



FATORES DE ESTRESSE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM NA REALIZAÇÃO DE ATIVIDADES TEÓRICO-PRÁTICAS DA FORMAÇÃO ACADÊMICA

Ingrid Loise Cruz dos Santos*

Luana Paula de Oliveira**

Helder de Pádua Lima***

Nathan Aratani****

Soraia Geraldo Rozza Lopes*****

Bianca Cristina Ciccone Giacon-Arruda*****

RESUMO

Objetivo: verificar os fatores de estresse comumente vivenciados por estudantes do curso de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica. **Método:** estudo descritivo, transversal, desenvolvido com 142 discentes do curso de Enfermagem de uma universidade pública localizada em Mato Grosso do Sul, Brasil. Os dados foram coletados em fevereiro de 2020 por meio de questionário sociodemográfico/acadêmico e da escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem e, posteriormente, analisados de maneira descritiva, segundo a moda e percentis superiores e inferiores à moda das variáveis. **Resultados:** medo de cometer erros durante a assistência ao paciente (57,4%), sentimento de ter adquirido pouco conhecimento para fazer provas práticas (52,1%), insegurança ou medo de fazer provas teóricas (44,7%) e obrigatoriedade de realizar trabalhos extraclasse (41,5%) foram fatores que provocaram níveis muito altos de estresse entre os estudantes. **Conclusão:** os resultados podem auxiliar faculdades de Enfermagem no planejamento e fortalecimento de intervenções preventivas com foco no gerenciamento do estresse e seu enfrentamento.

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

INTRODUÇÃO

Estresse é um fenômeno complexo, vinculado à relação estabelecida entre o indivíduo e o ambiente no qual encontra-se inserido. Estudos que abordam esse tema devem avaliar os contextos vividos pelas pessoas, a relação delas com o ambiente, além de considerar os significados atribuídos a eventos cotidianos. Em termos fisiológicos, o estresse pode ser constatado por meio de alterações hormonais no sistema neuroendócrino. Na prática diária, manifesta-se através de comportamentos observáveis, os quais são associados a mudanças psiconeuroendócrinas⁽¹⁻³⁾.

O ambiente acadêmico, mais precisamente a área de saúde e, sobretudo, os cursos de Enfermagem, pode representar um desafio para o equilíbrio homeostático dos estudantes, pois os

expõem, frequentemente, a situações que demandam adaptação ao processo de aprendizagem e aos métodos avaliativos necessários para sua formação, a saber: cumprimento de obrigações e prazos, demonstração de conhecimento teórico-prático e submissão permanente ao processo avaliativo. A adaptação à vida acadêmica envolve o surgimento de frustrações, angústias e situações estressoras que podem afetar a qualidade de vida de discentes e interferir em seu desempenho estudantil e profissional⁽⁴⁻⁶⁾.

Estudantes do curso de Enfermagem podem experimentar elevados níveis de estresse relacionados à realização de atividades teórico-práticas durante o período de formação acadêmica, à maior proximidade e permanência junto ao paciente e ao seu sofrimento, à habilidade técnica insuficiente para a prática

*Enfermeira. Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Coxim, MS, Brasil. E-mail: ingridlouis@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4793-6960>.

**Enfermeira. UFMS. Coxim, MS, Brasil. E-mail: luanacoximoliver@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-8665-9778>.

***Enfermeiro. Doutor em Enfermagem, UFMS. Campo Grande, MS, Brasil. E-mail: padua_helder@hotmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-3795-6343>.

****Enfermeiro. Doutor em Saúde Pública, UFMS. Coxim, MS, Brasil. E-mail: nathan.aratani@ufms.br ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4602-7319>.

*****Enfermeira. Doutora em Enfermagem, UFMS. Corumbá, MS, Brasil. E-mail: soraia.gr.lopes@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-8938-2169>.

*****Enfermeira. Doutora em Enfermagem, UFMS. Coxim, MS, Brasil. E-mail: bianca.giacon@ufms.br ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-8433-6008>.

clínica, à lidar com a morte, à necessidade de relacionar-se com a equipe de saúde e à preocupação com a inserção no mercado de trabalho. Embora realizem a prática da Enfermagem com supervisão docente, esses estudantes precisam adaptar-se a um modo de vida no qual assumem responsabilidades inerentes ao processo de ensino-aprendizagem; muitas vezes, sem o suporte adequado para lidarem com as pressões do processo de formação profissional^(5,7-10).

As situações estressoras descritas acima merecem a atenção dos pesquisadores, tanto por trazerem efeitos físicos e psicológicos à saúde dos estudantes do curso de Enfermagem, quanto pelo risco que impõem aos pacientes submetidos aos seus cuidados. Estudantes em estado de estresse podem realizar práticas inseguras e causar danos à sua própria saúde e ou à daqueles que estão sob seus cuidados⁽⁶⁾.

