



VII Congresso de Pesquisa e Extensão da
FSG
V Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



**PERCEPÇÕES SOBRE COMPORTAMENTO E SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES
DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA IES**

Lisarb Ribeiro^a, Cássia Ferrazza Alves^{a*}

a) FSG – Centro Universitário

*Autor correspondente (Orientador)

Cássia Alves, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias
do Sul - RS - CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Estudantes, Enfermagem, Psicologia,
Saúde Mental.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO: Considerando a importância saúde mental dos profissionais do cuidado, se faz importante refletir a formação destes futuros profissionais, que possuem como premissa básica das relações de trabalho, o cuidado para com o outro. Profissões como a Enfermagem e a Psicologia trilham suas carreiras sobre uma linha tênue que separa a saúde da doença, o que reflete intrinsecamente na saúde mental do indivíduo. Em pesquisa no ano de 2004 o Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE) identificou que 36,9% estudantes da área da saúde de instituições federais participantes, sofreram alguma dificuldade emocional no final da graduação, em 2011 o número aumentou para 47,7% (FONAPRACE,2011). Desta forma, torna-se essencial um olhar atento para a formação dos profissionais da saúde. **MATERIAL E MÉTODOS:** A amostra pesquisada foi composta de 75 estudantes da graduação em Psicologia e 35 da graduação em Enfermagem, cursando entre sétimo e décimo semestres, estes, já envolvidos com as atividades práticas curriculares pertinentes às áreas de formação. Os alunos responderam a um breve inventário sociodemográfico, abordando questionamentos relativos ao seu cotidiano pessoal e comportamental. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Foi possível identificar características marcantes da amostra analisada, expostas a seguir: 88% dos participantes declararam gênero feminino, contra 12% masculino, tal resultado pode ser atribuído ao fator histórico, de que os atos e profissões do cuidado são realizados por mulheres (DALMOLIN *et al* 2012). A faixa etária prevalente dos estudantes está entre 18 e 25 anos, correspondendo a 61% dos pesquisados, no que compete a idade, Carlotto e Câmara (2008) afirmam que quanto menor a idade, maior a exaustão emocional dos estudantes, devido à falta de experiência e a dúvida, do que podem ou não fazer em âmbitos profissionais. Em relação a participação de grupos

ou associações relativas à área de atuação, 61% informou que não participa de nenhuma atividade extracurricular, dividindo pouco suas expectativas e frustrações. A troca de experiências e vivências relativas à profissão, proporciona a criação e compartilhamento de soluções de problemas inerentes à prática profissional (APA,2005). Os distúrbios do sono, caracterizam um dos primeiros sintomas da ocorrência de estresse, o pouco tempo para o descanso e longas jornadas, são alguns dos aspectos que interferem na qualidade do sono, Simões e Bianchi (2016), identificaram que 74% dos profissionais e estudantes, atuantes na área da enfermagem, apresentavam má qualidade do sono. Na amostra participante deste estudo, 32% relata que dormem efetivamente 6 horas por noite ou menos. A Organização Mundial da Saúde-OMS (2014) afirma que, pelo menos 150 minutos de atividade física com intensidade moderada, pode trazer benefícios fisiológicos e psicológicos, estimulando a autoestima e sensação de bem-estar, e que, 30% dos jovens acima de 15 anos, não realiza atividade física, o que corrobora com o resultado apurado com os participantes desta pesquisa, visto que 54% dos entrevistados declarou não realizar atividades regulares. O acompanhamento psicológico, além de promover o autoconhecimento, contribui para a elaboração de estratégias de enfrentamento das dificuldades diárias, estimulando a construção de recursos ao indivíduo, trabalhando as emoções, a ansiedade, entre outras necessidades do sujeito (PEREIRA, 2014). Destaca-se como positivo o resultado obtido na amostra em questão, visto que 66% dos entrevistados declararam realizar acompanhamento psicoterápico. No que compete ao estudo conciliado ao trabalho, seja ele na área de escolha da graduação ou não, aumenta significativamente a ocorrência de sintomas de estresse de acordo com Silva *et al* (2016). O presente estudo avaliou que 68% dos participantes trabalham, destes, 34% superando 40 horas semanais. A busca pela subsistência, ou por complemento da renda em profissões da área da saúde, são marcadas por longas jornadas ou conciliação de empregos, a diminuição do descanso diário é um fator de grande relevância, no que compete à ocorrência do adoecimento mental. (SKOREK, SOUZA e BEZERRA, 2013). **CONCLUSÃO:** O estudo propiciou a oportunidade de identificar alguns dos padrões comportamentais apresentados pelos estudantes em final de graduação de Enfermagem e Psicologia. Muitos são os fatores que devem ser avaliados quando abordamos a saúde mental dos estudantes, a fim de contribuir para uma preparação destes futuros profissionais. A criação de espaços para discussão, como rodas de conversa, grupos de reflexão, atividades de apoio, explorando a temática de saúde mental e a promoção de hábitos saudáveis, envolvendo discentes e docentes, pode configurar uma alternativa positiva, tornando os estudantes conscientes de seus sentimentos, comportamentos e práticas, aumentando o

