



## 8° Sim Saúde- Simpósio em Saúde 2017

Faculdade de Odontologia de Araçatuba, UNESP

16 de setembro de 2017 – Araçatuba, Brasil

DOI:<http://dx.doi.org/10.21270/archi.v6i0.2286>

### **Investigação sobre estresse e fases do estresse em universitários de enfermagem**

Vivian Aline Preto, Giselle Clemente Sailer, Sandra de Souza Pereira, Caroline Corrêa Teixeira, Raissa da Silva Parmigiani

O estresse está presente no desenvolvimento de atividades acadêmicas em universitários de enfermagem. O objetivo deste estudo é investigar o estresse e as fases do estresse em universitários de enfermagem em duas instituições particulares. Trata-se de um estudo quantitativo. Participaram do estudo 209 universitários de enfermagem. Foi utilizado para coleta de dados o Inventário de Sintomas de Estresse (ISS) que permite diagnosticar o estresse e classificá-lo nas suas quatro fases: alerta, resistência, quase exaustão e exaustão. Os resultados foram submetidos à análise estatística por meio do programa SPSS versão 17.0. Observou-se que a maioria 163(78%) dos universitários do estudo apresentou indicadores de estresse e 46 (22%) sem estresse. A fase de manifestação que predominou foi a de resistência com 120(57,4%). Universitários que estavam na fase de resistência apresentaram associação com a presença de sinais de estresse, quando comparado aos que não apresentaram sintomas, com diferenças estatisticamente significativa ( $P < 0,05$ ). A fase de resistência sugere que estes universitários estão exercendo um grande esforço tentando gerenciar o estresse, nessa fase o organismo se esforça para restabelecer a resistência do corpo a um nível semelhante ou superior ao inicialmente existente antes da atuação do fator estressor. A detecção do estresse em universitários é importante, pois cientes dos malefícios do estresse, os mesmos podem buscar comportamentos de enfrentamento como a realização de atividade de lazer, atividade física e busca por apoio psicológico. Além disso, o enfrentamento do estresse é necessário antes que ocorra a evolução para fases mais graves como a exaustão (Parecer CEP 1.467.389).

**Descritores:** Estresse Psicológico; Estresse Fisiológico; Estudantes de Enfermagem.