



## Nível de estresse entre acadêmicos da área da saúde e seus fatores desencadeantes

Stress level between healthcare academics and its unleashing factors

### Flávia Raquel Miranda Vasconcelos

Fisioterapeuta. Pós-graduada em Fisioterapia Cardiorrespiratória – Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, CE, Brasil;

E-mail: flavia.raquel16@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9559-8639>

### Jose Henrique de Lacerda Furtado

Doutorando em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública – Fundação Oswaldo Cruz (ENSP/FIOCRUZ). Graduado em Enfermagem e em Fisioterapia pelo Centro Universitário de Barra Mansa – RJ; Instituto Federal do Rio de Janeiro, Pinheiral, RJ, Brasil;

E-mail: henrilacerda2009@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2257-3531>

### Caio Ramon Queiroz

Mestrando em Ensino em Ciências da Saúde e do Meio Ambiente - Centro Universitário de Volta Redonda. Fisioterapeuta do Centro Municipal de Reabilitação Física, Volta Redonda, RJ, Brasil;

E-mail: caioramoncrq@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4692-2727>

### Camilly Rodrigues Zaranza

Fisioterapeuta. Pós-graduada em Traumatologia-Ortopedia com Ênfase em Terapia Manual - Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, CE, Brasil;

E-mail: camillyzaranza@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4848-3887>

### Miryan Carla Beviláqua Nascimento

Fisioterapeuta. Pós-graduada em Fisioterapia Dermatofuncional - Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, CE, Brasil;

E-mail: miryan\_carla@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2639-0142>

### Andréa Nóbrega Cirino Nogueira

Doutora em Ciências Médicas pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Fisioterapeuta na Universidade Federal do Ceará (UFC/EBSERH), Fortaleza, CE, Brasil;

E-mail: ancnoqueira@gmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8596-5247>

**Resumo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar o nível de estresse de acadêmicos (as) dos cursos da área da saúde, relacionando-o com os seus principais fatores desencadeantes. Trata-se de um estudo de caráter descritivo, transversal e quantitativo, realizado por meio da aplicação de um questionário de dados sociodemográficos, construído pelos pesquisadores (as) e, do Questionário de Saúde Geral (QSG). A coleta de dados, realizada em 2016, com universitários (as) do sexto período dos cursos da área da saúde, de um centro universitário do município de Fortaleza-CE. Os dados obtidos foram processados pelo programa informático SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Participaram 73 alunos dos cursos da área de saúde, sendo a maioria do gênero feminino, com média de idade de 27,3 ( $\pm 8,8$ ) anos, sendo analisadas as

variáveis relacionadas aos dados sociodemográficos e aos 13 itens referentes aos domínios de tensão e estresse psíquico. De acordo com os dados obtidos no domínio “tensão ou estresse psíquico”, não foi identificada correlação importante de estresse, associada às variáveis do questionário sociodemográfico. A partir do exposto, conclui-se que o nível de estresse dos (as) universitários (as) participantes não representava risco para os (as) mesmos (as), no momento da coleta de dados. A maioria das respostas obtidas apontaram para um nível de estresse dentro da média habitual. Considerando a dinamicidade da rotina acadêmica, que pode ser influenciada por diversos aspectos que incluem o cenário pandêmico atual, recomenda-se a realização de novos estudos que abordem essa temática, a fim de aprofundar as discussões propostas.

**Palavras-chave:** Estresse psicológico; Esgotamento psicológico; Saúde do estudante; Qualidade de vida; Desempenho acadêmico.

