

PARTICULARIDADES DOS FATORES DE RISCO PARA O ESTRESSE PERCEBIDO NA FORMAÇÃO MULTIPROFISSIONAL: UMA REVISÃO DA LITERATURA

PARTICULARITIES OF RISK FACTORS FOR PERCEIVED STRESS IN MULTIPROFESSIONAL TRAINING: A LITERATURE REVIEW

HIDECAZIO DE OLIVEIRA SOUSA¹, WEBSE DA MOTA COSTA¹, WALDEMAR NAVES DO AMARAL¹

RESUMO

Introdução: A percepção do estresse é inerente à condição humana e se manifesta em cada indivíduo que se predispõe com fatores singulares como a caracterização da própria personalidade, resistência do organismo bem como pela autoestima. Nesse sentido, um mesmo estímulo estressante é percebido distintamente entre pessoas, o que torna subjetiva e individual cada resposta e refletida da capacidade de adaptação acumulável durante a vivência de cada ser. Objetivo: Avaliar o estresse percebido durante a formação profissional das diversas áreas, por meio de uma revisão da literatura. Métodos: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura sobre as demandas das Unidades de Pronto Atendimento, com levantamento bibliográfico a partir das ferramentas de busca Medline, Scielo, Google Scholar e Biblioteca Virtual de Saúde, sendo utilizados os descritores de busca "UPA", "Perfil", "Demanda", "Urgência" "Emergência", "AIH". Foram considerados para análise os dados referentes a caracterização do estudo, aspectos sociodemográficos da população, demanda clínica e as considerações finais. Resultados: Após busca nas bases de dados e aplicação dos critérios de elegibilidade um total de 7 estudos foram selecionados, correspondendo a 5 artigos originais e 2 trabalhos de conclusão de curso. Conclusões: Observou-se a necessidade de conscientização dos usuários sobre a real atribuição das unidades de urgência e emergência, pois procedimentos de baixa complexidade devem ser prestados pela atenção primária, bem como por falta de legislação que regulamente a autonomia dos profissionais de enfermagem para o encaminhamento dos pacientes para unidades de menor complexidade sem a necessidade de avaliação prévia da equipe médica.

DESCRITORES: UPA. PERFIL. DEMANDA. URGÊNCIA E EMERGÊNCIA.

ABSTRACT

Introduction: The perception of stress is inherent to the human condition and is manifested in each individual who is predisposed to singular factors such as the characterization of their own personality, resistance of the organism as well as self-esteem. In this sense, the same stressful stimulus is distinctly perceived among people, which makes each response subjective and individual and reflected in the accumulative adaptation capacity during the experience of each being. Objective: To evaluate the perceived stress during the professional training of the different areas, through a literature review. Methods: It is an integrative review of the literature from demands of the Emergency Care Units, with bibliographic survey using the search tools Medline, Scielo, Google Scholar and Virtual Health Library, being used the search descriptors "UPA"; "Profile"; "Demand"; "Urgency" "Emergency"; "AIH". The data referring to the characterization of the study, sociodemographic features of the population, clinical demand and final considerations were considered for analysis. Results: After searching the databases and applying the eligibility criteria, a total of 7 studies were selected, corresponding to 5 original articles and 2 course completion papers. Conclusions: There was a need to make users aware of the real assignment of the emergency units, as low complexity procedures must be provided by primary care, as well as the lack of legislation that regulates the autonomy of nursing professionals for referral of patients to less complex units without the need for prior evaluation by the medical team.

KEYWORDS: UPA. PROFILE. DEMAND. URGENCY AND EMERGENCY.

1 - Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, GO, Brasil.

INTRODUÇÃO

O estresse é produzido a partir da interação humana com o meio ambiente físico e sociocultural, embora fatores pessoais (fatores psíquicos) e ambientais (físico e social) possam interagir para o seu surgimento e gerenciamento¹. Pode ser conceituado também como um “conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa e outras capazes de perturbar lhe a homeostase”. O sentir constante da tensão emocional e física leva ao estado de estresse, que ocorre cronicamente².

