



A PREVALÊNCIA DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE DO INSTITUTO DE SAÚDE E BIOTECNOLOGIA – ISB/UFAM

BARBOSA, Elane da Silva¹; dos SANTOS, Sabrina Macely Souza¹; TIAGO, Eliana Rodrigues¹

¹ Universidade Federal do Amazonas (UFAM), *Campus Coari*, Coari – AM

elanebarbosa20@gmail.com; elianapsi2008@hotmail.com

A transição de Ensino Médio para Graduação – desde a escolha da carreira profissional até sua consumação, incluindo os processos seletivos, mudanças nos hábitos de vida e pressões sociofamiliares – é acompanhada por inúmeros fatores condicionantes e agravantes que interferem na saúde mental dos jovens a nível social, comportamental, desempenho escolar e psicomotor, físico, orgânico ou nutricional, implicando quadros de estresse e outras comorbidades, pois de acordo com Lipp (2000), pessoas estressadas sempre desenvolvem ansiedade ou depressão e algumas passam a ter sintomas físicos. O projeto de pesquisa visou traçar o perfil psicológico pertinente ao estresse dos estudantes nos cursos da saúde do Instituto de Saúde e Biotecnologia. As acadêmicas realizaram uma pesquisa com 24 discentes do Instituto, escolhidos aleatoriamente, sendo 5 de enfermagem, nutrição e medicina, cada, e 9 de fisioterapia; ao todo 15 mulheres e 9 homens com idade entre 18 a 28 anos e um com 47 anos, a fim de alcançar o objetivo da atividade realizada na disciplina de Dimensões Psicológicas. A partir dos dados obtidos com o Teste de Lipp, os acadêmicos foram classificados de acordo com o Inventário de Sintomas de Stress (ISS) em três fases: Fase I, de Alerta/Alarme (consiste no primeiro contato com a causa do estresse e nas sensações de desequilíbrio no organismo, com tentativa de enfrentar a situação e adaptar-se; é caracterizada por sensações desagradáveis, cabendo ao indivíduo reagir contra elas), Fase II, de Luta/Resistência (o organismo busca o equilíbrio, a pessoa fica desgastada, esquecida e duvidosa e os fatores condicionantes podem ser eliminados ou adaptados ao buscar um reequilíbrio, ou evoluir para a próxima fase) e a Fase III, de Esgotamento/Exaustão (a mais grave, pois os sintomas da Fase I estão consolidados, presentes diariamente no indivíduo e relacionados a outras patologias físicas). A partir da pesquisa constatou-se que 70,8% dos discentes participantes encontram-se em alguma fase do estresse, sendo unanimidade na medicina com 100% dos entrevistados na Fase de Luta, ao contrário do curso de nutrição com apenas 20% nessa Fase e os demais sem nenhum tipo de estresse, embora isso não signifique ausência sintomática, pois conforme Lipp (2000) uma pessoa pode ter algum sintoma característico de estresse sem realmente tê-lo e na verdade estar relacionado a alguma patologia orgânica ou situação momentânea. Os resultados dos acadêmicos de enfermagem foram equilibrados, sendo 60% na Fase de Luta e 40% distribuídos igualmente na Fase de Esgotamento e sem estresse. Já entre os acadêmicos entrevistados no curso de fisioterapia, 77,7% encontram-se na Fase de Luta e somente 22,3% não possui estresse. Destacam-se os alunos de medicina com os maiores níveis de estresse, considerando fatores condicionantes extrínsecos – implantação, infraestrutura do curso e quadro de docentes incompleto/a contratar – e intrínsecos (pioneirismo da turma), além de, conforme Santos et. al. (2012), o excesso de matérias, o ritmo das avaliações, a dedicação exigida e o pouco tempo livre. Enquanto nutrição teve os menores índices, os demais participantes apresentaram equilíbrio entre as fases, todavia isso mostra a necessidade de atividades administrativas, acadêmicas, pedagógicas e de apoio psicossocial de promoção à saúde realizadas pelos setores responsáveis do Instituto a fim de evitar casos incidentes ou minimizar agravos relacionados ao estresse e outros transtornos psicológicos.

Palavras-chave: Estresse; Acadêmicos; Fase de Luta.

Área de concentração: Saúde: Fisioterapia; Nutrição; Enfermagem e Medicina