**Abstract:** The objective of the present study was to evaluate the level of stress of academics of the courses in the health area, relating it to its main triggering factors. This is a descriptive, cross-sectional and quantitative study, carried out through the application of a questionnaire of sociodemographic data, built by the researchers and the General Health Questionnaire (QSG). Data collection, carried out in 2016, with university students in the sixth period of courses in the health area, from a university center in the city of Fortaleza-CE. The data obtained were processed by the software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). A total of 73 students from courses in the health area participated, most of them female, with a mean age of 27.3 ( $\pm 8.8$ ) years, and the variables related to sociodemographic data and the 13 items referring to the domains of tension were analyzed and psychic stress. According to the data obtained in the “tension or psychic stress” domain, no significant stress correlation was identified, associated with the variables of the sociodemographic questionnaire. From the above, it can be concluded that the participants' stress level did not represent a risk for them at the time of data collection. Most of the answers obtained pointed to a level of stress within the usual average. Considering the dynamics of the academic routine, which can be influenced by several aspects that include the current pandemic scenario, it is recommended to carry out further studies that address this theme, in order to deepen the proposed discussions.

**Keywords:** Stress, Psychological; Burnout, Psychological; Student Health; Quality of life; Academic Performance.

## Introdução

O estresse está cada vez mais presente no cotidiano das pessoas atualmente, sendo considerado de grande risco, devido ao seu potencial de interferir no equilíbrio normal do ser humano. Definido inicialmente enquanto uma reação inespecífica do corpo a qualquer demanda, seja ela interna ou externa, considerava-se que o estresse constituía-se enquanto uma parte normal do funcionamento do corpo, por ser uma consequência do ato de viver<sup>1</sup>.

Conceitualmente, o estresse é definido como um estado de desgaste anormal do corpo humano ou a redução da capacidade de trabalho, ocasionado por uma inaptidão de o indivíduo tolerar, superar ou adaptar-se às exigências em âmbito psíquico, existentes no seu próprio ambiente

de vida. O estresse é um fator que se observa em qualquer faixa etária e está totalmente relacionado ao estilo de vida que cada um tem em seu dia a dia. No entanto, é um fator crucial da vida e consiste também, na capacidade do indivíduo reagir, do ponto de vista motor e autônomo, constituindo-se como um essencial mecanismo homeostático e de sobrevivência. Diversas são as circunstâncias que podem desencadeá-lo como a ocorrência de conflitos emocionais, condições biológicas adversas e, até mesmo, situações de enfrentamentos sociais<sup>2-3</sup>.

No contexto universitário, o (a) discente assume atividades de elevado desempenho, exigindo dele (a) concentração e esforço contínuo. A rotina de estudos é crescente e a cada semestre, torna-se mais constante e complexa, podendo constituir-se como um fator potencialmente estressor, tendo em vista que a vida do (a) acadêmico (a) é marcada pelo crescimento de responsabilidades, ansiedade e estímulo à competitividade. Este é um cenário que não se sumaria apenas diante do período de disciplinas básicas, mas ao longo de toda a vida universitária<sup>4</sup>.

Diversas pesquisas têm sido realizadas enfatizando as implicações do estresse excessivo para a saúde física e mental do ser humano<sup>4-5</sup>. No período acadêmico não é diferente, pois exige-se que os (as) discentes vivenciem uma série de mudanças e adaptações, as quais, tendem a desencadear o aparecimento do estresse, podendo influenciar negativamente no processo de aprendizagem, impactar no desempenho acadêmico e, até mesmo, na ocorrência de gatilhos de fuga como vícios, mudanças comportamentais e a adoção de hábitos de vida prejudiciais à saúde. Todos esses fatores podem dificultar o desenvolvimento crítico, a capacidade de raciocínio, memória e também, podem interferir no interesse do (a) jovem em relação ao processo evolutivo da aprendizagem<sup>4-5</sup>.

Entre os sinais e sintomas que surgem com maior frequência, estão tanto os sintomas físicos relatados, como o aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão arterial, hiperatividade e náuseas, quanto os sintomas psicológicos, como ansiedade, tensão e preocupação excessiva, angústia, insônia, alienação, dificuldades de relacionamento interpessoal, dentre outros<sup>6</sup>.

Neste contexto, a avaliação do nível de estresse e qualidade de vida de uma população de estudantes universitários torna-se uma abordagem indispensável, visto que estes estão mais propícios a fatores bastante complexos. Sobretudo, considerando que o processo de escolarização é, reconhecidamente, um período de alta tensão<sup>7</sup>.

Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi avaliar o nível de estresse de acadêmicos (as) dos cursos da área da saúde, relacionando-o com os seus principais fatores desencadeantes.

### Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo, transversal e quantitativo, realizada por meio da aplicação de dois questionários. Foram utilizados portanto, um questionário de dados sociodemográficos, construído pelos pesquisadores (as) e, o Questionário de Saúde Geral (QSG), com intuito de avaliar o nível de estresse entre os (as) universitários (as) dos cursos da área da saúde.

O QSG constitui-se enquanto um instrumento autoaplicável, composto por 60 itens, relativos a sintomas psiquiátricos não-psicóticos, os quais são respondidos em uma escala tipo *Likert*, com quatro pontos<sup>8-9-10-11-12</sup>. A distribuição desses itens é agrupada em seis blocos, de acordo com a interpretação dos fatores, que versam sobre domínios relacionados à tensão ou estresse psíquico, o desejo de morte, a falta de confiança na capacidade de desempenho ou auto eficácia, os distúrbios do sono, distúrbios psicossomáticos e, por fim, a ausência de saúde mental ou severidade de doença mental<sup>13-14</sup>. O presente estudo levou em consideração apenas um domínio, no qual está ligado ao fator “tensão ou estresse psíquico”, o qual é composto por 13 itens do QSG-60 itens<sup>13-14</sup>.

A pesquisa foi desenvolvida em um Centro Universitário situado no município de Fortaleza-CE, no período de agosto a setembro de 2016. A coleta de dados teve início após aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Estácio do Ceará, conforme protocolo nº 1.738.653.

Os participantes foram informados dos objetivos do estudo e foi-lhes garantido o caráter sigiloso dos dados referentes à identificação dos (as) participantes. A coleta de dados foi realizada somente após a sua concordância e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A população foi composta pelos alunos e alunas dos cursos de Fisioterapia, Educação Física, Enfermagem, Psicologia e Nutrição de um centro universitário situado em Fortaleza, Ceará, Brasil. A amostra dos participantes foi constituída por quinze alunos (as) de cada curso, que estivessem cursando o sexto semestre, supostamente na metade do curso, selecionados de forma aleatória, no momento de aplicação do questionário nas turmas.

Como critérios de inclusão, optou-se por alunos (as) devidamente matriculados no sexto semestre dos cursos de Fisioterapia, Nutrição, Enfermagem, Psicologia e Educação física, no período vespertino e que respondessem ao questionário do início ao fim, sem delimitação de faixa etária e gênero. Foram excluídos do estudo, alunos (as) de outro semestre que não o sexto, os (as) que não assinaram o TCLE e ainda, os que não responderam ao questionário de forma completa.

As variáveis estudadas foram os dados sociodemográficos (idade, gênero, estado civil, filhos, índice de massa de corpórea (IMC), período acadêmico que está cursando, trabalho, rendimento mensal, qual o transporte utilizado para ir a faculdade e tempo que leva para chegar na instituição) e as questões relacionadas ao domínio “tensão ou estresse psíquico” do QSG-60 itens.

Para avaliação do nível de estresse através do QSG-60 itens, utilizou-se a escala tipo *Likert*, com 4 pontos, variando de 1 (*não absolutamente*) a 4 ( *muito mais do que de costume*). De acordo com os escores, atribuiu-se pesos de 0, 1, 2, e 3, sendo que o escore 3 corresponde ao pior estado e o escore 0, o mais eficiente<sup>13-14</sup>.

Os dados obtidos foram processados pelo programa informático SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 18.0. Assim, para a sistematização da informação obtida através dos dados quantitativos, contando com distribuição de contagem, média, porcentagem, adotou-se o nível de significância ( $p=0,5$ ), teste não paramétrico de *Kruskal-Wallis* de amostras independentes e o Coeficiente *alfa de Cronbach*.

