostra 40 praticantes do esporte de ambos os sexos com faixa etária média de 25 ± 3 anos, que fossem devidamente filiados em clubes de Orientação no Brasil, sendo aprovada pela Universidade Federal de Mato Grosso - Centro Universitário do Araguaia. Conseguiram perceber que ocorria um aumento relevante da sintomatologia de exaustão física dos participantes da pesquisa quando levado em consideração o momento inicial.

Nos seus resultados foi possível observar que 62,5% encontravam-se na fase de alerta, enquanto 37,5% estavam na fase de resistência. Quando levado esses resultados em comparação com os obtidos nesta pesquisa, podemos observar que há uma divergência entre os resultados, na pesquisa de Ramos et al.(2019) a uma prevalência maior de indivíduos dentro da fase de alerta do que na de resistência.

Já em relação entre o tempo cursado pelos respondentes e a fase de resistência, conforme o Gráfico 3, tem-se que 68% dos respondentes que estão a menos de um ano na faculdade apresentam o quadro positivo da fase, tal como 73,24% dos discentes que estão a um ano, 82,56% que tem dois anos cursados, 60,47% três anos, 75,76% quatro anos, 81,40% cinco anos e 71,43% a seis anos.

É possível perceber então, que houve um equilíbrio, sem muita distinção de números entre a fase de resistência e exaustão em relação ao grupo de seis anos cursados.

Os dados que correlacionam o tempo cursado pelos entrevistados com a condição positiva em relação as fases dos sintomas de estresse evidenciam que mesmo aqueles estudantes dos primeiros anos do curso, apesar de em menor intensidade, apresentam quadros significativos de estresse. Nesse caso, isto pode estar ligado ao fato de que o aluno, enquanto condição de calouro, passa por um difícil processo de adaptação frente à fase adulta, e a necessidade de tornar-se mais independente e responsável.

Já em relação entre o tempo cursado pelos respondentes e a fase de exaustão, conforme o Gráfico 3, tem-se que 16% dos respondentes que estão a menos de um ano na faculdade apresentam o quadro positivo da fase, tal como 29,58% dos discentes que estão a

um ano, 31,4% que tem dois anos cursados, 27,91% três anos, 27,27% quatro anos, 44,19% cinco anos e 71,43% a seis anos.

De acordo com os dados obtidos por Lipp et al.(2017), no trabalho intitulado “Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes”, onde utilizaram como meio de coleta de informações o inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp e tiveram como participantes da amostra os servidores da Secretaria de Segurança Pública do Estado de Mato Grosso, em um total de 1.837 (um mil, oitocentos e trinta e sete) homens e mulheres. Lipp constatou que o fato de os valores de estresse da amostra analisada estavam elevados em relação a média nacional, orientando a possível conclusão de que ao menos parte do estresse encontrado, surge notadamente de fontes conectadas ao trabalho.

Se comparada o curso de graduação com o trabalho e o tempo de graduação com o tempo de exercício da profissão são obtidos resultados aproximados uns com os outros, com questão de variação mínima entre eles.

Constata-se, portanto, nesse caso, que quanto maior o tempo passado na graduação, maior o índice de sintomas de fase alerta de estresse. Em consonância com a pesquisa de Cestari et al.(2017), há um aumento gradativo do índice do quadro de estresse com o decorrer da graduação de forma que fica notável isso no gráfico.

4 CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos no estudo, foi possível ser observada uma alta prevalência de acadêmicos com sintomas da fase de resistência do estresse. Quando cruzada as informações das fases com as variáveis de idade, sexo, curso e tempo cursado, foi perceptível que a variável sexo em relação às fases, teve o seu destaque maior para o sexo feminino, as mulheres corresponderam a 78,57%. Quando levado em consideração o curso, o que mais se destacou em todas as três fases foi o curso de medicina veterinária com 85,29%. Observando a variável tempo cursado, é possível perceber que seu destaque maior foi para os alunos que estão praticamente na metade da graduação correspondendo a 2 anos completos com 82,56%.