Apesar da vasta produção científica acerca do estresse vivido por estudantes de Enfermagem, as literaturas nacional e internacional apontam lacunas quanto aos fatores de estresse vivenciados pelos discentes, especificamente durante a realização de atividades teóricas e práticas do processo formativo⁽¹¹⁾.

Atividades teóricas durante a formação acadêmica em Enfermagem abrangem o grau de dificuldade sentido pelos estudantes com o conteúdo programático, as atividades desenvolvidas e a metodologia de ensino adotada. Nesse mesmo cenário, atividades práticas compreendem o conhecimento instrumental adquirido pelo aluno para a realização dos procedimentos, assim como sentimentos envolvidos com o cuidado oferecido ao paciente⁽¹⁾.

Mediante o exposto e com a intenção de ampliar o conhecimento acerca da singularidade do estresse desenvolvido durante a realização de atividades teóricas e práticas no processo formativo em Enfermagem, questiona-se: quais os fatores de estresse vivenciados por estudantes de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas do processo de formação acadêmica?

O presente estudo teve como objetivo verificar os fatores de estresse comumente vivenciados por estudantes de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, desenvolvido em uma universidade pública localizada em Mato Grosso do Sul (MS), Brasil. A população do estudo foi representada por 229 estudantes matriculados no 1º semestre letivo de 2020 do Curso de Enfermagem.

Os seguintes critérios de inclusão foram adotados: ter idade igual ou superior a 18 anos e estar regularmente matriculado em pelo menos uma disciplina com carga horária de aulas teóricas e práticas do segundo, quarto, sexto, oitavo ou décimo períodos do Curso de Enfermagem. Estudantes que não estavam em sala de aula no momento da coleta de dados ou que efetivaram trancamento institucional durante o referido período foram excluídos da pesquisa.

A amostragem não probabilística foi utilizada e levou ao total de 142 discentes (62,0% da população do estudo), sendo: 32 (dos 55 matriculados) do segundo período letivo do curso; 26 (dos 80 matriculados) do quarto período; 32 (dos 40 matriculados) do sexto período; 30 (dos 30 matriculados) do oitavo período; e 22 (dos 24 matriculados) do décimo período.

Os dados foram coletados por dois pesquisadores em fevereiro de 2020, em horários e salas de aula definidos pela coordenação do curso. Um questionário com dados sociodemográficos/acadêmicos (idade, sexo, procedência, número de filhos, trabalho remunerado, renda individual, estado civil, cor da pele autodeclarada, religiosidade e período letivo em curso) foi elaborado pelos pesquisadores e aplicado juntamente com a escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem – AEEE. O tempo de aplicação dos instrumentos em cada turma teve duração média de vinte minutos.

A AEEE permite avaliar o estresse entre estudantes de Enfermagem por meio de 30 itens, agrupados em seis domínios, respectivamente: 1 - realização de atividades práticas, 2 - comunicação profissional, 3 - gerenciamento do tempo, 4 - ambiente, 5 - formação profissional e 6 - atividade teórica. Optou-se apenas pela apresentação dos resultados referentes ao domínio 1 (item 4 - realizar os procedimentos assistenciais de modo geral; item 5 - as novas

situações que poderá vivenciar na prática clínica; item 7 - o ambiente da unidade clínica de estágio, item 9 - ter medo de cometer erros durante a assistência ao paciente, item 12 - executar determinados procedimentos assistenciais e item 21 - sentir que adquiriu pouco conhecimento para fazer a prova prática) e ao domínio 6 (item 2 - a obrigatoriedade em realizar os trabalhos extraclasse, item 10 - a forma adotada para avaliar o conteúdo teórico, item 13 - sentir insegurança ou medo ao fazer as provas teóricas, item 14 - o grau de dificuldade para a execução dos trabalhos extraclasse e item 28 - assimilar o conteúdo teórico-prático oferecido em sala de aula)⁽¹⁾. Essa escolha foi

substanciada pela necessidade de verificar o nível de estresse vivenciado por estudantes de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica.

O participante poderia escolher apenas uma das respostas, a seguir, para cada item na escala: não vivencio a situação (pontuando 0), não me sinto estressado com a situação (pontuando 1), sinto-me pouco estressado com a situação (pontuando 2) ou sinto-me muito estressado com a situação (pontuando 3). O instrumento orienta a interpretação dos resultados obtidos com base na pontuação referente a cada item dos domínios, conforme o Quadro 1:

Quadro 1. Classificação dos níveis de estresse em cada domínio.

Domínios	Itens da AEEE	Somatório de Pontuações	Classificação de Estresse
Domínio 1 Realização de Atividades Práticas	4, 5, 7, 9, 12, 21	0-9	Baixo nível de estresse
		10-12	Médio nível de estresse
		13-14	Alto nível de estresse
		15-18	Muito alto nível de estresse
Domínio 6 Atividade Teórica	2, 10, 13, 14, 28	0-9	Baixo nível de estresse
		10-11	Médio nível de estresse
		12-13	Alto nível de estresse
		14-15	Muito alto nível de estresse

Fonte: COSTA; POLAK, 2009⁽¹⁾.