## Resultados/Discussão

Participaram da pesquisa 73 estudantes universitários (as), sendo 75,68% (56) do gênero feminino, e 24,32% (18) do gênero masculino. Dentre os (as) participantes 20,55% (15) eram do curso de Fisioterapia, 20,55% (15) eram do curso de Educação Física, 20,55% (15) eram do curso de Enfermagem, 20,55% (15) eram do curso de Psicologia e, 17,81% (13) eram do curso de Nutrição. Os 02 participantes excluídos do curso de nutrição não responderam ao questionário de forma completa.

Os (as) participantes tinham idade entre 19 a 63 anos, com uma média de 27,3 ( $\pm 8,8$ ). Em relação ao Índice de Massa Corpórea (IMC) observou-se que 61,60% (45) dos (as) participantes tinham peso considerado adequado, 24,40 (20) estavam com sobrepeso, 5,50% (4) com obesidade e, 5,50% (4) abaixo do peso considerado ideal. Verificou-se ainda que a maioria dos (as) participantes (83,53%), não possuía filhos.

Em relação ao estado civil, os (as) participantes eram predominantemente solteiros (as) (72,60%), sendo 24,66% casados (as) e, apenas 2,74% divorciados (as). Quanto ao vínculo empregatício e ao rendimento mensal, foram categorizadas 4 alternativas, sendo verificado que a maioria não trabalhava (54,79%  $n=40$ ). Ressalta-se ainda em relação ao rendimento mensal, que a maioria dos que trabalhavam, 19,18% (14) possuíam renda mensal entre R\$500 a R\$ 900,00 ou seja, com um rendimento próximo ou abaixo do salário mínimo vigente à época.

Quanto ao transporte utilizado para ir à instituição de ensino, os (as) universitários (as), na sua maioria, usavam transporte coletivo como ônibus, micro-ônibus ou metrô (65,75%). Além disso, 24,66% dos (as) participantes relataram ainda que iam para instituição de carro e, 9,59% de motocicleta. Em relação ao tempo que levavam para chegar à instituição de ensino superior, embora 39,73% dos (as) discentes tenham respondido que o tempo variava entre 30 minutos a 1 hora (39,73% n= 29), ressalta-se o grande número de estudantes que referiram um tempo maior de deslocamento, superior à 1h (53,43 n= 39). Os dados referentes às características sociodemográficas coletadas foram descritas na tabela 01, apresentada a seguir.

O estudo contou com um procedimento estatístico não-paramétrico de ampla utilização em ciências biológicas que pode ser aplicado em estudos como este, que é o teste de Kruskal-Wallis. Trata-se de teste simples, caracterizado como teste livre de distribuição, ou seja, a distribuição teórica populacional dos dados não precisa ser estimada pelas médias ou variâncias amostrais para sua correta aplicação. Assim, quando se detecta diferença significativa entre os tratamentos pelo teste de *Kruskal-Wallis*, usualmente são efetuadas comparações múltiplas envolvendo os itens estudados<sup>15</sup>.

Para graduar os 13 itens analisados nesse estudo foi utilizado ainda, o coeficiente *alfa de Cronbach*, que mede a correlação entre respostas em um questionário através da análise do perfil das respostas dadas pelos respondentes, que tem 0,70 como valor mínimo aceitável<sup>16</sup>. Dessa forma, o questionário está de acordo com a estatística de confiabilidade de Cronbach, considerando o valor obtido ( $\alpha=0,840$ ).

Faz-se oportuno salientar que a maioria dos estudos de validação do QSG têm tomado como critério externo uma entrevista clínica, avaliação especializada ou escalas já validadas<sup>17</sup>. Além disso, outros estudos realizados na Itália<sup>18</sup>, China<sup>19</sup> e Grã-Bretanha<sup>20</sup>, constataram que o valor de  $\alpha$  para a consistência interna dos itens relacionados ao estresse psíquico foi de  $\alpha=0,89$ . Evidenciando um parâmetro próximo ao obtido no presente estudo.

