

Associação entre fatores pessoais e ambientais com o estresse recente em estudantes de enfermagem

Association between personal and environmental factors with recent stress in nursing students

Asociación entre factores personales y ambientales con estrés reciente en estudiantes de enfermería

Recebido: 15/04/2020 | Revisado: 21/04/2020 | Aceito: 17/04/2020 | Publicado: 20/04/2020

Vivian Aline Preto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3293-2454>

Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, Brasil

E-mail: viviusp@yahoo.com.br

André Luiz Thomaz de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5158-9247>

Centro Universitário do Vale do Ribeira, Brasil

E-mail: alfenas2@hotmail.com

Bárbara de Oliveira Prado Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0111-9006>

Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Brasil

E-mail: barbaraprado89@hotmail.com

Jéssica Moreira Fernandes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8888-1962>

Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, Brasil

E-mail: jessica-fernandes-@outlook.com

Sandra de Souza Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1918-7771>

Universidade do Estado de Minas Gerais, Brasil

E-mail: ssouzapereira@gmail.com

Lucilene Cardoso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9010-4193>

Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Brasil

E-mail: lucilene@eerp.usp.br

Resumo

Este estudo teve como objetivo avaliar a associação entre fatores pessoais e ambientais com o estresse recente em estudantes de enfermagem. Trata-se de um estudo transversal, de abordagem quantitativa realizado com 209 estudantes de enfermagem. Os dados foram coletados por meio de Questionário Sociodemográfico, Inventário de Sintomas de Stress (ISSL) para estresse recente, Questionário sobre Traumas na Infância (CTQ), Escala de Estresse Percebido (PSS-14) e Escala de Autoestima de Rosenberg. Dentre os estudantes, 163 (78%) apresentaram estresse recente, a maioria na fase de resistência 120 (57,4%) e com manifestações de sintomas psicológicos 121 (57,9%). O estresse recente apresentou associação com problemas de saúde, uso de medicamentos, autorrelato de estresse, percepção de estresse e exigências de reajustamento social. A identificação de fatores que predisõem o estresse recente é fundamental para o planejamento de intervenções focadas na proteção à saúde dos estudantes de enfermagem.

Palavras-chave: Estresse psicológico; Estresse fisiológico; Estudantes de enfermagem; Saúde mental.

Abstract

This study aimed to assess the association between personal and environmental factors with recent stress in nursing students. This is a cross-sectional study with a quantitative approach carried out with 209 nursing students. Data were collected using a Sociodemographic Questionnaire, Inventory of Symptoms of Stress (ISSL) for recent stress, Questionnaire on Trauma in Childhood (CTQ), Perceived Stress Scale (PSS-14) and Rosenberg's Self-Esteem Scale. Among the students, 163 (78%) had recent stress, the majority in the resistance phase 120 (57.4%) and with manifestations of psychological symptoms 121 (57.9%). Recent stress was associated with health problems, medication use, self-reported stress, perceived stress and demands for social readjustment. The identification of factors that predispose to recent stress is essential for planning interventions focused on protecting the health of nursing students.

Keywords: Stress psychological; Stress physiological; Students nursing; Mental health.

Resumen

Este estudio tuvo como objetivo evaluar la asociación entre factores personales y ambientales con el estrés reciente en estudiantes de enfermería. Este es un estudio transversal con un enfoque cuantitativo realizado con 209 estudiantes de enfermería. Los datos se recolectaron utilizando un Cuestionario sociodemográfico, Inventario de Síntomas de Estrés (ISSL) para el

estrés reciente, Cuestionario sobre Trauma en la Infancia (CTQ), Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y Escala de Autoestima de Rosenberg. Entre los estudiantes, 163 (78%) tenían estrés reciente, la mayoría en la fase de resistencia 120 (57,4%) y con manifestaciones de síntomas psicológicos 121 (57,9%). El estrés reciente se asoció con problemas de salud, uso de medicamentos, estrés autoinformado, estrés percibido y demandas de reajuste social. La identificación de factores que predisponen al estrés reciente es esencial para planificar intervenciones centradas en proteger la salud de los estudiantes de enfermería.

Palabras clave: Estrés psicológico; Estrés fisiológico; Estudiantes de enfermería; Salud mental.