Os dados foram tabulados em planilha eletrônica (Microsoft Excel) e analisados descritivamente com o apoio do pacote estatístico SPSS versão 22.0, segundo a moda e os percentis superiores e inferiores à moda registrada para as variáveis de cada domínio. Optou-se por apresentar a moda, pois ela possibilita identificar a prevalência de respostas dadas pelos estudantes e os percentis inferiores e superiores à moda, de forma a analisar a distribuição de respostas e o comportamento dos participantes em cada variável.

O estudo obedeceu a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado pelo Comitê de ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, sob Protocolo nº 3.937.357.

RESULTADOS

Com base na Tabela 1, é possível sugerir que, na realização de atividades práticas da formação acadêmica, havia alto nível de estresse entre estudantes negros (40,0%), sem religião (44,4%) e procedentes de outros municípios (25,0%); e nível muito alto de estresse em alunos com idade entre 25 e 29 anos (34,8%), negros (40,0%), em união estável (40,0%), procedentes de outros municípios (25,0%) e com renda individual igual ou superior a 1 salário e menor que 2 salários mínimos (40,9%). O nível de estresse na realização de atividades práticas aumentou à medida que o estudante avançava do segundo para o oitavo período letivo; tal processo culminou em alto nível de estresse no sexto período (34,4%) e em nível muito alto de estresse no oitavo período (40,0%).

Tabela 1. Distribuição de estudantes segundo variáveis sociodemográficas/acadêmicas e nível de estresse na realização de atividades práticas – Coxim, MS, Brasil, 2020. (N=142)

Domínio 1 – Realização das atividades práticas										
Variável	Baixo		Médio		Alto		Muito alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sexo										
Feminino	33	27,5	32	26,7	26	21,7	29	24,2	120	84,5
Masculino	11	50,0	6	27,3	2	9,1	3	13,6	22	15,5

Continua...

Idade										
< 20 anos	11	40,7	7	25,9	4	14,8	5	18,5	27	19,0
Entre 20 e 24 anos	18	25,7	22	31,4	14	20,0	16	22,9	70	49,3
Entre 25 e 29 anos	4	17,4	5	21,7	6	26,1	8	34,8	23	16,2
> 29 anos	11	50,0	4	18,2	4	18,2	3	13,6	22	15,5
Cor da pele autodeclarada										
Branca	12	30,0	11	27,5	5	12,5	12	30,0	40	28,8
Parda	28	34,1	24	29,3	16	19,5	14	17,1	82	59,0
Negra	-	-	3	20,0	6	40,0	6	40,0	15	10,8
Amarela	1	50,0	-	-	1	50,0	-	-	2	1,4
Estado civil										
Solteiro	31	28,4	31	28,4	22	20,2	25	22,9	109	79,6
Casado	7	35,0	6	30,0	4	20,0	3	15,0	20	14,6
União estável	1	20,0	1	20,0	1	20,0	2	40,0	5	3,6
Separado/divorciado	2	66,7	-	-	-	-	1	33,3	3	2,2
Religiosidade										
Muito religioso	8	50,0	1	6,3	5	31,3	2	12,5	16	11,5
Religioso	22	25,6	32	37,2	12	14,0	20	23,3	86	61,9
Pouco religioso	9	32,1	4	14,3	7	25,0	8	28,6	28	20,1
Sem religião	3	33,3	1	11,1	4	44,4	1	11,1	9	6,5
Procedência										
Município do estudo	42	31,3	36	26,9	26	19,4	30	22,4	134	94,4
Outro município	2	25,0	2	25,0	2	25,0	2	25,0	8	5,6
Possui filho(s)										
Sim	11	35,5	9	29,0	7	22,6	4	12,9	31	21,8
Não	33	29,7	29	26,1	21	18,9	28	25,2	111	78,2
Trabalho remunerado										
Sim	11	44,0	6	24,0	3	12,0	5	20,0	25	17,6
Não	33	28,2	32	27,4	25	21,4	27	23,1	117	82,4
Renda individual*										
Sem renda	9	40,9	4	18,2	4	18,2	5	22,7	22	25,3
< 1	14	35,0	14	35,0	7	17,5	5	12,5	40	46,0
≥ 1 e < 2	3	13,6	4	18,2	6	27,3	9	40,9	22	25,3
≥ 2	2	66,7	1	33,3	-	-	-	-	3	3,4
Período letivo										
2º período	18	56,3	8	25,0	2	6,3	4	12,5	32	22,5
4º período	8	30,8	10	38,5	3	11,5	5	19,2	26	18,3
6º período	6	18,8	8	25,0	11	34,4	7	21,9	32	22,5
8º período	4	13,3	5	16,7	9	30,0	12	40,0	30	21,1
10º período	8	36,4	7	31,8	3	13,6	4	18,2	22	15,5

*Renda individual baseada em salário mínimo de R\$998,00.

