

# Avaliação do estresse em estudantes concluintes de terapia ocupacional

Beatriz Palombarini Sanches, Nilson Rogério da Silva, Meire Luci Silva

Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Estadual Paulista - Unesp, Marília, SP, Brasil.

**Resumo:** Introdução: A preparação para a prática profissional, concomitante com o processo de amadurecimento pessoal dos estudantes concluintes de curso, pode desencadear situações de estresse. Objetivo: A presente pesquisa teve por objetivo avaliar a prevalência de indicadores de estresse em 31 estudantes concluintes do curso de Terapia Ocupacional de uma universidade pública. Método: Para a coleta de dados, foram utilizados um roteiro de entrevista semiestruturada para caracterização do perfil dos participantes e o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp. Resultados: Os resultados indicaram que todos pertenciam ao gênero feminino, com média de idade de 21 anos e 4 meses, e eram solteiras. A maioria (84%) apresentou indicadores de estresse em algumas das fases, com predomínio da fase de resistência (61,5%), seguido da exaustão (34,6%). Os estudantes relataram dificuldades no cumprimento das regras de estágio, diminuição do tempo para lazer e descanso, sentiram-se afetados emocionalmente pelos problemas dos pacientes e referiram boas relações com supervisores e colegas de estágio. Conclusão: Os resultados revelam a necessidade de suporte emocional como fator primordial para o sucesso acadêmico e profissional dos estudantes.

**Palavras-chave:** *Estudantes, Estresse, Terapia Ocupacional.*

## Evaluation of stress in students graduating from Occupational Therapy

**Abstract:** Introduction: Preparation for professional practice concurrent with personal growth of the students graduating from Occupational Therapy can trigger stress. Objective: The present research aimed to evaluate the prevalence of stress indicators in 31 students graduating from the course of occupational therapy of a public University. Method: Data were collected through a semi-structured interview for characterization of the profile of the participants and the Lipp Stress Symptoms inventory. Results: The results indicated that all were female, age of 21 years and 4 months old and single. The majority (84%) presented indicators of stress in some phases, with predominance of resistance (61.5%), followed by exhaustion (34.6%). Students have reported difficulties in meeting the training rules, reduced recreation and leisure time, emotional involvement with the patients problems. They also reported good relationship with supervisors and students. Conclusion: The results reveal the need for emotional support as a primary factor for the students' academic and professional success.

**Keywords:** *Students, Stress, Occupational Therapy.*

## Introdução

Com base na Resolução CNE/CES nº 6, de 19 de fevereiro de 2002, da Câmara de Educação Superior do Conselho Nacional de Educação, o curso de graduação de Terapia Ocupacional tem como perfil formar um profissional generalista, humanista, crítico e reflexivo, capacitado em todas as suas dimensões e pautado em princípios éticos, no campo clínico-terapêutico e preventivo das práticas de terapia ocupacional. O curso deve possuir a carga horária mínima de 3.200 horas, das quais 20% devem ser reservados para os estágios curriculares obrigatórios.

A Resolução nº 451, de 26 de fevereiro de 2015, do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), considera o estágio como:

[...] um ato educativo supervisionado, desenvolvido em diversos cenários de práticas, no contexto de articulação ensino-serviço, no ambiente de trabalho e que visa à formação para o trabalho produtivo [...], ao aprendizado, à aquisição de competências e habilidades próprias da especificidade da atividade profissional, bem como da vivência da prática multi, inter e transdisciplinar à contextualização curricular, objetivando o desenvolvimento do acadêmico para o trabalho e para a vida cidadã (CONSELHO..., 2015, p. 1).