1. Introdução

O estresse pode ser definido como um estado de desconforto psicológico diante a situações que exigem esforço de adaptação, podendo levar ao desgaste físico e a diminuição na capacidade de trabalho (Leandro *et al.*, 2014; Selye, 1950). Na literatura, o estresse tem sido descrito como um fator relevante no desenvolvimento de prejuízo físico e mental à saúde do homem (Ratanasiripong, Park, Ratanasiripong, & Kathalae, 2015).

O estresse é desencadeado por eventos estressores que provocam uma resposta orgânica capaz de levar a quebra da homeostasia, sendo esses eventos classificados como fatores externos (relacionados às condições externas que afetam o indivíduo) ou internos (determinados completamente pelo próprio indivíduo) (Myers, McKlveen, & Herman, 2014).

Os níveis de tolerância ao estresse se diferem entre as pessoas conforme a suscetibilidade, a capacidade de tolerância e o enfrentamento dos eventos estressores (Paiva, Gomes, & Helal, 2015). Dentre as profissões vulneráveis ao estresse, a enfermagem se destaca em função do risco elevado de exposição a eventos estressores, pois se trata de uma profissão que diariamente lida com a dor, o sofrimento e a morte (Preto & Pedrão, 2009). Além disso, essa categoria profissional vivencia uma rotina exaustiva de trabalho, desempenho de muitas funções e desvalorização profissional (Silva, Paiano, Torres, Salci, & Jaques, 2018), o que aumentam as chances para o estresse.

Além dos profissionais de enfermagem, o estresse também está presente em estudantes de enfermagem e pode impactar negativamente no processo de formação profissional (Bublitz, Guido, Lopes, & Freitas, 2016; Ratanasiripong *et al.*, 2015). Fatores como excesso de atividades acadêmicas e cobrança excessiva, em conjunto com a diminuição

da vida social, têm sido apontados como desencadeadores de estresse em estudantes de enfermagem (Silva *et al.*, 2018).

Os eventos geradores de estresse em estudantes de enfermagem podem resultar no comprometimento do rendimento escolar, em transtornos de ansiedade, na desmotivação e em quadros depressivos (Beiter *et al.*, 2015; Hirsch, Barlem, Tomaschewski-Barlem, Lunardi, & Oliveira, 2015). Logo, presume-se o risco para malefícios a saúde física e mental do estudante. Neste cenário, é fundamental o desenvolvimento de estudos que visem investigar quais são os fatores que potencializam o estresse em estudantes de enfermagem.

Para tanto, os estudos devem considerar a importância do “Modelo Transacional de Estresse”, onde o mesmo é encarado como um processo baseado na interação entre aspectos do meio e da pessoa, traduzindo-se em uma resposta multidimensional considerando a existência de interações e transações contínuas entre o indivíduo e seu ambiente (Lazarus & Folkman, 1984).

Entende-se que a identificação dos fatores estressores em estudantes de enfermagem é de extrema importância e vários estudos têm se dedicado em investigar esta temática (Silva *et al.*, 2018; Cestari, Barbosa, Florêncio, Pessoa, & Moreira, 2017; Santos, Sousa, Rodrigues, & Quaresma, 2019). Porém, considerando o “Modelo Transacional de Estresse” são poucas as observações sobre fatores pessoais e ambientais que sejam convergentes para a manifestação do estresse em estudantes. Desse modo, nosso estudo teve como objetivo avaliar a associação entre fatores pessoais e ambientais com o estresse recente em estudantes de enfermagem.

2. Metodologia

Estudo descritivo, transversal, de abordagem quantitativa realizado em duas instituições de ensino superior particulares, localizadas no interior do estado de São Paulo, Brasil. Este estudo é um recorte de uma pesquisa maior conduzida entre abril e maio de 2016, que teve como interesse investigar o estresse em estudantes de enfermagem. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium sob o parecer nº14.673.389 (CAAE: 54071016.0.0000.5379) e todas as etapas foram realizadas em conformidade com Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466/12 para o desenvolvimento de pesquisa com seres humanos (Brasil, 2013).

A população do estudo envolveu 243 estudantes do curso de graduação em enfermagem, do primeiro ao último ano. Foram incluídos no estudo alunos regularmente matriculados, com idade igual ou superior a 18 anos, presentes em sala de aula no momento

da coleta de dados. Excluíram-se os estudantes afastados por qualquer motivo e os ausentes em sala de aula, após duas tentativas de coleta de dados, em dias diferentes. Assim, participaram no estudo 86% dos estudantes, o que correspondeu a uma amostra de 209 participantes.