Toda informação que foi obtida com essa pesquisa pode favorecer algumas decisões acerca de suporte educacional com foco na inserção de algumas ações preventivas que possam vir a ajudar o estudante universitário a solucionar ou a amenizar essas situações por meio de orientações voltadas aos acadêmicos.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, K. K. de et al. Avaliação do estresse físico e psicológico de praticantes de esporte de orientação. **ConScientiae Saúde**, v. 18, n. 2, p. 285-292, abr./jun. 2019.
- AUERBACH, R. P. et al. WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. **Journal Of Abnormal Psychology**, [s.l.], v. 127, n. 7, p.623-638, out. 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n. 466**, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, Diário Oficial da União, 12 dez. 2012.
- CESTARI, V. R. F. et al. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. **Acta Paulista de Enfermagem**, [s.l.], v. 30, n. 2, p.190-196, abr. 2017.
- COSTA, E. F. de O. et al . Common mental disorders and associated factors among final-year healthcare students. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 525-530, dec. 2014.
- COSTA, S. C et al. Avaliação do nível de estresse através do teste de inventário de sintomas de estresse de lipp (issl) em acadêmicos da área de saúde Manaus-AM. **Revista AMAzônica.**, Humaitá, AM, Ano 3, v. 4, N. 1, p. 7-18, jan-jun, 2010.
- CRUVINEL-JUNIOR, R. H. et al. Níveis de Estresse e Variabilidade da Frequência Cardíaca em Professores Universitários. **Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde da UNIARP**, v. 9, n. 2, (18), p. 73- 82, out. 2019.
- FERREIRA, C. M. G.; KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; CORDEIRO, T. M. G. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 2, p.268-277, jun. 2016.
- FONTELLES, M. J. et al. Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. **Ciências da Saúde**, v. 30, n. 2, p.190-196, 2009.
- GIGLIO, J.S. **Bem-estar emocional em estudantes universitários**. [tese de doutorado]. São Paulo, Campinas: FCM/UNICAMP, 1976.
- LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. da S. N.; NUNES, V. de O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 17, n. 1, p. 46-53, mar. 2017. doi: 10.17652/rpot/2017.1.12490
- MURAKAMI, K.; PANÚNCIO-PINTO, M. P.; SANTOS, J.; TRONCON, L. E. Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde. **Revista de Medicina**, v. 98, n. 2, p. 108-113, 29 abr. 2019.
- PRETO, V. A. **O estresse em universitários de enfermagem e sua relação com fatores pessoais e ambientais**. 2018. Tese (Doutorado em Enfermagem Psiquiátrica) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, University of São Paulo, Ribeirão Preto, 2018. doi:10.11606/T.22.2018.tde-31082018-155141

RAMOS, F. P. et al. Oficina de Controle de Ansiedade e Enfrentamento do Estresse com Universitários. **PSI UNISC**, [S.l.], v. 3, n. 1, p. 121-140, jan. 2019. ISSN 2527-1288.

ROSSETTI, M. O. et al. Lipp's inventory of symptoms os stress for adults (ISSL) in federal civil servants of São Paulo. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, [s.l.], v. 4, n. 2, p.109-119, 2008.

SILVA, R. M. da et al. Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in three Brazilian universities—an analytic study. **BMC Nursing**, [s.l.], v. 13, n. 9, p.1-6, 2014.

SOUZA, D. C. de; TEIXEIRA-JUNIOR, I. dos S.; BIAZZI, S. Stress e estratégias de coping: um estudo com universitários dos cursos de fisioterapia e ciência da computação. **Revista Destaques Acadêmicos**, [S.l.], v. 11, n. 2, ago. 2019.

VIAPIANA, V. N.; GOMES, R. M.; ALBUQUERQUE, G. S. C. de. Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde-doença. **Saúde em Debate**, [s.l.], v. 42, n. 4, p.175-186, dez. 2018.

ANEXO I

IDADE:	SEXO:	SEMESTRE:	CURSO:	TEMPO DE FACULDADE:

Teste de Lipp - ISS (inventário de sintomas de "stress")

Este teste PODE avaliar se possui algum sintoma de Estresse ou até mesmo se está propenso a este. Assinale os itens que possam ser um sintoma verificando sua incidência e consultando posteriormente a tabela de resultados.

Sua evolução se dá em três fases:

ALERTA, RESISTÊNCIA E EXAUSTÃO.

Fase I – Alerta (alarme)

É a fase de contato com a fonte de estresse, com suas sensações típicas na qual o organismo perde o seu equilíbrio e se prepara para enfrentar a situação estabelecida em função de sua adaptação. São sensações desagradáveis, fornecendo condições para reação à estas sendo fundamentais para a sobrevivência do indivíduo.