desenvolvimento de suas estratégias de enfrentamento, contribuindo para a sua própria saúde mental, assim como a saúde das pessoas que recebem seu cuidado.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Not going it alone: peer consultation groups** [online]. Washington, DC: APA; 2005[cited nov 2014]. Disponível em: <http://www.apapracticecentral.org/ce/self-care/peer-consult.aspx>. Acesso em 31 out 2018.

CARLOTTO, M. S., & CÂMARA, S. G. (2008). **Preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários**. Pensamento Psicológico, 4(10), 101-109. Disponível em: <http://revistas.javerianacali.edu.co/javevirtualoj/index.php/pensamientopsicologico/article/view/95>. Acesso em:31 out 2018.

DALMOLIN, G.L.; LUNARDI, V.L.; BARLEMELD, R.S. **Implicações do sofrimento moral para os (as) enfermeiros (as) e aproximações com o Burnout**. Texto Contexto Enferm. v.21, n.1, p.200-8, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n1/pt_0104-1169-rlae-22-01-00035.pdf Acesso em: 15 out. 2018.

FONAPRACE- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. (2004). Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior. Brasília: Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2265588&pid=S1808-5687201400010000200023&lng=pt. Acesso em 04 de set 2019

FONAPRACE- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis. (2011). Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior. Brasília: Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2265590&pid=S1808-5687201400010000200024&lng=pt Acesso em: 04 set 2019

OMS, Organização Mundial da Saúde, **Atividade Física –Folha Informativa**, Genebra, edição 385,2014.Disponível:<http://actbr.org.br/uploads/conteudo/957_FactSheetAtividadeFisicaOMS2014_port_REV1. Acesso em 26 out 2018.

PEREIRA, Ana Maria T Benevides. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. 4 ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

SKOREK, J.; SOUZA, R.A.; BEZERRA, R.M. **Burnout syndrome in nursing professionals working in intensive care unit**. J Nurs UFPE on line. v.7(ESP), p.6174-83, 2013. Disponível em: <http://srv02.fainor.com.br/revista/index.php/memorias/article/download/750/415>. Acesso em: 28 out. 2018.

SILVA, E. B. D. et al. **A Influência do trabalho no nível de estresse em estudantes de psicologia**. REBES- ISSN. Pombal, v. 6, n. 3, p. 23-25, jul/set, 2016.Disponível em:<http://oaji.net/articles/2017/2628-1515416917.pdf>. Acesso em: 24/10/2018.

SIMÕES, J. BIANCHI, L. **Prevalência da Síndrome de Burnout e qualidade do sono em trabalhadores técnicos de enfermagem**. Revista Saúde e Pesquisa, v. 9, n. 3, p. 473-481, set. /dez. 2016 - ISSN 1983-1870 - e-ISSN 2176-9206. Disponível em: <http://fi-admin.bvsalud.org/document/view/yw9ja>. Acesso em: 14 mai 2018.

TARNOWSKI, M.; CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout em estudantes de Psicologia**. Temas em psicologia, Ribeirão Preto, v. 15, n. 2, p. 173-180, 2007. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2007000200004. Acesso em:30 out. 2018.