Fonte: Elaborada pelos autores para fins de pesquisa.

Segundo a Tabela 2, no tocante a realização de atividades teóricas da formação acadêmica, estudantes de Enfermagem que viviam em união estável (40,0%), religiosos (37,5%) e matriculados no sexto período letivo do curso (37,5%), apresentaram nível alto de estresse. O

nível de estresse na realização de atividades teóricas entre estudantes do oitavo e do décimo período letivo do curso de Enfermagem diminuiu em comparação ao registrado para estudantes dos demais períodos letivos.

Tabela 2. Distribuição de estudantes segundo variáveis sociodemográficas/acadêmicas e nível de estresse na realização de atividades teóricas – Coxim, MS, Brasil, 2020. (N=142)

Domínio 6 – Atividade teórica										
Variável	Baixo		Médio		Alto		Muito alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sexo										
Feminino	38	31,7	30	25,0	32	26,7	20	16,7	120	84,5
Masculino	10	45,5	6	27,3	5	22,7	1	4,5	22	15,5
Idade										
< 20 anos	7	25,9	8	29,6	9	33,3	3	11,1	27	19,0
Entre 20 e 24 anos	23	32,9	12	17,1	21	30,0	14	20,0	70	49,3
Entre 25 e 29 anos	7	30,4	10	43,5	4	17,4	2	8,7	23	16,2
> 29 anos	11	50,0	6	27,3	3	13,6	2	9,1	22	15,5
Cor da pele autodeclarada										
Branca	14	35,0	7	17,5	13	32,5	6	15,0	40	28,8
Parda	29	35,4	22	26,8	21	25,6	10	12,2	82	59,0
Negra	2	13,3	6	40,0	2	13,3	5	33,3	15	10,8
Amarela	-	-	1	50,0	1	50,0	-	-	2	1,4
Estado civil										
Solteiro	37	33,9	27	24,8	30	27,5	15	13,8	109	79,6
Casado	5	25,0	8	40,0	2	10,0	5	25,0	20	14,6
União estável	1	20,0	1	20,0	2	40,0	1	20,0	5	3,6
Separado/divorciado	3	100,0	-	-	-	-	-	-	3	2,2

Continua...

Religiosidade										
Muito religioso	6	37,5	-	-	6	37,5	4	25,0	16	11,5
Religioso	26	30,2	25	29,1	24	27,9	11	12,8	86	61,9
Pouco religioso	9	32,1	10	35,7	4	14,3	5	17,9	28	20,1
Sem religião	5	55,6	-	-	3	33,3	1	11,1	9	6,5
Procedência										
Município do estudo	45	33,6	34	25,4	35	26,1	20	14,9	134	94,4
Outro município	3	37,5	2	25,0	2	25,0	1	12,5	8	5,6
Possui filho(s)										
Sim	10	32,3	11	35,5	7	22,6	3	9,7	31	21,8
Não	38	34,2	25	22,5	30	27,0	18	16,2	111	78,2
Trabalho remunerado										
Sim	9	36,0	8	32,0	5	20,0	3	12,0	25	17,6
Não	39	33,3	28	23,9	32	27,4	18	15,4	117	88,4
Renda individual*										
Sem renda	10	45,5	3	13,6	6	27,3	3	13,6	22	25,3
< 1	12	30,0	10	25,0	11	27,5	7	17,5	40	46,0
≥ 1 e < 2	6	27,3	6	27,3	5	22,7	5	22,7	22	25,3
≥ 2	3	100,0	-	-	-	-	-	-	3	3,3
Período letivo										
2º período	13	40,6	6	18,8	11	34,4	2	6,3	32	22,5
4º período	8	30,8	6	23,1	7	26,9	5	19,2	26	18,3
6º período	8	25,0	9	28,1	12	37,5	3	9,4	32	22,5
8º período	10	33,3	7	23,3	5	16,7	8	26,7	30	21,1
10º período	9	40,9	8	36,4	2	9,1	3	13,6	22	15,5

*Renda individual baseada em salário mínimo de R\$998,00.

Fonte: Elaborada pelos autores para fins de pesquisa.

A comparação de resultados nas Tabelas 1 e 2 sugeriu maior nível de estresse na realização de atividades teórico-práticas da formação acadêmica entre estudantes em união estável e matriculados no sexto período letivo, e menor nível de estresse em estudantes matriculados no décimo período.