Para identificá-la, assinale no interior das caixinhas, os sintomas que tem experimentado nas ÚLTIMAS 24 HORAS:

- Mãos e/ou pés frios
- Boca Seca
- Nó ou dor no estômago
- Aumento de sudorese (muito suor)
- Tensão muscular (dores nas costas, pescoço, ombros)
- Aperto na mandíbula/ranger de dentes, ou roer unhas ou ponta de caneta
- Diarréia passageira
- Insônia, dificuldade de dormir
- Taquicardia (batimentos acelerados do coração)
- Respiração ofegante, entrecortada
- Hipertensão súbita e passageira (pressão alta súbita e passageira)
- Mudança de apetite (comer bastante ou Ter falta de apetite)
- Aumento súbito de motivação
- Entusiasmo súbito
- Vontade súbita de iniciar novos projetos

ALERTA → Na ocorrência de 7 (SETE) ou mais itens na FASE I

Fase II – Resistência (luta)

Fase intermediária em que o organismo procura o retorno ao equilíbrio. Apresenta-se desgastante, com esquecimento, cansativa e duvidosa. Pode ocorrer nesta fase a adaptação ou eliminação dos agentes estressantes e conseqüente reequilíbrio e harmonia ou evoluir para a próxima fase em conseqüência da não adaptação e/ou eliminação da fonte de estresse.

Para identificá-la assinale no interior das caixinhas, os sintomas que tem experimentado no ÚLTIMO MÊS:

- Problemas com a memória, esquecimentos
- Mal-estar generalizado, sem causa específica
- Formigamento nas extremidades (pés ou mãos)
- Sensação de desgaste físico constante
- Mudança de apetite
- Aparecimento de problemas dermatológicos (pele)
- Hipertensão arterial (pressão alta)
- Cansaço Constante
- Aparecimento de gastrite prolongada (queimação no estômago, azia)
- Tontura, sensação de estar flutuando
- Sensibilidade emotiva excessiva, emociona-se por qualquer coisa
- Dúvidas quanto a si próprio
- Pensamento constante sobre um só assunto
- Irritabilidade excessiva
- Diminuição da libido (desejo sexual diminuído)

RESISTÊNCIA → Na ocorrência de 4 (quatro) ou mais dos itens na FASE II

Fase III - Exaustão (esgotamento)

Fase "crítica e perigosa", ocorrendo uma espécie de retorno a primeira fase, porém agravada e com comprometimentos físicos em formas de doenças.

Para identificá-la assinale no interior das caixinhas, os sintomas que tem experimentado nos ÚLTIMOS 3 (TRÊS) MESES:

- Diarréias freqüentes
- Dificuldades Sexuais
- Formigamento nas extremidades (mãos e pés)
- Insônia
- Tiques nervosos
- Hipertensão arterial confirmada
- Problemas dermatológicos prolongados (pele)
- Mudança extrema de apetite
- Taquicardia (batimento acelerado do coração)
- Tontura freqüente
- Úlcera
- Impossibilidade de Trabalhar
- Pesadelos
- Sensação de incompetência em todas as áreas
- Vontade de fugir de tudo
- Apatia, vontade de nada fazer, depressão ou raiva prolongada
- Cansaço excessivo
- Pensamento constante sobre um mesmo assunto
- Irritabilidade sem causa aparente
- Angústia ou ansiedade diária

- Hipersensibilidade emotiva
- Perda do senso de humor

EXAUSTÃO → Na ocorrência de 9 (nove) ou mais itens na FASE III

Importante: Este teste tem a finalidade apenas de servir como uma referência (alerta) e não como a certeza de estar sendo vítima do Estresse. Em virtude disso não se perturbe se houver indícios de sua existência, devendo entretanto, de posse destes sinais, procurar ajuda de um profissional a fim de ser orientado.

Teste criado pela especialista Marilda Emmanuel Novaes Lipp,
do Laboratório de Estudos Psicofisiológicos do Stress, de Campinas.

ANEXO II

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: AVALIAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JUAZEIRO DO NORTE - CE

Pesquisador: Wenderson Pinheiro de Lima

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 23460819.9.0000.5048

Instituição Proponente: Instituto Leão Sampaio de Ensino Universitário Ltda.