De acordo com os dados obtidos no domínio “tensão ou estresse psíquico” do QSG aplicado, não foi identificada correlação importante de estresse, associada às variáveis do questionário sociodemográfico. O teste realizado com a categoria filhos, IMC e idade, não apresentaram diferença significativa, tendo sido obtido os valores de  $p=0,114$ ,  $p=0,05$  e  $p=0,091$ , respectivamente.

No que diz respeito aos principais fatores desencadeantes de estresse em universitários (as), um estudo<sup>21</sup> desenvolvido com alunos do curso de enfermagem aponta que 51% dos participantes sinalizaram a baixa remuneração salarial, como um dos principais fatores desencadeantes de estresse nessa fase da vida. No entanto, esse é um tema controverso, considerando outras

evidências<sup>14</sup> produzidas que sinalizam a não correlação entre o domínio “Tensão e estresse psíquico” e a renda familiar dos participantes. Saliencia-se ainda que diferenças moderadas e significantes em relação ao sexo foram encontradas para as escalas de Tensão ou Estresse Psíquico ( $p=0,001$ ).

No que tange às variáveis sociodemográficas (gênero, faixa etária, estado civil, procedência, tipo de moradia, atividade remunerada e renda familiar) e do processo ensino-aprendizagem (ano de ingresso na universidade, curso, período, série, opção de escolha do curso), alguns autores<sup>22</sup> sinalizam a existência de correlação dessas variáveis com Transtornos Mentais Menores (TMM).

Na tabela 02 descrita a seguir, que apresenta a média e escore total relacionados aos 13 itens pertinentes ao estresse psíquico obtidos no presente estudo, observou-se que o item 2 com a resposta “como de costume” ou “não mais do que o de costume” sendo o mais escolhido entre os (as) universitários (as) participantes, resultando em um escore de 1, dado este, predominante na pesquisa, onde tal alternativa não se torna totalmente prejudicial em relação ao estresse psíquico dos (as) discentes, considerando que de acordo com os escores do QSG, o escore 3 corresponde ao pior estado (sendo a alternativa 4 da escala de respostas dos 13 itens), e o escore 0 o mais eficiente (sendo a alternativa 1 da escala de respostas dos 13 itens).

De acordo com o total de média atribuídas às respostas dos graduandos às 13 questões avaliadas no QSG, o curso de enfermagem pontuou a média total mais alta, de 2,06. O curso de fisioterapia pontuou a segunda maior média, de 1,94, seguido pelo curso de Educação física, que pontuou um escore médio de 1,88, e o curso de nutrição, que teve seu escore de média total de 1,87. Por fim, o curso de Psicologia teve a menor média de escore total, que foi 1,73. Dessa forma, sendo a alternativa 2 a mais prevalente, conforme descrito na tabela 02 acima, em acordo com um escore do QSG de 1 para esse estudo, ressalta-se que apesar do período possivelmente conturbado a que estão expostos (as) os (as) participantes, o nível de estresse desses (as) alunos (as), no momento da coleta de dados, encontrava-se em um nível de relevância simples, aparentemente não causando prejuízos a sua aprendizagem e qualidade de vida.

Apesar disso, estudos anteriores já apontam para prevalência de 25% de transtornos mentais menores em universitários (as) em decorrência do estresse, sendo os alunos de terceiro ano de curso de graduação os que demonstraram mais problemas de saúde mental, como tensão/estresse psíquico, quando correlacionados com os fatores sociodemográficos<sup>23</sup>.

Conforme o resultado obtido com o teste Kruskal-Wallis de amostras independentes, em que o nível válido de significância é ( $p=0,5$ ), realizado com a categoria graduação, o presente estudo aponta que não houve correlações do QSG, associadas à diferença de estresse entre cada curso,

portanto não tendo significância estatística ( $p=0,375$ ). Assim sendo, não foi possível diferenciar o nível de estresse dos alunos de cada curso da saúde na instituição de realização da pesquisa.