As atividades acadêmicas nos locais de estudo eram predominantemente noturnas, com atividades de estágio no período diurno. Dessa forma, optou-se pela coleta de dados de forma coletiva em sala de aula em data agendada junto às coordenações dos cursos. Como instrumento de coleta dos dados sociodemográficos foi utilizado um questionário de condições ocupacionais e de saúde elaborado pelos autores deste estudo.

A avaliação do estresse recente foi realizada por meio do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL). Este instrumento possibilitou identificar se o estudante possuía sintomas de estresse, qual sintoma era predominante e em qual fase do estresse se encontrava – últimas 24 horas, última semana ou último mês. O ISSL possui 53 itens divididos em três partes que se referem, respectivamente, às quatro fases do stress: Alerta, Resistência, Quase exaustão e Exaustão (Lipp, 2000).

Para verificar a presença de estresse precoce foi adotado o Childhood Trauma Questionnaire (CTQ). O CTQ envolve entrevista retrospectiva, autoadministrada, que investiga a história de abuso e negligência na infância. O instrumento é composto por 28 itens assertivos, que são classificados na forma tipo *Likert* e ao final obtém-se o escore total por meio da somatória de respostas. Identifica-se o estresse precoce na infância, pela pontuação de pelo menos um dos subtipos nos escores de moderado-severo ou severo-extremo, de acordo com os pontos de corte sugeridos pelos autores (Grassi-Oliveira, Stein, & Pezzi, 2006).

Para avaliar o grau no qual os estudantes percebiam a situações como estressoras, foi utilizada a Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale/PSS-14). Essa escala contém 14 itens, sendo o escore total obtido pela somatória das pontuações de cada item. Na PSS-14 quanto maior o escore total, maior o nível de percepção de estresse. Resultados acima do percentil 75 são considerados indicativos de alto nível de estresse (Dias, Silva, Maroco, & Campos, 2015).

Embora, o PSS-14 não ofereça classificação da percepção do estresse ou pontos de corte, optou-se por utilizar as classificações: baixo, médio e alto nível de percepção de estresse, de acordo com os percentis obtidos na aplicação do instrumento nos estudantes. Desse modo, o percentil abaixo de 25 foi considerado como “baixo nível de percepção”,

percentis entre 25 e 75 foram considerados como “médio nível de percepção” e o percentil acima de 75, “alto nível de percepção” de estresse.

A autoestima dos estudantes foi avaliada por meio da Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Essa escala possui 10 itens com escores que variam de 10 a 40 pontos. Para classificar a autoestima foram definidos os seguintes critérios: autoestima alta (satisfatória) - escore acima de 30 pontos; autoestima média - escore entre 20 e 30 pontos; e baixa autoestima (insatisfatória) - escore menor que 20 pontos (Sbicigo, Bandeira, & Dell’Aglío, 2010).

Para verificar exigência de reajustamento social foi adotada a Escala de Reajustamento Social de Homes-Rahe. Essa escala é composta por 43 itens que investiga acontecimentos estressantes nos últimos doze meses. O escore final é obtido pela soma dos valores atribuídos a cada evento identificado, podendo variar de 0 a 300 pontos. Pontuações menores que 150 mostram que há pequenas chances do indivíduo adoecer; entre 150 a 299 razoáveis chances do indivíduo adoecer; e igual ou maior que 300 pontos há fortes chances de que o indivíduo adoça (Holmes & Rahe, 1967).

Nas análises estatísticas considerou-se como variável resposta do estudo, o estresse recente. Foram consideradas variáveis independentes aquelas que compunham os fatores pessoais (sexo, idade, religião, etnia, situação conjugal, número de filhos, praticar atividades físicas, ingerir bebida alcoólica, tabagismo, problemas de saúde, uso de medicamentos, percepção do estresse e autoestima). Assim como, aquelas que compunham os fatores ambientais (procedência, ter bolsa de estudo, tempo estimado para chegar à universidade, trabalhar, área de trabalho, carga horária semanal, morar sozinho, com amigos ou familiares, praticar atividades de lazer, presença de estresse precoce e exigências de reajustamento social).

As análises estatísticas dos dados foram realizadas no programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 19.0. Na análise descritiva foram avaliadas frequência, porcentagem, média e desvio-padrão (DP). O teste Qui-quadrado e o teste exato de Fisher foram aplicados para avaliar a associação entre o estresse recente e os fatores pessoais e ambientes. Foram considerados valores significativos quando $p < 0,05$.