A percepção do estresse é inerente à condição humana e se manifesta em cada indivíduo que se predispõe com fatores singulares como a caracterização da própria personalidade, resistência do organismo bem como pela autoestima³. Nesse sentido, um mesmo estímulo estressante é percebido distintamente entre pessoas, o que torna subjetiva e individual cada resposta e refletida da capacidade de adaptação acumulável durante a vivência de cada ser⁴.

O processo adaptativo do organismo aos agentes estressores é chamado de Síndrome Geral da Adaptação, cujo curso divide-se em reação de alarme, caracterizado pela reação natural de fuga ou luta como defesa à uma ameaça; estágio de resistência, caracterizado pela tentativa do organismo em se adequar e, conseqüentemente reestabelecer seu equilíbrio, dada a permanência do estímulo de agressão; e o estágio de exaustão, caracterizado pelo esgotamento do organismo pelo excesso de atividades associada a constantes eventos de descontrole emocional, tendo em vista a persistência do fator estressante num indivíduo com incapacidade de adaptação⁵.

As diferentes situações de estresse podem ocorrer durante toda vida do indivíduo, no entanto, as mudanças adaptativas relacionadas ao processo de formação educacional pode refletir significativamente esse evento ao exigir o processo de ambientação às novas circunstâncias³. Entretanto, alguns fatores como idade, sexo, estado civil, filiação, atividade profissional e meio de transporte para mobilidade urbana são apontados como predisponentes para a instabilidade emocional durante o período acadêmico, o que pode ocasionar maior vulnerabilidade futura de estresse ocupacional⁶.

Nesse contexto, este estudo visou avaliar o estresse percebido durante a formação profissional das diversas áreas, por meio de uma revisão da literatura.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão da literatura sobre os fatores de risco associados ao estresse percebido durante o processo de formação profissional. Foram base de dados na busca da literatura a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), que inclui as

plataformas Lilacs e Medline, e o Scielo, e Google Acadêmico. As palavras chaves foram preteridas por maior abrangência dos termos, sendo utilizados as palavras “Fatores de Risco”, “Estresse”, “Percebido”, “Formação” e “Profissional”, com o operador booleano “and” entre as palavras-chave. O levantamento de dados foi realizado entre janeiro e março de 2020.

Os critérios de inclusão adotados para a seleção dos artigos foram: textos originais publicados e indexados nos bancos de dados de busca na íntegra em português ou inglês, com data de publicação entre 2016 e 2020; com a temática adotada com a proposta em cursos de graduação ou pós-graduação. Foram adotados como critérios de exclusão: limite de três artigos por curso considerando as publicações mais recentes; textos referentes a publicações de teses, dissertações e trabalhos de conclusão de curso; textos de opinião; textos no prelo e trabalhos ou textos duplicados.

Os estudos foram analisados quanto à caracterização metodológica (autoria, formação acadêmica, tipo de estudo e instrumento do estudo) fatores de risco para o estresse na formação observados nas considerações finais dos autores. Para avaliar o preenchimento do estudo dentro dos critérios de elegibilidade, foi realizado inicialmente a leitura do título e do resumo e, a partir do enquadramento ao proposto, foram avaliados na íntegra, com a extração e organização dos dados.

RESULTADOS

Um total de doze publicações foram selecionadas pela busca nas ferramentas de dados. Após a leitura do título e resumo, dois estudos foram desconsiderados por não enquadramento ao proposto pela revisão e outros três devido à publicação duplicada em ambas ferramentas consideradas para busca. Assim, um total de sete artigos perfizeram a amostra deste estudo, dos quais os corresponderam a graduandos em enfermagem (03), graduandos de ciências contábeis e administração (01), graduandos de fisioterapia (01), graduandos em medicina (01), pós-graduação, nível mestrado (01).

Ao analisar os estudos quanto a caracterização metodológica percebe-se que, quanto ao tipo de estudos, observou-se o que estudo do tipo transversal, quantitativo e descritivo foi encontrado em cinco artigos, seguido pelo estudo do tipo exploratório qualitativo com dois artigos.