Apesar dos resultados obtidos no presente estudo não permitirem correlação entre o estresse e seus possíveis fatores desencadeantes, faz-se oportuno salientar algumas evidências já produzidas anteriormente em outros estudos<sup>24</sup> desenvolvidos com estudantes de graduação de enfermagem, em que 41,1% dos participantes apresentavam estresse psíquico merecedor de atenção. Sendo estes discentes os que apresentavam a maior prevalência de TMM (34%). Além disso, em pesquisa<sup>25</sup> relacionada ao curso de Fisioterapia, de uma amostra de 58 alunos participantes, verificou-se que a maior parte dos acadêmicos (91,4%), considerava suas atividades na universidade como fontes geradoras de estresse.

Ademais, salienta-se por fim, algumas possíveis limitações do presente estudo. Além do número amostral pequeno, ocorrido em virtude de pouca adesão dos (as) participantes, ressalta-se que o período de coleta de dados (entre os meses agosto e setembro) possa ter influenciado nos resultados obtidos, por ser um período de retorno às atividades acadêmicas após o recesso. Outra limitação importante que deve ser mencionada, diz respeito a ausência de alguns dados sociodemográficos relacionados à procedência, moradia e renda familiar dos (as) estudantes participantes, que se coletados à época, poderiam ter contribuído para o aprofundamento de algumas discussões. Faz-se oportuno salientar também, a complexidade que envolve a temática abordada, que para além dos dados quantitativos obtidos, talvez necessite da inclusão de uma fase de coleta de dados com abordagem qualitativa, na tentativa de aprofundar as discussões propostas. Sobretudo, tendo em vista a identificação de um desvio padrão superior em todos os itens do QSG, em comparação ao obtido no item 1, que faz referência a estarem se “sentindo perfeitamente bem e com saúde”.

### **Considerações finais**

De acordo com os resultados obtidos no presente estudo, o nível de estresse dos (as) universitários (as) participantes não representava risco para os mesmos, no momento da coleta de dados. A grande maioria das respostas obtidas no QSG apontaram para um nível de estresse dentro da média habitual.

Além disso, nos resultados não foram deflagradas associações significantes entre os indicadores produzidos pelo QSG e o questionário sociodemográfico, não sendo possível, portanto,



realizar associações entre os dados sociodemográficos, enquanto potenciais fatores desencadeantes de estresse no contexto analisado.

A maioria dos discentes referiu-se as perguntas do QSG direcionando suas respostas para a alternativa 2 (como de costume) ou 1 (não mais do que o de costume), em acordo com o descrito em outros estudos que abordam a temática nessa população.

Já a relação da graduação que possui o grau de estresse psíquico mais elevado entre cada curso, embora o curso de enfermagem tenha tido a maior média (2,06) dentre os cursos analisados, de acordo com o teste *Kruskal-Wallis* de amostras independentes, não foi possível fazer correlações do QSG associadas ao estresse diferente para cada curso, tendo em vista o nível de significância obtido ( $p=0,375$ ), que não possibilita que seja definido se os estudantes de determinado curso estão em um nível de estresse maior que o de outro.

Diante disso, pode-se concluir que os (as) alunos (as) não possuíam um índice de estresse psíquico elevado no momento da coleta de dados. No entanto, faz-se oportuno salientar que a literatura aponta que alguns fatores podem ser contribuintes para cargas elevadas de tensão ou estresse psíquico, em algum momento da vida acadêmica desses (as) estudantes.

Dessa forma, considerando a dinamicidade da rotina acadêmica, que pode ser influenciada por diversos aspectos que incluem o cenário pandêmico atual, recomenda-se a realização de novos estudos que abordem essa temática, com um maior número de participantes, associando também, a coleta de dados qualitativos a fim de subsidiar o aprofundamento das discussões propostas, sendo o presente estudo de suma importância enquanto parâmetro comparativo nesse contexto.