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.752.531

Apresentação do Projeto:

Este trabalho tem como objetivo avaliar a presença de sinais de estresse em acadêmicos das áreas da saúde. Considerando o desempenho acadêmico está diretamente relacionado com a capacidade do aluno de manter e reproduzir o que foi aprendido, para mensurar o seu rendimento. A pressão que a vida acadêmica exerce sobre os discentes, como a intensa carga horária de estudos exigida, a forte cobrança externa e a preocupação em obter sucesso podem produzir um ambiente nocivo a saúde mental destes. Já que o estresse pode ser disseminado por meio de estímulos estressores, o mesmo está também associado a eventualidades do ambiente. Trata-se de uma pesquisa de carácter quantitativo transversal, pois compete a uma pesquisa que será realizada em um curto período de tempo, onde lidará com a expressão de variáveis, por meio de dados numéricos e técnicas estatísticas para classificá-los e analisá-los. Será realizada com alunos dos cursos das áreas da saúde de uma instituição de ensino superior privada no município de Juazeiro do Norte-CE, no segundo semestre do ano de 2019.

Endereço: Av. Maria Letícia Leite Pereira, s/n

Bairro: Planalto

CEP: 63.010-970

UF: CE

Município: JUAZEIRO DO NORTE

Telefone: (88)2101-1033

Fax: (88)2101-1033

E-mail: cep.leaosampaio@leaosampaio.edu.br

Continuação do Parecer: 3.752.531

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Avaliar a presença de sinais de estresse em acadêmicos da área da saúde.

Objetivo Secundário:

Indicar entre os acadêmicos dos cursos das áreas da saúde, qual o gênero e a faixa etária são mais acometidos por sinais e sintomas de estresse; Relacionar o nível de estresse aos semestres cursados de cada curso da área da saúde; Determinar se os sinais de estresse encontram-se mais elevados, dentro ou fora do período avaliativo nos cursos da área da saúde; Delimitar qual ou quais cursos apresentaram mais acadêmicos acometidos por sinais de estresse.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Há o risco mínimo de constrangimento do participante durante o período em que responderá as perguntas pertencentes ao questionário em sala de aula, porém esse risco será atenuado mediante a explicação prévia do pesquisador sobre os objetivos da pesquisa e por meio do esclarecimento de que nenhuma informação pessoal do participante será divulgada, somente os blocos de dados obtidos.

Benefícios:

Permitirá alavancar dados acerca dos principais sinais presentes nos variados quadros de estresse. Analisar se seus sinais e sintomas são recentes ou se vem acompanhando o indivíduo a um longo período, proporcionando assim, a busca por possíveis métodos de intervenção. Além disso, os benefícios para os participantes são no sentido de fornecer informações relevantes que permitirão à instituição conhecer acadêmicos em situação de risco para o desenvolvimento de estresse e, a partir disso, poder desencadear atividades de prevenção e acompanhamento desses acadêmicos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Objetivos a serem galgados e metodologia a ser utilizada, perfeitamente concatenados.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Documentação devidamente apresentada.

Endereço: Av. Maria Leticia Leite Pereira, s/n

Bairro: Planalto

CEP: 63.010-970

UF: CE

Município: JUAZEIRO DO NORTE

Telefone: (88)2101-1033

Fax: (88)2101-1033

E-mail: cep.leaosampaio@leaosampaio.edu.br

Continuação do Parecer: 3.752.531

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Pela Aprovação.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1419749.pdf	15/11/2019 23:44:36		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	TCCcompleto.docx	15/11/2019 23:42:34	VICTOR LEITE MATOS	Aceito
Outros	TCPE.docx	09/10/2019 21:47:17	VICTOR LEITE MATOS	Aceito
Outros	Cartadeanuencia.pdf	30/08/2019 16:38:38	VICTOR LEITE MATOS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	30/08/2019 16:35:42	VICTOR LEITE MATOS	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	30/08/2019 16:31:43	VICTOR LEITE MATOS	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

JUAZEIRO DO NORTE, 09 de Dezembro de 2019

Assinado por:
JOSE LEANDRO DE ALMEIDA NETO
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Maria Letícia Leite Pereira, s/n

Bairro: Planalto

CEP: 63.010-970

UF: CE

Município: JUAZEIRO DO NORTE

Telefone: (88)2101-1033

Fax: (88)2101-1033

E-mail: cep.leaosampaio@leaosampaio.edu.br