O estágio configura etapa especial no processo de formação acadêmica, permitindo a articulação dos conceitos adquiridos no decorrer do curso, sejam de natureza teórica, sejam de natureza prática, bem como a sua aplicação no cuidado para com os pacientes dos diferentes serviços de assistência (RIBEIRO; AMARAL, 2008). Também possibilita aos estudantes o desenvolvimento e o aprimoramento de habilidades e de saberes na prática profissional (MESTRINER JUNIOR et al., 2011). Ressalta-se a importância da multiplicidade de locais para exercício da prática profissional e a interação com profissionais e equipes como elementos essenciais para favorecer a formação de estudantes com potencial argumentativo (DOMINGUES; AMARAL; ZEFERINO, 2009). Os autores apontam ainda que o primeiro estágio curricular pode gerar nos estudantes sentimentos contraditórios, pois, ao iniciar as atividades, eles experimentam a inserção na profissão e vivenciam a inquietude compartilhada por estudantes que já passaram pela experiência prática.

Na posição de aprendiz, o aluno necessita de tempo para poder controlar suas emoções, entender e aceitar suas dificuldades, havendo, assim, a necessidade de um período de adaptação. O caráter

estressante do início de um exercício profissional, concomitante com as características individuais de cada sujeito, tem sido indicado como fatores responsáveis ou desencadeantes de transtornos emocionais em estudantes, principalmente da área da saúde (FRANCO, 2001). Entre esses problemas de saúde, destaca-se o estresse, o qual compreende a interação entre características pessoais, o ambiente e as relações estabelecidas, exigindo do estudante a mobilização de competências que, quando não presentes, podem constituir riscos ao seu bem-estar, físico e mental, capazes de desencadear processos de adoecimento (FRANÇA; RODRIGUES, 2011).

O estresse é considerado uma síndrome de adaptação geral enfrentada pelo indivíduo diante da presença de um estímulo agressor, podendo ocasionar diferentes tipos de reações, como fuga ou enfrentamento (SELYE, 1965). Caracteriza-se por uma condição de tensão física e mental capaz de desencadear desequilíbrio nas funções corporais, diminuição da imunidade e propensão ao surgimento de doenças (LIPP; MALAGRIS; NOVAIS, 2007). Segundo Selye (1965), é composto por três fases: alerta, resistência e exaustão. Lipp (2003) sugere a inclusão da fase de quase exaustão, intermediária entre a fase de resistência e a de exaustão.

A fase de alerta, considerada positiva, ocorre a partir do contato com o agente estressor, exigindo uma preparação do organismo, um estado de prontidão e uma resposta que, se não for adequada, acarretará problemas, sendo comum nessa etapa alterações no sono, irritabilidade e tensão muscular. A fase de resistência decorre da permanência do agente estressor ou do aumento da sua intensidade, requerendo do organismo uma resposta adaptativa que, na possibilidade de não ocorrer, pode causar enfraquecimento e predispor a doenças. Nessa etapa, são comuns os sintomas dificuldade de memorização, concentração, irritabilidade, diminuição da libido e cansaço físico. Na fase de quase exaustão, o estado de tensão é elevado e de difícil controle, ocorrendo depreciação da capacidade física e emocional; além disso, desconfortos e doenças são comuns, sobretudo aquelas consideradas oportunistas que tendem a aumentar com a queda da imunidade, sendo frequentes sintomas de insônia, quase inexistência de libido, cansaço, diminuição da capacidade produtiva, ansiedade e alterações de humor. A fase de exaustão diante da impossibilidade do corpo em reagir ao estressor pode causar a exaustão física e psicológica, havendo necessidade de suporte profissional para ações de enfrentamento, fase em que ocorre a manifestação de insônia, baixa produtividade, depressão, problemas gástricos e desinteresse por contato social (LIPP; MALAGRIS; NOVAIS,

2007). Em pesquisa com estudantes de Medicina do 11º e 12º períodos do curso, foram identificadas situações de estresse e de sofrimento devido ao excesso de atividades acadêmicas teóricas e práticas, levando ao comprometimento do lazer e a dificuldades para harmonizar aspectos da vida acadêmica e pessoal (MEYER et al., 2012; AGUIAR et al., 2009; MOREIRA; VASCONCELLOS; HEATH, 2015). Na mesma direção, foram encontrados resultados similares quanto à presença de estresse, de preocupações e de incertezas em relação às perspectivas profissionais em estudantes de Fisioterapia (SANTOS et al., 2012).

