

# ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DE MEDICINA

## STRESS LEVEL ANALYSIS IN STUDENTS OF THE MEDICINE

João Manoel Palmeira Ferrato Gomes<sup>1</sup>  
Rodrigo Franco de Oliveira<sup>2</sup>

### Resumo

Em estudos epidemiológicos tem sido observada tendência de aumento da incidência das doenças cardiovasculares em todo o mundo. O desenvolvimento destas doenças pode ser ampliado por fatores como hipertensão arterial, tabagismo, sedentarismo, obesidade, estresse e dislipidemias. Sendo assim, este estudo tem como objetivo verificar e analisar os fatores comportamentais e biológicos de risco cardiovascular em acadêmicos do 1º, 4º e 8º períodos, do curso de medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA campus Anápolis por meio de um estudo de corte transversal. O “n” amostral foi de 115 indivíduos que responderam questionários e foram avaliados fisicamente. Houve uma alta prevalência, nos estudantes, no que se refere ao nível de estresse, visto que em todos os períodos analisados os alunos que sofrem com estresse foram maioria.

**Palavras-Chave:** Doenças Cardiovasculares. Estresse. Estudante.

### 1. Introdução

As doenças cardiovasculares são hoje a principal causa de morte na sociedade contemporânea, sendo que se deve tanto a fatores de risco modificáveis, quanto a não modificáveis, os quais estão diretamente relacionados à alta prevalência e incidência dessas enfermidades (MOZAFFARIAN et al., 2016; ROTH et al., 2015). A melhor maneira de se prevenir uma doença cardiovascular é por meio da promoção de um estilo de vida saudável, na qual se tenha um maior controle dos principais fatores de risco. Estes foram definidos pela American Heart Association como os “Life Simple 7”, que incluem tabagismo, dieta, atividade física, índice de massa corpórea (IMC), pressão arterial sistêmica (PAS), colesterol total e glicemia de jejum. (LUO et al., 2019). Contudo, é importante ressaltar que existem outros fatores de risco relacionados aos agravos cardiovasculares, sendo que alguns deles, como o estresse, vem crescendo cada vez mais nos últimos anos, especialmente em estudantes de medicina, que lidam com cargas horárias exaustivas e inúmeras obrigações acadêmicas. (BARBOSA et al., 2015; DA NOBREGA; DE CASTRO; DE SOUZA, 2007).

<sup>1</sup> Discente (Medicina, Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA, Brasil). minelgomes99@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutor em Engenharia Biomédica (Fisioterapia, Universidade do Vale da Paraíba, Brasil). Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA. rodrigofranco65@gmail.com

## 2. Objetivo

Verificar e analisar o nível de estresse em acadêmicos do 1º, 4º e 8º períodos, do curso de medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA campus Anápolis por meio de um estudo de corte transversal.

## 3. Método

O estudo de corte transversal foi desenvolvido com acadêmicos do 1º, 4º e 8º períodos do curso de medicina da UniEVANGÉLICA. O cálculo amostral foi realizado levando em consideração a regressão linear bivariada, poder amostral de 95%, nível de significância de 5%, sendo necessário 115 alunos de uma população de 294. Foram recrutados 78 alunos do ciclo básico e 37 alunos do ciclo clínico. O cálculo foi realizado no pacote estatístico G\*Power (versão 3.0). A técnica de amostragem foi por sorteio (aleatória). Os acadêmicos foram abordados na sala de aula onde os mesmos foram devidamente identificados e tomaram ciência do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o assinaram. Em seguida, responderam o questionário da Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10) e foram liberados a voltar para suas atividades.

Por se tratar de um projeto de pesquisa que envolve seres humanos, todos os procedimentos seguiram as recomendações da resolução número 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa sob o número de parecer 4.321.834. Toda estatística foi realizada por meio do software SPSS IV.23.0, tendo sido estabelecido um intervalo de confiança de 95% e nível de significância de 5% para todos os testes aplicados ( $P < 0,05$ ). Utilizou-se os testes de Qui-Quadrado e os dados utilizados foram expressos em Frequência e Porcentagem. Quando necessário foi adotado a correção de Likelihood Ratio.