Como instrumento para coleta de dados sobre o estresse, um estudo baseou-se na Escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem, dois utilizaram a Entrevista semiestruturada gravada, enquanto quatro autores optaram pela escala de estresse percebido (Quadro 1).

Nos estudos analisados diversos fatores de risco para a percepção do estresse foram apontados como pode ser encontrado no Quadro 2.

Quadro 01 - Distribuição dos estudos sobre estresse na formação de acordo com a caracterização do metodológica, Brasil. 2016-2020

AUTORIA DO ESTUDO	NÚMERO DE CASOS	FORMAÇÃO ACADÊMICA	TIPO DE ESTUDO	INSTRUMENTO DE PESQUISA
Yosetake <i>et al.</i> , 2018	570	Enfermagem	Estudo Transversal Descritivo Quanti Qualitativo	Escala de Estresse Percebido – (PSS-14)
Hirsch <i>et al.</i> , 2018	146	Enfermagem	Estudo Transversal Descritivo Quantitativo	Escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem
Moreira e Araújo 2017	15	Enfermagem	Estudo Exploratório Descritivo Qualitativa	Entrevista Semiestruturada Gravada
Costa <i>et al.</i> , 2019	227	Fisioterapia	Estudo Transversal Descritivo-Analítico Quantitativo	Escala de Estresse Percebido – (PSS-10)
Kam <i>et al.</i> , 2019	420	Medicina	Estudo Transversal Descritivo Quantitativo	Escala de Estresse Percebido – (PSS-14)
Silva <i>et al.</i> , 2018	684	Ciências Contábeis Administração	Estudo Transversal Descritivo Quantitativo	Escala de Estresse Percebido – (PSS-14)
Randons <i>et al.</i> , 2019	12	Pós-Graduação	Estudo Exploratório Descritivo Qualitativa	Entrevista Semiestruturada Gravada

Fonte: Base de dados - Biblioteca Virtual da Saúde, Scielo, Medline, Lilacs e Google Acadêmico

REVISÃO DA LITERATURA

O estresse percebido durante a formação profissional pode estar relacionado à variados fatores de risco reconhecidamente comuns entre diferentes indivíduos, embora as particularidades associadas à cada área de formação possam representar possibilidades sobrejacentes para o desgaste emocional, físico e social do discente.

Estudantes de graduação em enfermagem convivem com condições desgastantes em suas rotinas acadêmicas, o que torna a literatura abrangente quanto a diversos estudos envolvendo o respectivo grupo profissional como população de estudo. Monteiro et al (2007) apontam para diversos fatores de risco para o desenvolvimento de estresse que, na maioria das vezes, é incorporado à rotina ocupacional quando na inclusão no mercado de trabalho mediante a integralização do curso, e que se perpetuam durante a carreira profissional desses indivíduos⁶.

Por outro lado, Hirsch et al (2018) demonstrou que falta de tempo para descanso, lazer e convívio social são fatores de risco percebidos como causa para a sobrecarga, e consequente desgaste emocional, podendo levar a intensificação da percepção do estresse ocupacional vivenciado na universidade. Além disso, outros fatores descritos relacionam-se com o desafio da relação interpessoal entre professores e alunos, demonstrando-o como fator de impacto significativo na aquisição de conhecimento prático e, sobretudo na formação acadêmica; e na sobrecarga de cobranças, sempre justificadas pela adequação plausível

ao nível de conhecimento exigido, porém, sempre relacionadas à insatisfações dos docentes quanto aos resultados apresentados, gerando, assim, o sentimento de baixa aquisição de conhecimento⁷.

Entretanto, numa perspectiva sociointeracionista, segundo Vygotsky (2007) o professor deve desempenhar um papel significativo na construção do conhecimento, por meio da experiência de aprendizagem mediada, aceitando a capacidade natural do indivíduo para aprendizagem em consonância a sua cognição passível de mudanças através da mediação dessas intervenções. Sendo assim, a repetição de erros metodológicos deve ser refletida com a proposição de novas formas de intervenção no ensino aprendizagem, no intuito de aprimorar a construção do conhecimento, além da aproximação entre aluno e professor⁸.