Langoski et al. (2014) identificaram a presença de estresse em estudantes concluintes de Odontologia relacionada às demandas burocráticas, às formas de avaliação e à sobrecarga de atividades acadêmicas. Indicadores de estresse e de depressão foram identificados em estudantes concluintes de Enfermagem, com destaque para a necessidade de suporte emocional para enfrentamento das dificuldades (MOREIRA; FUREGATO, 2013), bem como diferentes e significativos níveis de estresse em estudantes de Psicologia (ASSIS et al., 2013).

Conforme descrito nos estudos anteriores, na trajetória de formação acadêmica do estudante da área da saúde foram verificadas sobrecarga de atividades acadêmicas, dificuldades para compatibilizar compromissos da vida universitária e pessoal, incertezas quanto ao futuro profissional, preocupação com formas avaliativas de seu desempenho teórico e prático e necessidade de suporte emocional para enfrentamento das dificuldades.

Não foram encontrados estudos de estresse com estudantes de terapia ocupacional, o que justifica a realização da presente pesquisa, cujo objetivo foi avaliar a prevalência de indicadores de estresse em estudantes concluintes do curso de Terapia Ocupacional.

## Método

Trata-se de um estudo de coorte transversal que, segundo Rouquayrol e Almeida Filho (2006), permite verificar a situação momentânea de uma população específica de dada realidade. Nesse sentido, optou-se pelo presente delineamento, uma vez que o período de estágio supervisionado caracteriza-se por uma etapa na trajetória de formação do aluno marcada por vivências práticas que exigem articulação teórica e prática e que, quando mal administradas, podem gerar estresse. Foram convidados 36 alunos concluintes do curso de Terapia Ocupacional de uma universidade pública do Estado de São Paulo, dos quais 31 concordaram em participar voluntariamente. Como critério de inclusão, foi

considerada a condição de ser concluinte e de estar realizando estágio supervisionado, bem como concordância em participar.

## Instrumentos

Instrumentos de coleta utilizados: a) Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL) (LIPP, 2000), um instrumento que é composto por uma relação de sintomas físicos e psicológicos e que está organizado por meio de três quadros que abordam as diferentes fases do estresse, e o respondente indica os sintomas que sentiu nas últimas 24 horas, na última semana e no último mês, respectivamente; b) um roteiro de entrevista semiestruturada para caracterização do perfil dos participantes (idade, estado civil, escolaridade e gênero), carga horária de estágios, principais dificuldades encontradas em relação à gestão do estágio, bem como nos relacionamentos com a instituição, professores e pacientes.

## Procedimentos de coleta de dados

Para a coleta de dados, foram realizados: contato com a coordenação de curso para apresentar o projeto e solicitar autorização para acesso aos estudantes; contato com os estudantes para apresentar os objetivos da pesquisa e convidá-los a participar; agendamento das entrevistas. Os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob o protocolo nº 0843/2013.

## Procedimentos de análise de dados

A análise dos dados do ISSL foi realizada conforme o manual de aplicação do instrumento, o qual prevê a classificação por fases de acordo com a frequência de sintomas apresentados. Para considerar que o indivíduo se encontra na fase de alerta, é necessária a obtenção de escore superior a seis ocorrências; já na fase de resistência, maior que três; na fase de quase exaustão, maior que nove; e na fase de exaustão, maior que oito. A análise das respostas referentes ao roteiro de entrevista semiestruturada foi realizada por meio da frequência absoluta e percentuais de ocorrência e organizadas em figura e tabelas.

## Resultados

Participaram da pesquisa 31 estudantes concluintes do curso de Terapia Ocupacional de uma universidade pública, do ano de 2013, todas mulheres, solteiras, com média de idade de 21 anos e 4 meses, com desvio-padrão (*dp*) igual a 0,89.