3. Resultados

Os participantes do estudo em sua maioria era do sexo feminino, solteiro(a)/divorciado(a), com média de idade de 24,25 anos (DP=7,23). 78,0% apresentaram

estresse recente, dentre estes 57,4% estavam na fase de resistência e 57,9% com sintomas psicológicos. A análise de associação mostrou significância estatística entre o estresse recente e fatores pessoais ligados a problemas de saúde, uso de medicamentos, autorrelato de que se sentem estressados e a percepção de estresse. A Tabela 1 apresenta dados sobre os fatores pessoais e a associação com o estresse recente.

Tabela 1. Associação entre os fatores pessoais e o estresse recente em estudantes de enfermagem (n=209). Interior do estado de São Paulo, Brasil (2016).

Variáveis	Características	Sem estresse		Com estresse		p value
		n	%	n	%	
Sexo	Feminino	37	17,7	145	69,4	0,104 ^a
	Masculino	8	4,3	18	8,6	
Idade	18-29 anos	37	17,7	126	60,3	0,515 ^a
	≥30 anos	9	4,3	34	16,3	
Etnia	Branco	25	12,0	105	50,2	0,455 ^b
	Negro	4	1,9	12	5,7	
	Outros	17	8,1	46	22,0	
Religião	Sem religião	8	3,8	20	9,6	0,250 ^a
	Com religião	38	18,2	143	68,4	
Estado civil	Solteiro / divorciado	37	17,7	116	55,5	0,143 ^a
	Casado / companheiro	9	4,3	47	22,5	
Filhos	Não	34	16,3	125	59,8	0,416 ^a
	Sim	12	5,7	32	18,2	
Atividade física	Não	30	14,4	118	56,5	0,221 ^a
	Sim	16	7,7	45	21,5	
Bebida alcóolica	Não	33	15,8	96	45,9	0,780 ^a
	Sim	13	6,2	67	32,1	
Tabagismo	Não	44	21,1	156	74,6	0,627 ^a
	Sim	2	1,0	7	3,3	
Problemas de saúde	Não	36	17,2	102	48,8	0,033 ^a
	Sim	10	4,8	61	29,2	
Uso de medicamentos	Não	32	15,3	87	41,6	0,036 ^a
	Sim	14	6,7	76	36,4	
Sentem-se estressados	Não	15	7,2	8	3,8	0,000 ^b
	Sim	31	14,8	155	74,2	
Percepção de estresse (PSS)	Baixa	24	11,5	34	16,3	0,000 ^b
	Média	18	8,6	79	37,8	
	Alta	4	1,9	50	23,9	
Autoestima	Baixa	3	1,4	6	2,9	0,446 ^b
	Média	20	9,6	86	41,1	
	Alta	23	11,0	71	34,4	

^aTeste exato de Fisher; ^bTeste Qui-quadrado.

Em relação aos fatores ambientais, 68,6% dos estudantes eram procedentes de cidades da região, levavam acima de 30 minutos para chegar ao local de estudo (66,7%), não possuíam bolsa de estudo (62,2%), trabalhavam (55,5%), desenvolviam atividades na área da saúde (53,5%), residiam com familiares (93,3%), realizavam atividades semanais de lazer (58,4%), vivenciaram estresse precoce (36,8%) e apresentavam chances razoáveis de adoecimento (45,5%). Ainda, identificou-se associação significativa somente entre o estresse recente e o fator ambiental chances de adoecer pelas exigências de reajustamento social nos últimos 12 meses, dados apresentados na Tabela 2.

Tabela 2. Associação entre os fatores ambientais e o estresse recente em estudantes de enfermagem (n=209). Interior do estado de São Paulo, Brasil (2016).