Interessantemente, Moreira e Araújo (2017) observaram outro aspecto importante relacionado ao desconhecimento teórico sobre a conceituação básica de estresse, embora seu reconhecimento quanto à sinais e sintomas, bem como sua interrelação para progressão de algumas doenças crônicas seja compreendida⁹. Nesse sentido, Salami e Sarmiento (2011) apontam para a importância da participação de outro indivíduo de maior competência na mediação desse conhecimento para permitir a modificação cognitiva do aprendiz, que para ser considerada uma experiência exitosa, deve estar baseada em critérios da intencionalidade, significação e a transcendência¹⁰.

A mediação da aprendizagem estruturada por critérios e firmada em recursos pedagógicos contribui para o interesse em

Quadro 02 - Caracterização dos estudos de acordo com as considerações finais dos autores, Brasil, 2016-2020

AUTORIA DO ESTUDO	CONSIDERAÇÕES FINAIS DO ESTUDO
Yosetake <i>et al.</i> , 2018	Foram encontrados como principais resultados a sobrecarga descrita pelas participantes, bem como estressores relacionados ao curso e dificuldades no manejo do estresse. Dessa forma, concluíram que a rotina do estudante, somada à falta de tempo livre e de redes de apoio, pode ter influência na saúde mental e na percepção do estresse dos sujeitos.
Hirsch <i>et al.</i> , 2018	Observaram que os estudantes percebem a dimensão tempo e lazer como a maior causa do estresse universitário, e que falta de tempo para descansar, realizar atividades e lazer e de convívio social pode levar o acadêmico a sobrecarga e conseqüentemente ao desgaste emocional, percebendo assim o estresse de maneira mais intensa. Destacaram ainda a associação identificada entre a variável relacionamento com os professores e as dimensões conhecimento prático adquirido e formação acadêmica, demonstrando que as dificuldades de relacionamento entre professores e acadêmicos levam a percepção dessas dimensões como fatores estressores em potencial.
Moreira e Araújo 2017	Concluíram que as estudantes do último semestre de enfermagem, em sua maioria, não possuem conhecimento teórico sobre a definição de estresse, entretanto, compreendem os sinais e sintomas físico e psicológico que o estresse pode desencadear e a sua progressão para doenças crônicas. Também identificaram os fatores estressantes vivenciados pelas estudantes em sua vida pessoal e acadêmica, bem como as expectativas relacionadas ao futuro profissional, segundo sua percepção.
Costa <i>et al.</i> , 2019	Concluíram que é necessário o monitoramento preciso de informações sociodemográficas, níveis de ansiedade, estresse e qualidade de vida que estão relacionados à saúde do universitário e que podem interferir no seu desempenho acadêmico e atuação profissional, pois com o indivíduo estressado e ansioso, a sociedade e o mercado de trabalho receberão um cidadão e profissional já inapto, com chances menores de contribuir positivamente para a qualidade de vida dos pacientes e com maiores chances de frustração e insatisfação com a profissão.
Kam <i>et al.</i> , 2019	Observaram que os alunos do primeiro, segundo e terceiro ano foram identificados com maior nível de estresse e em fases mais avançadas quando comparados aos demais estudantes. Destacaram que o sexo feminino apresentou maior resultado para ambos os instrumentos, indicando que mulheres apresentam maior nível de estresse nesta amostra, demonstrando ainda que há uma porcentagem expressiva de alunos na fase de resistência e com níveis moderados de estresse durante a graduação.
Silva <i>et al.</i> , 2018	Quanto aos estressores que atingem os alunos, percebe-se que os mais frequentes estão relacionados à desmotivação e a alguns desapontamentos, e que os alunos, por vezes, criam grandes expectativas sem ter conhecimento da realidade que irão vivenciar. Dessa forma, inferiram que é preciso que os alunos busquem conhecer melhor o curso, as disciplinas e as características da profissão antes de fazer sua escolha profissional e mesmo durante a graduação, pensando nas decisões futuras que irão tomar quando concluírem o curso. Outro aspecto importante considerado pelos alunos referiu-se à organização do tempo para realizar todas as atividades inerentes à rotina universitária.
Randons <i>et al.</i> , 2019	Os fatores estressores identificados pelos autores no estudo foram a falta de tempo para realização das atividades exigidas pelo curso, a distância da família e dos amigos, a dificuldade de adaptação à nova rotina, a incerteza de suporte financeiro, doenças na família e auto exigência excessiva.