Sobre a avaliação de indicadores de estresse em estudantes de terapia ocupacional, os resultados são apresentados na Figura 1.

Os dados revelaram que 26 estudantes (84%) se inserem em alguma fase de estresse e cinco (16%) não se manifestaram. Observou-se predomínio da fase de resistência com 16 respostas (61,5%), seguido da fase de exaustão com 9 (34,6%) e na quase exaustão apenas 1 (3,9%). As principais dificuldades do estágio foram investigadas por meio das entrevistas semiestruturadas, nas quais se buscou a identificação de dificuldades com relação à administração do estágio (cumprimento de regras do estágio e/ou instituição, carga horária, quantidade de tempo livre, tempo para almoço e deslocamento para os estágios) e de relacionamentos interpessoais (lidar com a demanda emocional do paciente, atendimento dos pacientes de forma individual ou em grupo, relacionamento com colegas e supervisores, suporte emocional), conforme apresentados na Tabela 1.

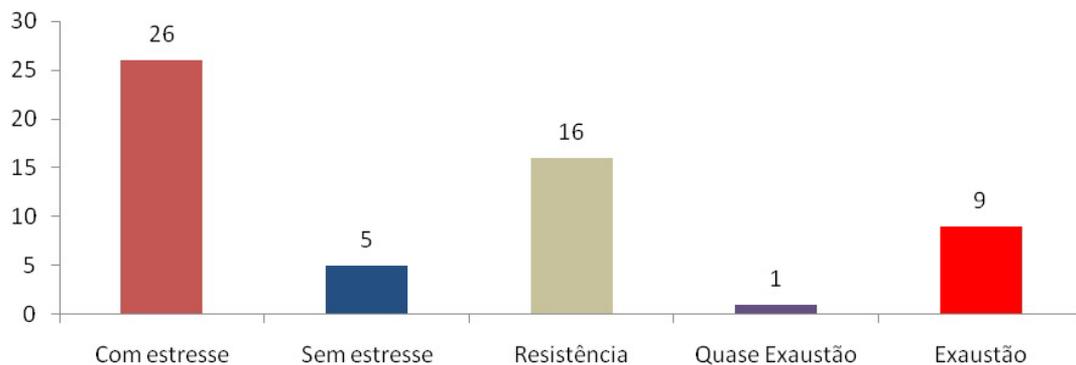
### Administração do estágio

Quanto à dificuldade no cumprimento das regras de estágio e das regras estabelecidas pelas instituições onde realizam os estágios (por exemplo: cumprimento

de horários de entrada e saída, tempo de duração dos atendimentos, preenchimento de prontuários, protocolos de avaliação e frequência, vestimentas, higiene e cuidados referentes à segurança e saúde dos trabalhadores), 23 (74,2%) relataram que sentem dificuldade e 8 (25,8%) não se manifestaram.

Em relação à carga horária de estágio, 23 (74,2%) relataram como adequada e 8 (25,8%) consideraram excessiva. Ademais, 26 (83,9%) estudantes também mencionaram a diminuição do tempo livre para lazer e descanso, e apenas 5 (16,1%) o consideraram adequado. Ressalta-se que, além da carga horária relativa ao estágio (média de 20 horas), soma-se o desenvolvimento de atividades complementares (planejamento de atividades, relatórios, estudos dos casos clínicos, entre outros) que demandam tempo adicional à prática, exercidas nas instituições. Acrescenta-se a essa carga horária o desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), fato que pode justificar pouca disponibilidade de tempo para lazer e descanso.