Os resultados demonstrados na Tabela 3 mostraram que os fatores *ter medo de cometer erros durante a assistência ao paciente* (57,4%) e

sentir que adquiriu pouco conhecimento para fazer provas práticas (52,1%) destacaram-se como inerentes às atividades práticas vivenciadas com nível muito alto de estresse pelos estudantes. Os fatores de estresse referentes à realização de atividades teóricas, *obrigatoriedade de realizar trabalhos extraclasse* (41,5%) e *sentir insegurança ou medo ao fazer provas teóricas* (44,7%) se sobressaíram com nível muito alto de estresse.

Tabela 3. Distribuição de estudantes segundo classificação de nível de estresse baseada em itens presentes em cada domínio – Coxim, MS, Brasil, 2020. (N=142)

Itens presentes em cada domínio	Moda*	Percentil inferior à moda	Percentil superior à moda
Domínio 1 - Realização de atividades práticas			
Realizar procedimentos assistenciais de modo geral	1 (41,5%)	7,1%	51,4%
Novas situações que poderá vivenciar na prática clínica	2 (38,7%)	27,5%	33,8%
O ambiente da unidade clínica de estágio	1 (31,0%)	19,7%	49,3%
Ter medo de cometer erros durante a assistência	3 (57,4%)	42,6%	-
Executar determinados procedimentos assistenciais	2 (38,0%)	44,4%	17,6%
Sentir que adquiriu pouco conhecimento para fazer a prova prática	3 (52,1%)	47,9%	-
Domínio 6 - Atividade teórica			
Obrigatoriedade em realizar trabalhos extraclasse	3 (41,5%)	58,5%	-
Forma adotada para avaliar o conteúdo teórico	2 (41,1%)	28,4%	30,5%
Sentir insegurança/medo ao fazer as provas teóricas	3 (44,7%)	55,3%	-
O grau de dificuldade para executar trabalhos extraclasse	2 (40,8%)	31,0%	28,2%
Assimilar o conteúdo teórico-prático em sala de aula	2 (38,7%)	28,9%	32,4%

*1 – Médio nível de estresse; 2 – alto nível de estresse; 3 - muito alto nível de estresse.

Fonte: Elaborada pelos autores para fins de pesquisa.

Dados da Tabela 3 apontam, ainda, variáveis cujo valor da moda, somado a seu percentil superior, apresenta concentração de distribuição para níveis alto e muito alto de estresse: *novas*

situações que poderá vivenciar na prática clínica (72,5%), *forma adotada para avaliar o conteúdo teórico* (71,6%) e *assimilação do conteúdo teórico-prático em sala de aula* (71,1%).

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados, os estudantes em união estável que cursavam o sexto período apresentaram níveis mais elevados de estresse na realização de atividades teórico-práticas do curso de Enfermagem. Estudos realizados em diferentes contextos evidenciaram uma associação entre estresse em estudantes de Enfermagem, estado civil e período letivo em curso⁽¹²⁻¹⁵⁾. Tais achados indicam maiores níveis de estresse entre alunos que vivem em união estável ou que são casados e que estão matriculados no último ano da graduação⁽¹⁵⁾.

Outro estudo identificou que estudantes casados e indivíduos vivendo com companheiros apresentam percentuais de percepção de estresse mais altos do que os solteiros e divorciados. Tal descoberta pode estar relacionada com a possibilidade de haver aumento nas responsabilidades e preocupação em conciliar estudos e gastos familiares, entre casados e aqueles que residem com seus companheiros. Além disso, também pode existir a necessidade de gerenciar o tempo de forma a realizar atividades domiciliares, familiares e acadêmicas⁽¹⁵⁾.

Várias pesquisas demonstraram uma relação estatisticamente significativa entre estado civil e manifestações de estresse. Contudo, autores recomendam cautela na generalização desses resultados e sugerem a realização de estudos sobre os processos físicos e psicológicos que desencadeiam situações de estresse em estudantes de Enfermagem, levando-se em consideração a variável estado civil⁽¹⁴⁾.

Estudiosos evidenciaram níveis muito alto (35,5%) e alto (46,6%) de estresse relacionados à realização de atividades práticas entre estudantes do sexto período quando analisaram os níveis de estresse entre estudantes do curso de Enfermagem, em seus respectivos períodos letivos. Esses pesquisadores perceberam, também, que a frequência de baixo nível de estresse se torna mais intensa no decorrer dos semestres letivos⁽¹⁶⁾.

Um estudo evidenciou a relação entre níveis de estresse e o avanço nos períodos letivos de formação. De acordo com essa pesquisa, há um maior nível de estresse entre o quarto e o sexto períodos. Esses resultados podem estar associados ao início das atividades práticas e ao contato mais

próximo com usuários de serviços de saúde, uma vez que este intervalo requer maior habilidade prática associada ao conhecimento teórico⁽⁶⁾.