Fonte: Base de dados - Biblioteca Virtual da Saúde, Scielo, Medline, Lilacs e Google Acadêmico

aprender, sendo requisito importante para o desenvolvimento de competências, onde o mediador prepara as situações de aprendizagem e, com o passar do tempo, a experiência vivenciada permite o desenvolvimento da autonomia cognitiva¹⁰. Ademais os fatores já descritos, Moreira e Araújo (2017) argumentam sobre a necessidade da implementação de medidas preventivas para a redução do estresse ainda no meio acadêmico, vista como estratégia para efetivação satisfatória do processo de ensino aprendizagem, e conseqüentemente, a preparação profissional para os desafios a serem enfrentados⁹.

Yosetake et al (2018) observaram que acadêmicos em enfermagem apresentam a tendência de internalizar as características do curso como algo a ser definitivamente superado, não observando o autocuidado necessário a todo profissional de saúde. Esse aspecto foi apontado como preocupante tendo

em vista a reprodução desse estilo de vida pessoal e profissional, cujos impactos sobre a saúde e perda de redes de apoio são amplamente conhecidos devido a esse modelo culturalmente reproduzido sobre a conseqüente limitação de tempo para realização de outras atividades, consonante à extensa carga horária e necessidade de cumprimento de tarefas¹¹.

Silva et al (2018) em um estudo com acadêmicos em ciências contábeis e administração demonstrou que a desmotivação e desapontamentos na vivência da formação pode representar fatores de risco importantes para o desenvolvimento do estresse. A criação de expectativa sem o conhecimento real do mercado de trabalho, e da perspectiva profissional quanto à rotina e características da profissão, pode contribuir para a frustração causada pelo confronto da realidade a ser vivenciada pós formado. Além disso, aspectos relacionados à organização

do tempo para cumprimento das atividades da rotina universitária também representaram um desafio entre graduandos, portanto, um fator de risco a ser considerado¹².

Para Costa et al (2019) o estresse percebido pode estar associado ao aspecto mental e físico da qualidade de vida, atribuindo a isso o cumprimento, na maioria das vezes, de jornada dupla de trabalho, estudo e outras atividades habituais da rotina de estudantes de fisioterapia. Ademais, o impacto dos aspectos emocionais afeta o rendimento acadêmico, bem como a motivação do estudante interferindo em todo o desempenho individual e, conseqüentemente, tornando-o vulnerável ao esgotamento mental e ao cansaço¹³. Levantam ainda a hipótese de que a preocupação, a infelicidade e a insegurança podem influenciar a vida dos universitários desde o início do ensino superior até a formação profissional, podendo refletir, inclusive, no aspecto físico da qualidade de vida através da manifestação de dor e incapacidade funcional¹³.

A formação médica foi avaliada por Kam et al (2019) sendo observado o envolvimento de diversas situações causadoras de desgaste físico e psicológico, onde o estudante de medicina sob estresse apresenta um pior desempenho, comportamentos de culpa e medo, e conseqüentemente o favorecimento do adoecimento e do sentimento de incapacidade¹⁴.

Os autores, no entanto, observaram que a matriz curricular, com maior densidade de conteúdos teóricos e conceituais nos três primeiros anos do curso, indispensáveis para aplicação durante o ciclo clínico, torna os alunos susceptíveis a maior nível de exigência quanto ao próprio desempenho, o que representa a privação de tempo apenas para essa dedicação podendo significar o desenvolvimento do estresse¹⁴.

Na perspectiva de fatores de risco para estresse em nível de Pós Graduação, Radons et al (2017) demonstraram a falta de tempo para realização das atividades exigidas pelo curso, a distância da família e dos amigos, a dificuldade de adaptação à nova rotina, a incerteza de suporte financeiro, a existência de doenças na família e a auto exigência excessiva são aceitos como principais desencadeadores¹⁵.