Do total de participantes, 25 (80,6%) consideraram adequado o tempo para almoço e deslocamento de um local de estágio a outro e apenas 6 estudantes (19,4%) relataram tempo insuficiente para se deslocar



**Figura 1.** Resultado do Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL). Fonte: Elaborada pelos autores.

**Tabela 1.** Principais dificuldades relatadas pelos estudantes no estágio.

	Dificuldades	Sim	Não
<b>Administração do estágio</b>	Cumprimento de regras do estágio e/ou da instituição	23 / 74,2%	08 / 25,8%
	Carga horária	08 / 25,8%	23 / 74,2%
	Quantidade de tempo livre	26 / 83,9%	05 / 16,1%
	Tempo de almoço e deslocamento para os estágios	06 / 19,4%	25 / 80,6%
<b>Relacionamentos interpessoais</b>	Lidar com a demanda emocional do paciente	28 / 90,3%	03 / 9,7%
	No atendimento individual	21 / 67,7%	10 / 32,3%
	No atendimento em grupo	22 / 71%	09 / 29%
	No relacionamento com colegas de estágio	08 / 25,8%	23 / 74,2%
	No relacionamento com supervisores	01 / 3,2%	30 / 96,8%
	Necessidade de suporte emocional	10 / 32,2%	21 / 67,8%

Fonte: Elaborada pelos autores.

de uma instituição a outra, visto que realizam estágio em diferentes áreas de atuação e locais no mesmo dia.

## Relacionamentos interpessoais

Neste item, são abordados aspectos referentes à relação estagiário-paciente, a qual, geralmente, é permeada por dúvidas, incertezas e inseguranças diante das novas habilidades e competências exigidas. Além de o estagiário ter que articular conhecimentos teórico-práticos necessários à aplicação de técnicas e procedimentos, a relação terapêutica requer manejo dos sintomas e saber lidar com o sofrimento humano – no caso, o do estagiário. Na presente pesquisa, 28 (90,3%) estudantes referiram que se sentem emocionalmente afetados pelos problemas apresentados e/ou relatados pelos pacientes, dos quais 10 (32,2%) apontaram a necessidade de suporte emocional.

No que se refere à relação estagiário-supervisor, esta pode ser facilitadora, visto que pode contribuir para o desenvolvimento de um ambiente de segurança e acolhimento ao estagiário, diminuindo ansiedades e auxiliando na resolução de problemas e aquisição de habilidades. No entanto, as relações prejudicadas entre eles pode dificultar o desempenho do estagiário, causando angústia e insegurança. No presente estudo, 30 (96,8%) estagiários consideraram as relações adequadas.

## Discussão

Em relação ao gênero, no presente estudo a amostra foi exclusivamente do gênero feminino. Em estudo realizado por Haddad et al. (2010) sobre o perfil de alunos de 14 cursos de graduação na área da saúde, os autores identificaram que 90% dos alunos de terapia ocupacional eram do gênero feminino. A prevalência desse gênero nos cursos da área da saúde também é apontada por Matos, Toassi e Oliveira (2013).

Os resultados desta pesquisa apontam que a maioria (86%) das estudantes concluintes de terapia ocupacional apresenta sintomatologia de estresse. Em relação às variáveis gênero e área da saúde, é possível mencionar resultados similares com estudantes de outros cursos da área da saúde (AGUIAR et al., 2009; ASSIS et al., 2013; TORQUATO et al., 2015).

No que diz respeito às justificativas sobre a prevalência de estresse em estudantes do gênero feminino, Aguiar et al. (2009) consideram que as mulheres admitem com maior facilidade a presença de indicadores quando comparadas ao gênero masculino. Já Lameu, Salazar e Souza (2016) sugerem que as diferenças entre gêneros podem ocorrer em

função de características biológicas, cognitivas e comportamentais, além da sobrecarga de trabalho e cuidados com a família, porém apontam que, para confirmar essas diferenças, são necessárias novas pesquisas sobre essa temática.