Variáveis	Características	Sem estresse		Com estresse		p value
		n	%	n	%	
Procedência	Cidades da região	30	14,7	110	53,9	0,539 ^a
	Local do estudo	14	6,9	50	24,5	
Tempo gasto para chegar à universidade	< 30 minutos	17	8,2	52	25,1	0,293 ^a
	≥ 30 minutos	28	13,5	110	53,2	
Bolsa de estudo	Não	32	15,3	98	46,9	0,160 ^a
	Sim	14	6,7	65	31,1	
Trabalha	Não	24	11,5	69	33,0	0,154 ^a
	Sim	22	10,5	94	45,0	
Carga horária de trabalho semanal	< 21h	2	1,8	3	2,6	0,214 ^a
	≥ 21h	18	16,0	90	79,6	
Área da saúde	Não	14	12,1	40	34,5	0,119 ^b
	Sim	8	6,9	54	46,6	
Reside com	Familiares	44	21,1	151	72,2	0,371 ^a
	Amigos	2	1,0	12	5,7	
Pratica atividade de lazer	Não	23	11,0	64	30,6	0,128 ^a
	Sim	23	11,0	99	47,4	
Estresse precoce	Não	30	14,4	102	48,8	0,442 ^a
	Sim	16	7,6	61	29,2	
Reajustamento social	Pequenas chances de adoecer	27	12,9	45	21,5	0,000 ^b
	Chances razoáveis de adoecer	15	7,2	80	38,3	
	Fortes chances de adoecer	4	1,9	38	18,2	

^aTeste exato de Fisher; ^bTeste Qui-quadrado.

4. Discussão

Os fatores pessoais “problemas de saúde, uso de medicamentos, sentir-se estressado e a percepção de estresse” e o fator ambiental “chance de adoecer pelas exigências de reajustamento social nos últimos 12 meses” estiveram associados com o estresse recente em estudantes de enfermagem. Os fatores pessoais e ambientais por si só não explicam o estresse recente, contudo, em conjunto exercem influência nas manifestações do estresse com variáveis indicativas de associação.

Os estudantes de enfermagem deste estudo, em sua maioria foram diagnosticados com estresse recente e na fase de resistência, com predomínio de sintomas psicológicos. Estes dados corroboram com resultados de outros estudos, que identificaram prevalência de estresse recente entre 49,7% e 70,7%, a maioria na fase de resistência variando entre 42,4% e 92,7%, com predomínio de sintomas psicológicos entre 43,9% e 50,7% (Mota *et al.*, 2016; Oliveira, Ferreira Filha, Monteiro, Monteiro, & Cunha, 2012).

Entre os fatores pessoais, vivenciar um problema de saúde esteve associado com estresse recente, o que reforçam evidências anteriormente descritas na literatura (Al-Barrak, El-Nady, & Fayad, 2011). Os problemas emocionais e o sofrimento psicossocial são comuns quando os indivíduos se confrontam com alguma doença. Além de ser desagradável, enfrentar problemas de saúde diminui a qualidade de vida, assim como aumenta o risco para o transtorno de ansiedade e preocupações do cotidiano (Hannibal & Bishop, 2014). Desta forma, enfrentar um problema de saúde pode influenciar no aparecimento do estresse recente.

O estresse recente também se associou ao uso de medicamentos. Os níveis de estresse em estudantes que fazem o uso de medicamentos são superiores em relação aos que não seguem tratamento medicamentoso (Bonafé, Carvalho, & Campos, 2016). O uso de medicamento envolve responsabilidades quanto à dose correta, horários e também com o orçamento para aquisição das medicações de uso contínuo. A adesão à medicação é importante para o tratamento eficaz e isso significa que o indivíduo deve ter comprometimento com o sucesso terapêutico (Bezerra, Lopes, & Barros, 2014). Além disso, dependendo da medicação que se usa e dos efeitos colaterais apresentados, a qualidade de vida pode diminuir, o que por sua vez, também pode resultar na manifestação do estresse (Bezerra *et al.*, 2014; Galvão, Soares, Pedrosa, Fiuza, & Lemos, 2015).

No presente estudo, o autorrelato de estresse também apresentou associação com o estresse recente. Na literatura não foram encontrados estudos que investigassem a associação entre autorrelato de estresse e o estresse. Porém, constata-se que os dados descritivos de

autorrelato de estresse nos estudantes de enfermagem deste estudo são maiores que os observados na literatura nacional, os quais variaram entre 64,6% e 81,1% (Oliveira *et al.*, 2014; Pereira, Nunes, Miranda, & Caetano, 2014; Vilela, Pacheco, & Carlos, 2014).

