

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO
RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Autor(es): LUIZA AUGUSTA ROSA ROSSI BARBOSA, LAILA ANTONIANNY SANTOS, MIRNA ROSSI BARBOSA MEDEIROS, CARLA GABRIELA DA COSTA LIMA

Nível de estresse, ansiedade e qualidade de vida em acadêmicos de Fonoaudiologia

Introdução

O ingresso à universidade se relaciona a uma série de mudanças pessoais, onde são notáveis as expectativas dos ingressantes, porém é necessária a compreensão dos obstáculos identificados pelos acadêmicos no processo de integração e adaptação, onde os mesmos necessitam se abdicar do seu tempo livre de vida pessoal, de lazer, de relacionamentos afetivos e de prática de atividades físicas, em detrimento de uma carga exaustiva de trabalhos que necessitem de habilidades variadas e excedam os limites de estresse, principalmente para aqueles que seguem uma jornada dupla de trabalho e a acadêmica (MARINHO; FLELTH; ALMEIDA, 2015; SILVA; DIAS; TEIXEIRA, 2012).

O impacto com a rotina universitária pode causar sentimentos de ansiedade e expectativa, associadas às dúvidas em relação à profissão escolhida e quanto ao sucesso com o futuro profissional, o que pode comprometer essa fase da vida e influenciar nos aspectos emocionais do acadêmico (OLIVEIRA e BITTENCOURT, 2014).

É necessário identificar os fatores que afetam a saúde dos acadêmicos, para que a equipe docente e a instituição de ensino se torne ciente sobre as características dos seus alunos e as dificuldades enfrentadas no processo de formação, facilitando a criação de estratégias que visem prevenir possíveis sintomas e promover o bem-estar pessoal, a fim de que o estudante tenha uma diminuição no sofrimento psicológico e uma formação de qualidade (NETTO, SILVA, COSTA, 2012; OLIVEIRA & BITTENCOURT, 2014; CARVALHO, BERTOLINI & MIRLANI, 2015).

O objetivo desta pesquisa foi avaliar o nível de estresse, ansiedade e qualidade de vida em acadêmicos de Fonoaudiologia e investigar a relação entre estas variáveis.

Material e métodos

Este estudo se caracterizou como uma pesquisa quantitativa, transversal, com análises comparativas, realizado com os acadêmicos do 1º, 5º e 8º períodos do curso de graduação em Fonoaudiologia de uma instituição de ensino superior privada do município de Montes Claros – MG. Foram excluídos do estudo os acadêmicos que possuíam idade menor que 18 anos.

Para a coleta de dados referente aos aspectos sociodemográficos, hábitos e estilo de vida aplicaram-se os seguintes instrumentos: Questionário elaborado pelos próprios autores com informações sobre idade, gênero, estado civil, filhos e período de graduação; Questionário de Saúde Geral (QSG-12); Questionário de Ansiedade de Beck. A qualidade de vida foi avaliada pelo questionário SF-12.

A coleta foi realizada na própria faculdade onde estudam, em horário combinado previamente com os professores. Os pesquisadores explicaram os objetivos e a condução da pesquisa e, em seguida, os estudantes responderam os questionários, de forma autoaplicável.

Para o tratamento estatístico foi utilizado o programa IBM SPSS™ (*Statistical Package for Social Sciences*) versão 19.0. A análise foi feita de forma descritiva, utilizando cálculos de frequência absoluta e relativa, e teste de correlação de Spearman para verificar correlação entre estresse, ansiedade e qualidade de vida.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisas (CEP) da Sociedade Educativa do Brasil (SOEBRAS), sob o parecer 1.555.016, de maio de 2016.

Resultados e discussão

Dos 50 acadêmicos entrevistados, a grande maioria é do sexo feminino (82%), solteira (82%) e 42 (84%) não tem filhos. A idade variou entre 10 e 46 anos. Com relação à moradia, 20% residem com os pais, 34% com familiares, 6% moram sozinhos, e 40% residem com outras pessoas.

A tabela 1 apresenta a prevalência de estresse, ansiedade e qualidade de vida ruim dos acadêmicos. A maioria dos acadêmicos apresentou sintomas de estresse, que corresponde a um escore acima de quatro pontos. É comum que o estresse apareça ao longo de toda a vida universitária em vários contextos, em especial pelas exigências de alto desempenho, concentração de esforços, rotina de estudos, competitividade entre outros fatores (ASSIS et al, 2013). Aproximadamente metade dos acadêmicos possui uma qualidade de vida ruim. Estudo realizado com 532 acadêmicos

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

de Fonoaudiologia de 18 cursos brasileiros observou que os acadêmicos atribuíram baixos escores à qualidade de vida no curso em relação à sua qualidade de vida geral, com desempenho semelhante ou até pior que estudantes de Medicina, em alguns domínios (TEMPSKI, et al., 2014).