Além do início das atividades práticas, situações diversas – tais como: medo de cometer erros durante a assistência de Enfermagem, insegurança na execução de técnicas, sobrecarga de trabalhos acadêmicos, desafios na comunicação com usuários e profissionais dos serviços de saúde, manipulação de equipamentos complexos, contato com sofrimento e morte de pacientes - associadas a outros fatores – como, por exemplo, relação com colegas e professores, menor tempo para atividades de lazer - podem configurar-se como estressores adicionais ao desgaste físico e psicológico vivenciado por essa população nesses períodos letivos^(13,17-21).

De acordo com o presente estudo, houve decréscimo nos níveis de estresse durante os últimos semestres letivos da formação em Enfermagem. Esses resultados ratificam achados de dois outros estudos, os quais também indicaram diminuição nos níveis de estresse, durante os últimos períodos do curso em comparação aos demais semestres. Apesar das peculiaridades das atividades teórico-práticas do último ano de curso em questão, a saber: elaboração do trabalho de conclusão de curso em questão, a saber: realização do estágio curricular supervisionado e aproximação da inserção na vida profissional, supõe-se que estudantes do curso de Enfermagem desenvolvam mecanismos para enfrentarem o estresse ao longo do processo formativo. Além disso, tal achado pode ter relação com a maior segurança durante a realização de atividades práticas, as quais envolvem cuidados diretos com o paciente, em diferentes graus de complexidade; compromisso e maturidade do estudante; identificação com o curso e com a profissão; e capacidade de realizar atividades necessárias da rotina dos serviços de saúde^(16,17).

Ao considerar-se as dimensões das atividades inerentes a formação em Enfermagem que são, frequentemente, relacionadas com maior nível de estresse universitário, podemos destacar a percepção sobre a relação entre conhecimento teórico adquirido no curso e futuro desempenho profissional, a forma adotada para avaliar o conteúdo teórico, o grau de dificuldade para a execução de trabalhos extraclasse e a sensação de

não ter adquirido conhecimento suficiente para fazer a prova prática. Tais fatores colaboraram para o surgimento do sentimento de insegurança e despreparo, os quais podem funcionar como estressores dadas as novas práticas que exigem habilidade e experiência⁽²²⁾.

Entre as atividades frequentemente elencadas como geradoras de estresse na formação em Enfermagem, pesquisadores apontam a elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso, a realização de avaliações e estágios. De acordo com a perspectiva discente, o prazo para o desenvolvimento de tais atividades é curto, fato que gera sobrecarga e sentimento de cobrança, assim como a pressão excessiva ao buscar atender tais exigências. Assim, a realização de atividades inerentes ao processo de ensino-aprendizagem é percebida como fator estressor⁽²³⁾.

Estudiosos ressaltam aspectos, tais como: as características dos campos de estágio (distância do domicílio do estudante, rotina nos serviços e profissionais atuantes nos mesmos), a realização de trabalhos e avaliações práticas, e o desenvolvimento de habilidades técnicas⁽³⁾ como estressores relacionados às atividades práticas. Outros pesquisadores evidenciaram a relação entre nível moderado de estresse e situações de prática clínica, sobretudo no que diz respeito à falta de competência para realização de tais práticas e gerenciamento da sobrecarga de trabalho⁽²⁴⁾.

Uma investigação apontou maior nível de estresse relacionado ao medo de cometer erros durante a assistência prestada ao paciente, tal achado mostra o reconhecimento dos riscos inerentes à assistência em Enfermagem como fator estressor⁽²⁰⁾. Outro estudo evidenciou que, conforme os estudantes avançam no curso de Enfermagem, mais responsabilidades e habilidades são exigidas deles. Logo, as atividades práticas representam estressores, se levarmos em consideração fatores como pouca experiência com trabalho coletivo, desafios na

relação com as equipes de saúde dos serviços nos quais realiza seus estágios, processo de desenvolvimento de habilidades e medo de falhar na execução de técnicas⁽²⁵⁾.

A presente investigação apresenta limitações importantes a serem destacadas. O desenho transversal e a amostragem não probabilística adotada, não permitem o estabelecimento de relações de causa e efeito. Além disso, a análise exclusivamente descritiva impede o estabelecimento de associação entre as variáveis estudadas e o fato de a pesquisa ter sido conduzida em uma única instituição de ensino superior não permite a generalização dos resultados.

CONCLUSÃO

O estudo verificou estressores vivenciados por estudantes do curso de Enfermagem na realização de atividades teóricas e práticas da formação acadêmica, com destaque para medo de cometer erros durante a assistência ao paciente, sentimento de ter adquirido pouco conhecimento para fazer provas práticas, insegurança ou medo de fazer provas teóricas e obrigatoriedade de realizar trabalhos extraclasse.

Os resultados podem auxiliar faculdades de Enfermagem na elaboração de intervenções preventivas para transtornos mentais, com foco no gerenciamento do estresse e seu enfrentamento. É importante que tais ações sejam integradas ao ambiente acadêmico e que considerem as características pedagógicas e curriculares do curso, visto que a participação de alunos em atividades curriculares e extracurriculares pode dificultar a busca de suporte adequado por eles.