O alto índice de respostas afirmativas dos estudantes em relação a sentir-se estressado provavelmente se deve a real sensação e percepção que apresentavam no momento da pesquisa, considerando-os, portanto, capazes de, através de uma leitura de suas vivências, identificar a presença de situações estressoras. Essa variável é importante de ser investigada porque demonstra o quanto o indivíduo é capaz de perceber o estresse que vivencia, inclusive, sendo essencial para que se conscientize sobre as estratégias de enfrentamento. Cabe destacar, que o autorrelato de estresse em estudantes tem-se vinculado aos significados de: situação de desequilíbrio, estresse como manifestações físicas e mentais e, estresse como sinônimo de dificuldades (Oliveira *et al.*, 2014; Pereira *et al.*, 2014; Vilela *et al.*, 2014).

A associação entre o estresse recente e a percepção de estresse, em nosso estudo, foi encontrada em apenas outro estudo realizado em 2003 na África com 112 estudantes. Neste estudo, notou-se uma correlação positiva entre a percepção de estresse e o estresse em estudantes (Baldwin, Chambliss, & Towler, 2003). A elevada percepção de estresse influencia no rendimento acadêmico, no estilo de vida e nos problemas de saúde, indicando que quanto maior a percepção de estresse, maior o risco de adoecimento (Al-Barrak *et al.*, 2011; Baldwin *et al.*, 2003; Undheim & Sund, 2017).

Contudo, alguns autores apontam que a percepção de estresse pode ser benéfica quando o indivíduo se utiliza dela para buscar estratégias de enfrentamento. A percepção que o indivíduo faz do estresse como positiva ou negativa, pode influenciar no modo de enfrentamento e nas manifestações orgânicas. Esta percepção pode ser, portanto, benéfica ou não, dependendo de como o indivíduo a interpreta (Jamieson, Nock, & Mendes, 2012; Keller *et al.*, 2013). Assim, revela-se a necessidade de compreender de forma mais assertiva como a percepção que o indivíduo faz das situações estressoras pode se relacionar com as estratégias de enfrentamento utilizadas, e assim buscar entender melhor os aspectos positivos e negativos da percepção do estresse.

Entre os fatores ambientais investigados, somente as exigências de reajustamento social nos últimos 12 meses esteve associada com o estresse recente. Essa associação não foi observada em outras pesquisas, o que a torna uma observação única até o presente momento. O raciocínio evolutivo-biológico sugere que os indivíduos são suscetíveis à influência do ambiente, sendo que algumas pessoas são mais vulneráveis do que outras aos efeitos negativos da adversidade. Assim, subentende-se que as exigências de reajustamento social

estão ligadas a sintomas depressivos e outros malefícios, tornando o indivíduo mais vulnerável ao adoecimento (Undheim & Sund, 2017).

Estudos que valorizem a existência de interações e transações contínuas entre o indivíduo e seu ambiente são essenciais, uma vez que devemos considerar o indivíduo como um ser biopsicossocial (Lazarus & Folkman, 1984). Em relação à temática investigada, nosso estudo traz avanços no sentido de reportar evidências sobre o estresse em estudantes de enfermagem, com uma abordagem biopsicossocial através fatores pessoais e ambientais. Ainda, o estudo destaca a associação do autorrelato de estresse e as exigências de reajustamento social com estresse recente como observações únicas até o presente momento em estudantes de enfermagem.

Como limitações do estudo, não foi considerado no momento da coleta de dados o período de provas do calendário acadêmico, assim os agendamentos foram marcados de acordo com datas sugeridas pelas coordenações dos cursos. Não é possível confirmar se alguns alunos estavam em período de provas, mas acredita-se que esse período possa influenciar no estresse recente dos estudantes. Sugere-se que em novos estudos o período de provas seja evitado durante a coleta de informações. Ainda, o estudo apresenta como limitação a inclusão de participantes de um local específico, o que não permite refletir a realidade nacional, principalmente levando em consideração às mudanças que possam existir nas diferentes localidades do Brasil e em relação às instituições de ensino públicas e privadas.

5. Conclusão

A associação entre fatores pessoais e ambientais e o estresse recente em estudantes de enfermagem foi identificada em nosso estudo. Entre os fatores pessoais, destacam-se ter problemas de saúde, uso de medicamentos, autorrelato de sentir-se estressado e percepção de estresse. Já nos fatores ambientais, destaca-se somente o reajustamento social nos últimos 12 meses. Estudos envolvendo essa temática são importantes na busca por compreender os diferentes fatores que possam estar relacionados ao estresse em estudantes, uma vez que subsidiam evidências que tornam possível o planejamento de estratégias de enfrentamento do estresse, antes que ocorra o adoecimento.