A Tabela 2 apresenta a correlação entre estresse, ansiedade e qualidade de vida. Houve correlação entre estresse e ansiedade, entre o componente mental da qualidade de vida e estresse, e entre o componente mental e a ansiedade, ou seja, quanto maior o nível de ansiedade, maior também o nível de estresse, e pior os escores de qualidade de vida. É comum que estudantes apresentem estes sintomas em conjunto, uma vez que os acadêmicos se tornam mais vulneráveis a problemas emocionais, devido à maior probabilidade de se deparar com situações de mal estar (CRUZ, PINTO, ALMEIDA, 2010).

Assim, é importante que os fatores que comprometem a saúde dos estudantes sejam analisados, culminando em programas e estratégias que visem melhorar a qualidade de vida, principalmente dos cursos que fazem parte da área da saúde, em que é preciso “ter saúde” para “promover saúde”.

Conclusões

Um número significativo de estudantes apresentou sintomas de estresse, ansiedade, além de qualidade de vida ruim. Houve correlação entre estes sintomas, indicando que quanto maior o nível de estresse e de ansiedade, pior é a qualidade de vida no domínio mental.

Por se tratar de uma população com média de idade jovem, inserida em um curso da área da saúde, que aprende a promover para a população um estilo de vida saudável, é necessário que as Instituições de Ensino Superior discutam estratégias que visem a promoção de saúde e a prevenção de sintomas que comprometem a saúde mental dos acadêmicos.

Referências bibliográficas

- ASSIS, C. L., SILVA, A. P. F., SOUZA LOPES, M. et al. Sintomas de estresse em concluintes do curso de Psicologia de uma faculdade privada do norte do País. *Mudanças-Psicologia da Saúde*, v. 21, n. 1, p.23-28, 2013.
- CARVALHO, E. A. BERTOLINI, S. M. M. G. MILANI, R. G. et al. Índice de Ansiedade em Universitários Ingressantes e Concluintes de uma Instituição de Ensino Superior. *Ciência, Cuidado e Saúde*, Maringá- PR, v. 14, n. 3, p. 1290-1298, 2015.
- CRUZ, C. M. V. M.; PINTO, J. R.; ALMEIDA, M.; et al. Ansiedade nos estudantes do ensino superior. Um Estudo com Estudantes do 4º Ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem da Escola Superior de Saúde de Viseu. *Instituto Politécnico de Viseu*, Portugal, n. 38, p. 223- 242, jun. 2010.
- MARINHO-ARAÚJO, M. C. et al. Adaptação da Escala Expectativas Acadêmicas de Estudantes Ingressantes na Educação Superior. *Revista de Avaliação Psicológica*, Brasília, v.14, n.1, p. 133-141, 2015.
- NETTO, R. S. M.; SILVA, C. S.; COSTA, D. et al. Nível de Atividade Física e Qualidade de vida de Estudantes Universitários da área de Saúde. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, João Pessoa, ano 10, n. 34, out-dez, 2012.
- OLIVEIRA, J. L. L.; BITTENCOURT, Z. Z. L. C. Atividades extracurriculares e qualidade de vida de alunos de Fonoaudiologia. *Serv. Soc. & Saúde*, Campinas, v.13, n. 1, p. 141-150, jan-jun, 2014.
- SILVA, J. L. L.; DIAS, A. C.; TEXEIRA, L. R. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. *Revista Aquichán*, Colômbia, v.12, n.2, p. 144-159, maio-ago. 2012.
- TEMPSKI, P. Z., MARTINS, M. A., SILVEIRA, P. S. P. et al. Qualidade de Vida do Estudante. In: Marchesan, I. Q, Silva, H. J., Tomé, M. C. *Tratado das Especialidades em Fonoaudiologia*. São Paulo (SP):Roca, 2014, p.1101-1105.

10^o

FEPEG

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Tabela 1. Prevalência de estresse, ansiedade e qualidade de vida ruim em acadêmicos de Fonoaudiologia.

Variáveis	n	%
Estresse		
Presente	27	54,0
Ausente	23	46,0
Ansiedade		
Mínima/Leve	35	70,0
Moderada/Grave	15	30,0
Qualidade de vida – Componente Físico		
Bom	26	52,0
Ruim	24	48,0
Qualidade de vida – Componente Mental		
Bom	25	50,0
Ruim	25	50,0

Tabela 1. Correlação entre estresse, ansiedade e qualidade de vida.

Variáveis	Estresse	Ansiedade	Componente Físico
Estresse			
Ansiedade	0,410 (0,003)		
Componente Físico	0,11 (0,940)	-0,251 (0,079)	
Componente Mental	-0,471 (0,001)	-0,446 (0,001)	-0,153 (0,290)