## Referências

1. Selye H. *The Stress of Life*. Canadá: Mc Graw-Hill, 1956.
2. Guerrer FJL, Biachi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. *Revista da escola de enfermagem da USP*. 2008; 42(2):355-362.
3. Silva, AR. Estresse e enfrentamento em pacientes neurológicos portadores de HTLV-I. 2011. 128f. il. Tese (Doutorado em medicina). Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador- Bahia. 2011.
4. Mondardo AH, Pedon EA. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. *Revista de Ciências Humanas*. 2005;6(6):65-84.
5. Torquato, JÁ, Vicentin, P, Correa, U. Avaliação do estresse em estudantes universitários. *Revista Científica Internacional*. 2010;1(14):140-154.
6. Monteiro CFS, Freitas JFM, Ribeiro AAP. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da universidade federal do Piauí. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*. 2007;11(1):66-72.

7. Netto RSM, Da Silva CS, Costa D, Raposo OFF. Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 2012;10(34):47-55.
8. Goldberg, D. The detection of psychiatric illness by questionnaire: A technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness. Londres: Oxford University Press., 1972.
9. Goldberg D, Bridges K, Duncan-Jones P, Grayson D. Detecting anxiety and depression in general medical settings. *British Medical Journal*. 1988;297:897-99.
10. Vazquez-Barquero JL, Williams P, Diez- Manrique JF, Lequerica J, Arenal A. The factor structure of the GHQ-60 in a community sample. *Psychological Medicine*. 1988;18:211-218.
11. Pasquali L, Gouveia VV, Andriola WB, Miranda FJ, Ramos ALM. *Questionário de Saúde Geral de Goldberg: manual técnico*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.
12. Carvalho HW, Patrick CJ, Jorge MR, Andreoli SB. Validation of the structural coherence of the General Health Questionnaire. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. 2011;33:59-63.
13. Barros CA, Oliveira TL. Saúde mental de trabalhadores desempregados. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*. 2009;9(1):86-107.
14. Carvalho HW, Andreoli SB, Jorge MR. Saúde geral: evidências de diferenças relacionadas ao sexo. Avaliação psicológica. 2011;10(2):173-179.
15. Padovani RDC, Neufeld CB, Maltoni J, Barbosa LNF, Souza WFD, Cavalcanti HAF, Lameu JDN. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*. 2014;10(1):02-10.
16. Hora HRM, Monteiro GTR, Arica J. Confiabilidade em questionários para qualidade: um estudo com o Coeficiente Alfa de Cronbach. *Produto & Produção*. 2010;11(2):85-103.
17. Viniegras G, Victoria CR. Manual para la utilización del cuestionario de salud general de Goldberg: Adaptación cubana. *Rev Cubana Med Gen Integr*. 1999;15(1):88-97.
18. Politi PL, Piccinelli M, Wilkinson G. Reliability, validity and factor structure of the 12-item General Health Questionnaire among young males in Italy. *Acta Psychiatr Scand*. 1994; 90(6):432-7.
19. Shek DT, Tsang SK, Reliability and factor structure of the Chinese GHQ-30 for parents with preschool mentally handicapped children. *J Clin Psychol*. 1995;51(2):227-34.
20. Banks MH, Clegg CW, Jackson, PR, Kemp NJ. The use of GHQ as an indicator of mental health in occupational studies. *J Occup Psychol*. 1980;53:87-294.
21. Gomes SFS, Santos MMMCC, Carolino ETMA. Riscos psicossociais no trabalho: estresse e estratégias de coping em enfermeiros em oncologia. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2013;21(6):1282-9.
22. Cerchiari EAN. Saúde mental e qualidade de vida em estudantes universitários. 2004. 243f. 2004. Tese (Doutorado em ciências médicas) -Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Ciências Médicas. Campinas, São Paulo.
23. Cerchiari EAN, Caetano D, Faccenda O. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. *Psicologia Ciência e Profissão*. 2005;25(2):252-265.
24. Oliveira NRC, Padovani RC. Saúde do estudante universitário: uma questão para reflexão. *Ciênc. saúde coletiva*. 2014;19(3):995-996. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232014193.11042012>.
25. Santos JAF, Lucena NMG, Rocha TV, Aragão PORA, Gatto-Cardia MC, Carvalho AGC, Barros MFA. Estresse em Acadêmicos do Curso de Fisioterapia, *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 2012;16(2):89-94.