Referências

- Al-Barrak, M. Y., El-Nady, M. T., & Fayad, E. A. (2011). Sources of Stress as Perceived by Nursing Students at King Saud University. *Medical Journal Cairo University*, 79(1), 541–553. Recuperado de:
<http://medicaljournalofcairouniversity.net/home2/images/pdf/2011/September/26.pdf>
- Baldwin, D. R., Chambliss, L. N., & Towler, K. (2003). Optimism and Stress: An African-American College Student Perspective. *College Student Journal*, 37(2), 276–285. Recuperado de: <http://www.freepatentsonline.com/article/CollegeStudentJournal/103563751.html>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96. doi: 10.1016/j.jad.2014.10.054
- Bezerra, A. S. M., Lopes, J. L., & Barros, A. L. B. L. (2014). Adherence of hypertensive patients to drug treatment. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 67(4), 550–555. doi: 10.1590/0034-7167.2014670408
- Bonafé, F. S. S., Carvalho, J. S., & Campos, J. A. B. (2016). Depressão, ansiedade e estresse e a relação com o consumo de medicamentos. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 17(2), 105–119. doi: 10.15309/16psd170201
- Brasil. Conselho Nacional de Saúde. (2013). *Resolução Nº 466 de 2012*. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humano. Brasília. Recuperado de: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/reso466.pdf>
- Bublitz, S., Guido, L. A., Lopes, L. F. D., & Freitas, E. O. (2016). Association between nursing students' academic and sociodemographic characteristics and stress. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 25(4), e2440015. doi: 10.1590/0104-07072016002440015
- Cestari, V. R. F., Barbosa, I. V., Florêncio, R. S., Pessoa, V. L. M. P., & Moreira, T. M. M. (2017). Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades

sociodemográficas e acadêmicas. *Acta Paulista de Enfermagem*, 30(2), 190-196. doi: 10.1590/1982-0194201700029

Dias, J. C. R., Silva, W. R., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2015). Escala de Estresse Percebido Aplicada a Estudantes Universitárias: Estudo de Validação. *Psychology Community Health*, 4(1), 1–13. doi: 10.5964/pch.v4i1.90

Galvão, M. T. G., Soares, L. L., Pedrosa, S. C., Fiuza, M. L. T., & Lemos, L. A. (2015). Quality of life and adherence to antiretroviral medication in people with HIV. *Acta Paulista de Enfermagem*, 28(1), 48–53. doi: 10.1590/1982-0194201500009

Grassi-Oliveira, R., Stein, L. M., & Pezzi, J. C. (2006). Translation and content validation of the Childhood Trauma Questionnaire into Portuguese language. *Revista de Saúde Pública*, 40(2), 249–255. doi: 10.1590/S0034-89102006000200010

Hannibal, K. E., & Bishop, M. D. (2014). Chronic Stress, Cortisol Dysfunction, and Pain: A Psychoneuroendocrine Rationale for Stress Management in Pain Rehabilitation. *Physical Therapy*, 94(12), 1816–1825. doi:10.2522/ptj.20130597

Hirsch, C. D., Barlem, E. L. D., Tomaszewski-Barlem, J. G., Lunardi, V. L., & Oliveira, A. C. C. (2015). Predictors of stress and coping strategies adopted by nursing students. *Acta Paulista de Enfermagem*, 28(3), 224–229. doi: 10.1590/1982-0194201500038

Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(5), 213–218. doi: 10.1016/0022-3999(67)90010-4

Jamieson, J. P., Nock, M. K., & Mendes, W. B. (2013). Mind over Matter: Reappraising Arousal Improves Cardiovascular and Cognitive Responses to Stress. *Journal of Experimental Psychology General*, 141(3), 417–422. doi: 10.1037/a0025719

Keller, A., Litzelman, K., Wisk, L. E., Maddox, T., Cheng, E. R., Creswell, P. D., & Witt, W. P. (2013). Does the Perception that Stress Affects Health Matter? The Association with Health and Mortality. *Health Psychology*, 31(5), 677–684. doi: 10.1037/a0026743

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

Leandro, A. L. J. S., Santos, K. F. S., Souza, D. C., Guilherme, F. J. A., Muniz, A. S., & Santos, M. S. S. (2014). Agentes Causadores de Estresse no Enfermeiro: Contexto da Enfermagem Hospitalar. *Revista Rede de Cuidados em Saúde*, 8(2), 1-4. Recuperado de: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/rcs/article/view/2372/1153>