## 4. Resultados

Em relação ao total de alunos nos 3 períodos analisados (115), nota-se que 75 obtiveram score  $> 20$  na EPS-10, ao passo que 40 tiveram score  $< 20$  de acordo com a mesma escala. Sendo assim, é perceptível que alunos com estresse (score  $> 20$ ) são a maioria nesse contexto.

Em relação aos alunos cujo nível de estresse teve score  $> 20$  (75), percebe-se que 36% (27) correspondem a alunos do 1º período, 36% (27) a alunos do 4º período e 28% (21) a alunos do 8º período, caracterizando os períodos do ciclo básico como aqueles que mais causam estresse.

Quando realizada uma análise individual acerca de cada um dos períodos, percebe-se que tanto no 1º quanto no 4º período, 27 dos alunos tiveram score  $> 20$ , ao passo que apenas 12 tiveram

score < 20. Já no 8º período, 21 obtiveram score > 20, e 16 obtiveram score < 20. Logo, é notório que os ciclos básicos são compostos predominantemente por alunos que sofrem com estresse, à medida que no ciclo clínico analisado, apenas pouco mais da metade sofre com o mesmo transtorno, de acordo com a EPS-10.

**Tabela 1:** Nível de estresse dos participantes.

| NÍVEL DE ESTRESSE | 1º Período<br>n = 39 | 4º Período<br>n = 39 | 8º Período<br>n = 37 | TOTAL       | P – valor |
|-------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-------------|-----------|
| Score <20         | 12 (30,0%)           | 12 (30,0%)           | 16 (40,0%)           | 40 (100,0%) | 0,428     |
| Score >20         | 27 (36,0%)           | 27 (36,0%)           | 21 (28,0%)           | 75 (100,0%) | 0,428     |

## 5. Conclusão

Deve-se destacar que os resultados obtidos provavelmente se devem à uma maior dificuldade imposta aos discentes no 1º período, visto que eles se encontram frente à uma realidade jamais vivenciada anteriormente. Afinal, sabe-se que o curso de Medicina possui uma extenuante carga horária, a qual requer difícil adaptação inicial, podendo afetar diretamente a saúde emocional daqueles que acabaram de ingressar. Além disso, espera-se que os estudantes do 4º período também apresentem maior carga de estresse e ansiedade, pois eles estão prestes a entrar no ciclo clínico, o que costuma gerar uma série de dúvidas e incertezas a respeito da capacidade em lidar com essa nova fase. Já aqueles que se encontram prestes a terminar o ciclo clínico, tendem a lidar melhor com as adversidades e com a pressão que o curso de impõe, visto que já passaram por diversas avaliações e situações durante os seus 4 anos iniciais no curso. Entretanto, é importante destacar que os alunos que lidam com estresse ainda são maioria no 8º período, o que é justificado pela ansiedade que envolve a fase pré-internato.

## Referências

- BARBOSA, R. R. et al. Estudo sobre Estilos de Vida e Níveis de Estresse em Estudantes de Medicina. **Internacional Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 28, n. 4, p. 313-319, 2015.
- DA NOBREGA, A. C. L.; DE CASTRO, R. R. T.; DE SOUZA, A. C. Estresse mental e hipertensão arterial sistêmica. **Revista Brasileira de Hipertensão**, v. 14, n. 42, p. 1981-1987, 2019.
- LUO, W.S. et al. Interaction of tobacco smoking and alcohol consumption with obesity on cardiovascular disease in a Chinese cohort. **Coronary Artery Disease**, v. 30, n. 30, p. 1-6, 2019.
- MOZAFFARIAN, D. et al. Heart Disease and Stroke Statistics - 2016 Update: A Report From the American Heart Association. **Circulation**, [S. l.], v. 133, n. 4, p. e38-e360, 26 jan. 2016.
- ROTH, G. A. et al. Demographic and Epidemiologic Drivers of Global Cardiovascular Mortality. **The New England Journal of Medicine**, [S. l.], v. 372, p. 1333-1341, 2 abr. 2015.