**Tabela 1.** Características sociodemográficas dos discentes da área da saúde

VARIÁVEIS	Contagem	Porcentagem (%)	Média	Desvio Padrão
<b>CURSO</b>				
1. Fisioterapia	15	20,55%	-	-
2. Educação física	15	20,55%	-	-
3. Nutrição	13	17,81%	-	-
4. Enfermagem	15	20,55%	-	-
5. Psicologia	15	20,55%	-	-
IDADE (anos)	-	-	27,3	±8,8
<b>IMC</b>				
1. Abaixo do peso	4	5,50%	-	-
2. Normal	45	61,60%	-	-
3. Obeso	4	5,50%	-	-
4. Sobrepeso	20	27,40%	-	-
<b>ESTADO CIVIL</b>				
1. Casado (a)	18	24,66%	-	-
2. Solteiro (a)	53	72,60%	-	-
3. Divorciado (a)	2	2,74%	-	-
<b>TRABALHO E RENDA</b>				
1. Não trabalha	40	54,79%	-	-
2. Sim, e recebem entre 500,00 a 900,00 reais	14	19,18%	-	-
3. Sim, e recebem entre 1.200,00 a 1.600,00 reais	11	15,07%	-	-
4. Sim, trabalham e ganham em torno de 900,00 a 1.200 reais	7	9,59%	-	-
5. Trabalha voluntariamente e não ganha remuneração	1	1,37%	-	-
<b>TRANSPORTE</b>				
1. Ônibus/Metrô/Micro-ônibus	48	65,75%	-	-
2. Carro	18	24,66%	-	-
3. Moto	7	9,59%	-	-
<b>TEMPO GASTO PARACHEGAR A INSTITUIÇÃO DE ENSINO</b>				
1. 30 minutos a 1 hora	29	39,73%	-	-
2. Entre 1 hora a 1 hora e meia	19	26,03%	-	-
3. Entre 10 a 30 minutos	18	24,66%	-	-
4. Entre 1 hora e meia a 2 horas	5	6,85%	-	-
5. Entre 2 horas ou mais	2	2,74%	-	-

Fonte: Elaborada pelos autores.

**Tabela 2.** Média e Escore total relacionados aos 13 itens pertinentes ao estresse psíquico.

	Média	Desvio padrão	Mediana	Percentil 25	Percentil 75
1. Tem se sentido perfeitamente bem e com boa saúde?	2,01	,49	2,00	2,00	2,00
2. Tem sentido necessidade de tomar fortificantes (vitaminas)?	1,74	,87	1,00	1,00	2,00
3. Tem se sentido cansado (fatigado) e irritado?	2,44	,87	3,00	2,00	3,00
4. Tem se sentido mal de saúde?	1,68	,76	2,00	1,00	2,00
5. Tem sentido dores de cabeça?	1,89	,92	2,00	1,00	3,00
6. Tem sentido dores na cabeça	1,60	,83	1,00	1,00	2,00
7. Tem sido capaz de se concentrar no que faz?	2,34	,61	2,00	2,00	3,00
8. Tem sentido medo de que você vá desmaiar num lugar público?	1,49	,94	1,00	1,00	2,00
9. Tem sentido sensações (ondas) de calor ou de frio pelo corpo	1,40	,74	1,00	1,00	2,00
10. Tem suado (transpirado) muito?	1,73	,75	2,00	1,00	2,00
11. Tem acordado cedo (antes da hora) e não tem conseguido dormir de novo?	1,78	,95	1,00	1,00	2,00
12. Tem levantado sentindo que o sono não foi suficiente para lhe renovar as energias?	2,71	,98	3,00	2,00	3,00
13. Tem se sentido muito cansado e exausto, até mesmo para se alimentar?	1,82	,96	2,00	1,00	2,00

Fonte: Elaborado pelos autores.

Submissão: 08/12/2021

Aceite: 07/11/2022