Sugere-se a realização de novos estudos sobre o tema de modo a fornecer maior subsídio teórico acerca da compreensão do fenômeno estudado, da associação entre variáveis e da comparação com dados obtidos em outros cenários.

STRESS FACTORS IN NURSING STUDENTS IN THE REALIZATION OF THEORETICAL-PRACTICAL ACTIVITIES OF ACADEMIC TRAINING

ABSTRACT

Objective: to verify the stress factors commonly experienced by nursing students in carrying out theoretical and practical activities of academic training. **Method:** descriptive, cross-sectional study, developed with 142 students of the nursing course of a public university located in Mato Grosso do Sul, Brazil. Data were collected in February 2020 through a sociodemographic/academic questionnaire and the Stress Assessment scale in Nursing Students and, later, analyzed descriptively, according to fashion and upper and lower percentiles than the fashion of the

variables. **Results:** fear of making mistakes during patient care (57.4%), feeling of having acquired little knowledge to take practical tests (52.1%), insecurity or fear of taking theoretical tests (44.7%) and mandatory to perform extra-class work (41.5%) were factors that caused very high levels of stress among students. **Conclusion:** the results can help nursing colleges in the planning and strengthening of preventive interventions focused on stress management and coping.

Keywords: Nursing. Nursing students. Stress psychological. Risk factors. Mental health.

FACTORES DE ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES TEÓRICO-PRÁCTICAS DE LA FORMACIÓN ACADÉMICA

RESUMEN

Objetivo: verificar los factores de estrés comúnmente experimentados por estudiantes del curso de Enfermería en la realización de actividades teóricas y prácticas de la formación académica. **Método:** estudio descriptivo, transversal, desarrollado con 142 discentes del curso de Enfermería de una universidad pública ubicada en Mato Grosso do Sul, Brasil. Los datos fueron recogidos en febrero de 2020 a través de cuestionario sociodemográfico/académico y de la escala de Evaluación de Estrés en Estudiantes de Enfermería y, posteriormente, analizados de manera descriptiva, según la moda y percentiles superiores e inferiores a la moda de las variables. **Resultados:** miedo de cometer errores durante la atención al paciente (57,4%), sentimiento de haber adquirido poco conocimiento para hacer pruebas prácticas (52,1%), inseguridad o miedo de hacer pruebas teóricas (44,7%) y obligatoriedad de realizar trabajos extraclase (41,5%) fueron factores que provocaron niveles muy altos de estrés entre los estudiantes. **Conclusión:** los resultados pueden auxiliar facultades de Enfermería en la planificación y fortalecimiento de intervenciones preventivas con enfoque en el manejo del estrés y su enfrentamiento.

Palabras clave: Enfermería. Estudiantes de enfermería. Estrés psicológico. Factores de riesgo. Salud mental.