Lipp, M. E. N. (2000). *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Mota, N. I. F., Alves, E. R. P., Leite, G. de O., Sousa, B. S. M. A., Filha, M. de O. F., & Dias, M. D. (2016). Stress among nursing students at a public university. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Ment Álcool e Drogas*, 12(3), 163-170. doi: 10.11606/issn.1806-6976.v12i3p163-170

Myers, B., McKlveen, J. M., & Herman, J. P. (2014). Glucocorticoid actions on synapses, circuits, and behavior: Implications for the energetics of stress. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(2), 180–196. doi: 10.1016/j.yfrne.2013.12.003

Oliveira, B. L. C. A., Ferreira Filha, M. O. F., Monteiro, C. H., Monteiro, R. V. P., & Cunha, C. L. F. (2012). Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública federal: um estudo epidemiológico. *Journal Management & Primary Health Care*, 3(2), 72–79. Recuperado de: <http://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/141>

Oliveira, L. D. A., Ferreira, S., Lima, R., Godinho, P., Alves, E. A., & Silva, P. (2014). Estresse nos acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. *Arquivos de Ciências da Saúde*, 21(2), 118–123. Recuperado de: [http://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-21-2/ID_612_alter_21\(2\)_Abr-jun_2014.pdf](http://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-21-2/ID_612_alter_21(2)_Abr-jun_2014.pdf)

Paiva, K. C. M., Gomes, M. A. N., & Helal, D. H. (2015). Estresse ocupacional e síndrome de Burnout: proposição de um modelo integrativo e perspectivas de pesquisa junto a docentes do ensino superior. *Gestão & Planejamento*, 16(3), 285-309. Recuperado de: <https://revistas.unifacs.br/index.php/rgb/article/view/3570>

Pereira, F. F. G., Nunes L. C., Miranda, M. D. C., & Caetano, J. (2014). Assessment of stress

in the inclusion of nursing students in hospital practice. *Investigación y Educación en Enfermería*, 32(3), 430–437. doi: 10.17533/udea.iee.v32n3a08

Preto, V. A., & Pedrão, L. J. (2009). The stress among nurses that works in the Intensive Therapy Unit. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 43(4), 838–845. doi: 10.1590/S0080-62342009000400015

Ratanasiripong, P., Park, J. F., Ratanasiripong, N., & Kathalae, D. (2015). Stress and Anxiety Management in Nursing Students: Biofeedback and Mindfulness Meditation. *Journal of Nursing Education*, 54(9), 520–524. doi: 10.3928/01484834-20150814-07

Santos, R. J. L. L., Sousa, E. P., Rodrigues, G. M. M., & Quaresma, P. C. (2019). Stress in academics of nursing: the importance of identifying the stress agent. *Brazilian Journal of Health Review*, 2(2), 1086-1094. Recuperado de: <http://www.brjd.com.br/index.php/BJHR/article/view/1304>

Sbicigo, J. B., Bandeira, D. R., & Dell'Anglio, D. D. (2010). Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. *Psico-USF*, 15(3), 395–403. doi: 10.1590/S1413-82712010000300012

Selye, H. Stress and the general adaptation syndrome. (1950). *British Medical Journal*, 1(1), 1383-1392. doi: 10.1136/bmj.1.4667.1383

Silva, N. C. B., Paiano, M., Torres, M. M., Salci, M. A., & Jaques, A. E. (2018). Vivência de eventos estressores entre acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. *Revista Paranaense de Enfermagem (REPENF)*, 1(1), 70-80. Recuperado de: <http://seer.fafiman.br/index.php/REPEN/article/view/503>

Undheim, A. M., & Sund, A. M. (2017). Associations of stressful life events with coping strategies of 12–15-year-old Norwegian adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(8), 993-1003. doi: 10.1007/s00787-017-0979-x

Vilela, S. C., Pacheco, A. E., & Carlos, A. L. S. (2014). Síndrome de Burnout e estresse em graduandos de enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 3(3), 780–

787. Recuperado de: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/415>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Vivian Aline Preto – 40%

André Luiz Thomaz de Souza – 10%

Bárbara de Oliveira Prado Sousa – 10%

Jéssica Moreira Fernandes – 10%

Sandra de Souza Pereira – 10%

Lucilene Cardoso – 20%