Além disso, a presença de sintomas físicos, psicológicos e sociais são frequentemente presentes. Entretanto, os discentes assumem os sintomas descritos como parte do fenômeno de desenvolvimento profissional, salientando ainda mudanças positivas pós ingresso no curso, como aproximação familiar, desenvolvimento da maturidade, maior organização das atividades e desenvolvimento das habilidades comunicativas¹⁵.

Nesse contexto, pôde-se observar dentre os mecanismos para prevenção do estresse no ambiente educacional, o envolvimento institucional em todos seus aspectos, para permitir que o processo transitório entre níveis de ensino não seja responsável por eventos estressores recorrentes num indivíduo

incapaz para adaptação, mesmo que momentaneamente, com risco significativo para exaustão emocional e conseqüente adoecimento psíquico, físico e social.

CONCLUSÕES

O estresse como aspecto fundamental à vivência do processo de ensino-aprendizagem, sobretudo naqueles da graduação e pós graduação. A falta de tempo para lazer, descanso e convívio social são fatores de risco para estresse. A relação interpessoal entre aluno e professor, bem como a desmotivação e desapontamentos na vivência da formação também representam fatores de risco importantes.

Tendo em vista a abrangência e importância do assunto, novos estudos devem ser estabelecidos para expansão do conhecimento sobre a percepção do estresse entre profissões ainda não investigadas pelo meio científico.

REFERÊNCIAS

1. Keller B. Estudo comparativo dos níveis de cortisol salivar e estresse em atletas de luta olímpica de alto rendimento. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba – PR.
2. Delboni TH. Vencendo o stress. São Paulo: Makron, 1997.
3. Ramos SIV, Carvalho AJR. Nível de estresse e estratégias de coping dos estudantes do 1º ano do ensino universitário de Coimbra. Revista Psicológica. 2008.
4. Furnham A. The psychology of behaviour at work: the individual in the organization. New York: Psychology Press; 2005.
5. Selye HA. A syndrome produced by diverse nocuous agents. J Neuropsychiatry Clin Neurosci. 1998; 10(2):230-1.
6. Monteiro CFS, Freitas JFM, Ribeiro AAP. Estresse no Cotidiano dos Alunos de Enfermagem da UFPI. Escola Anna Nery Revista Enfermagem, 2007; 11(1):66-72.
7. Hirsch CD, Barlem ELD, Almeida LK, Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Ramos AM. Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. Texto Contexto Enferm, 2018; 27(1):1-11.
8. Vygotsky, L. S. (2007). A formação social da mente. SP: Martins Fontes.
9. Moreira TS, Araújo GF. Percepção de Estresse entre Discentes do Curso de Enfermagem de uma IES. Rev. Psic 2017; 11(35):479-491.
10. Salami M, Sarmento DF. Interfaces conceituais entre os pressupostos de L. S. Vygotsky e de R. Feuerstein e suas implicações para o fazer psicopedagógico no ambiente escolar. Revista Psicopedagogia 2011; 28(85):76-84.
11. Yosetake AL, Camargo IML, Luchesi LB, Gherardi-Donato ECS, Teixeira CAB. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog 2018; 14(2):117-124.
12. Silva TD, Pereira JM, Miranda GJ. O estresse em graduandos de ciências contábeis e administração. Advances in Scientific and Applied Accounting 2018; 11(2):330-350.
13. Costa KLF, Simões LO, Souza NFL, Andrade VSM, Chaves CMCM, Lopes RA. Avaliação dos níveis de ansiedade, estresse e qualidade de vida em acadêmicos de Fisioterapia. Fisioter Bras 2019; 20(5):659-67.
14. Kam SXL, Toledo ALS, Pacheco CC, Souza GFB, Santana VLM, Bonfá-Araújo B, Custódio CRSN. Estresse em Estudantes ao longo da Graduação Médica. Revista Brasileira De Educação Médica 2019; 43(1):246-253.
15. Radons DL, Cunha LV, Lucca C. O estresse no contexto acadêmico: um estudo com alunos da pós-graduação. Revista Unifamma 2017; 16(2):1-21.