REFERÊNCIAS

- Costa ALS, Polak C. Construction and validation of na instrument for the assessment of stress among nursing students. Ver. Esc. Enferm. USP. 2009; 43(1): 1017-26. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342009000500005>.
- Alves GRS, Ferreira RB, Monteiro CAS, Andrade MBT, Alves MI, Bressan VR, et al. Stress level assessment in nursing students of a public university. J. nurs. Health. 2021; 11(2): 1-15. DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v11i2.19389>.
- Yosetake AL, Camargo IML, Luchesi LB, Donato ECGS, Teixeira CAB. Perceived stress in nursing undergraduate students. Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2018; 14(2): 117-24. DOI: <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000336>.
- Bohomol E, Andrade, CM. Prática da automedicação entre estudantes de enfermagem de instituição de ensino superior. Ciênc., Cuid. Saúde. 2020; 19: e48001. DOI: <https://dx.doi.org/10.4025/cienccuidsaude.v19i0.48001>.
- Menegatti MS, Rossaneis MA, Schneider P, Silva LGC, Costa RG, Haddad MCFL. Stress and coping strategies used by nursing interns. Reme, rev. min. Enferm. 2020; 24: e1329. DOI: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20200066>.
- Santana LL, Beljaki WD, Gobatto M, Haefner R, Antonacci MH, Buzzi JAP. Stress in the daily life of nursing graduation students from a federal institute of education. Rev Enferm Cent-Oeste Min. 2018; 8:e2738. DOI: <http://dx.doi.org/10.19175/recom.v8i0.2738>.
- Urbanetto JS, Rocha PS, Dutra RC, Maciel MC, Bandeira AG, Magnago TSBS. Stress and overweight/obesity among nursing students. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2019; 27: e3177. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.2966.3177>.
- Costa ALS, Silva RM, Mussi FC, Serrano PM, Graziano ES, Batista KM. Short version of the “instrument for assessment of stress in nursing students” in the Brazilian reality. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2017; 25: e2976. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.2071.2976>.
- Costa CRB, Maynard WHC, Oliveira LB, Albuquerque MCS, Correia DS. Stress among nursing undergraduate students: association between sociodemographic and academic characteristics. Saude e pesqui. 2018; 11(3): 475-82. DOI: <https://doi.org/10.17765/1983-1870.2018v11n3p475-482>.
- Encina RE, Meza LB, Auchter M. Academic stress perceived by students that finish their first year of bachelor's degree in nursing from the UNNE. Notas enferm (Córdoba) [Internet]. 2018 [acesso em 12 mar. 2020]; 18(32): 27-32. Available from: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/notasenf/article/view/22744/22355>.
- Mussi FC, Pires CGS, Carneiro LS, Costa ALS, Ribeiro FMSS, Santos AF. Comparison of stress in freshman and senior nursing students. Rev. Esc. Enferm. USP. 2019; 53: e03431. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2017023503431>.
- Bublitz S, Guido LA, Lopes LFD, Freitas EO. Association between nursing students' academic and sociodemographic characteristics and stress. Texto Contexto Enferm. 2016; 25(4): e2440015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072016002440015>.
- Mendes SS, Salvi CPP, Moraes BFM, Martino MMF. Instruments for the evaluation of stress in nursing students. Rev Enferm UFPE. 2019; 12(3): 829-38. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i03a236076p829-838-2019>.
- Preto VA, Benevides MS, Queiroz BG, Pereira SS, Souza BOP, Sailler GC, et al. Stress and sociodemographic characteristics of undergraduate nursing students. Rev Enferm UFPE. 2018; 12(3): 701-7. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i3a231060p701-707-2018>.
- Preto VA, Garcia VP, Araújo LG, Flauzino MM, Teixeira CC, Parmegiane RS, et al. Perception of stress in nursing academics. Rev Enferm UFPE. 2018; 12(3): 708-15. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i3a231389p708-715-2018>.
- Almeida CAPL, Silva LQ, Rocha FCV, Batista MRFF, Sales MCV. Factors associated with the onset of stress in a sample of university nursing students. Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2017; 12(4): 176-88. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v13i4p176-188>.

17. Suen WQ, Lim S, Wang W, Kowitlawakul Y. Stressors and expectations of undergraduate nursing students during clinical practice in Singapore. *Int J Nurs Pract*. 2016; 22(6): 574-83. DOI: <https://doi.org/10.1111/ijn.12473>.
18. Kestenberg CCF, Rosa BMS, Silva AV, Fabri JMG, Regazi ICR. Stress in undergraduate nursing students. *Rev. Enferm. UERJ*. 2017; 25: e26716. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2017.26716>.
19. Watson R, Rehman S, Ali PA. Stressors affecting nursing students in Pakistan. *Int. Nurs. Rev*. 2017; 64(4): 536-43. DOI: <https://doi.org/10.1111/inr.12392>.
20. Costa MAR, Oliveira JLC, Souza VS, Inoue KC, Reis GAX, Matsuda LM. The association between stress and sociodemographic variable on nursing student of in institution in Paraná. *Rev Enf-UFJF*. 2016; 2(1): 09-19. DOI: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/3837>.
21. Tessa RG. Stressor factors perceived by the students of the nursing school of the Catholic University of Uruguay in clinical practice. *Rev colomb Enferm*. 2015; 10(1): 27-34. DOI: <https://doi.org/10.18270/rce.v10i10.577>.
22. Hirsch CD, Barlem ELD, Almeida LK, Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Ramos AM. Stress triggers in the educational environment from the perspective of cursing students. *Texto Contexto Enferm*. 2018; 27(1): e0370014. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072018000370014>.
23. Costa CRB, Maynard WHC, Oliveira LB, Albuquerque MCS, Correia DS. Perceptions of the nursing students on stress-generating factors during the graduation. *Rev Rene*. 2018; 19: e3442. DOI: <https://doi.org/10.15253/2175-6783.2018193442>.
24. Mosquera LYA, Gallo LIM, Henao AFV, Gázquez MAR. Stressors in clinical practices of nursing students of a public university in Colombia. *Investig Enferm*. 2018; 20(1): 01-11. DOI: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-1.epce>.
25. Dias EG, Barbosa ET, Barbosa EKT, Bardaquim VA. Occurrence of stress among nursing students at a higher education institution. *Av. Enferm*. 2021; 39(1): 11-20. DOI: <https://doi.org/10.15446/avenferm.v39n1.84665>.

Endereço para correspondência: Helder de Pádua Lima. Avenida Márcio de Lima Nantes S/N, Vila da Barra, Estrada do Pantanal. Coxim. Mato Grosso do Sul. CEP 79400-000. (85) 996403127. padua_helder@hotmail.com

Data de recebimento: 06/08/2021

Data de aprovação: 02/04/2022