Na presente pesquisa, foi observada significativa prevalência de estresse nos estudantes concluintes de terapia ocupacional, sobretudo na fase de resistência, o que sugere que os fatores estressores presentes nas atividades de estágio se mantêm; isso predispõe o aparecimento de sintomatologia, como a dificuldade de memorização e de concentração, irritabilidade e cansaço físico. Contudo, tal fato não se pode afirmar com precisão, uma vez que na pesquisa não foi investigada a presença específica dos sintomas, e sim as fases do estresse que se remetem aos conjuntos de sintomas mencionados. Sobre possíveis efeitos da presença desses sintomas na fase de resistência, é possível supor prejuízos na aprendizagem e no desempenho acadêmico, bem como nas relações com o paciente, fato identificado por Souza, Medeiros e Ribeiro (2007) ao pesquisar estudantes de Enfermagem, que também destacaram o descumprimento de afazeres acadêmicos como utilização de estratégias de enfrentamento e de autoproteção pelos estudantes para evitar adoecimento, fato muitas vezes interpretado como negligenciamento das responsabilidades.

Ainda em relação à prevalência de estresse na fase de resistência, resultados similares foram identificados em estudantes de cursos na área da saúde, principalmente devido à iniciação da prática profissional e da responsabilidade presente no contato direto com o paciente, bem como com o tratamento (AGUIAR et al., 2009; MOREIRA; VASCONCELLOS; HEATH, 2015; TORQUATO et al., 2015).

Também foram identificados 9 (34,6%) estudantes na fase de exaustão. Ressalta-se que nessa fase os estudantes podem apresentar alguns sintomas, como exaustão física e psicológica, comprometimento do desempenho, alterações do sono e alimentação, bem como de vida social, demandando a intervenção ou o auxílio profissional. Apenas um (3,9%) estudante encontra-se na fase de quase exaustão, cuja manifestação de adoecimento é frequente.

Andrade, Valim-Rogatto e Rogatto (2011) sugerem a necessidade de programas de controle e redução de estresse em estudantes universitários para amenizar a sintomatologia, bem como a reestruturação dos estágios de forma a contemplar a flexibilização de horário e permitir que complementem suas atividades acadêmicas e tenham espaço para lazer. Souza, Medeiros e Ribeiro (2007) também indicam a necessidade de distribuição das atividades de estágio em um único período para melhor gestão do tempo e de criação

de espaço de escuta qualificada às demandas do estudante, auxiliando-o na elaboração de estratégias de enfrentamento às situações estressoras.

No percurso da formação do aluno, o estágio envolve, além da articulação do saber teórico e prático, aprender a lidar com os estressores característicos da prática profissional, desenvolver habilidades em âmbito pessoal e profissional e reverter esses conhecimentos em prol da população atendida (RUDNICKI; CARLOTTO, 2007). Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) sugerem que estudantes da área da saúde em estágio podem apresentar-se vulneráveis para o desenvolvimento de transtornos emocionais ao iniciar as atividades práticas.

Ainda que o estágio possa ser considerado como um período da formação em que o estagiário deve apresentar um repertório teórico mais elaborado, ressalta-se que as atividades são supervisionadas, condição essa que auxilia no desenvolvimento de habilidades.

O fato de o estágio ser concentrado no último ano do curso pode favorecer o surgimento de ansiedade e de estresse quando do início da prática profissional. Ainda que no referido curso ocorra a introdução a práticas de observação, o contato direto com o paciente ocorre apenas no último ano. A seguir apresentam-se estudos que retratam essa condição, por exemplo, com estudantes de Medicina no Ceará, em que foi identificada a presença de estresse em 49,7% deles, sendo a maior incidência (62,7%) a partir do quarto semestre do curso, momento em que iniciam o contato com os pacientes, e com prevalência da fase de resistência (AGUIAR et al., 2009). Em estudo com estudantes do curso de Fisioterapia (TORQUATO et al., 2015), os autores identificaram alta prevalência de estresse na fase de resistência, sobretudo em alunos do último ano. Nesse sentido, a literatura mencionada corrobora a ideia de que o estágio no último ano do curso pode favorecer o desenvolvimento de estresse nos estudantes. Outros aspectos mencionados como fatores de estresse no último ano são atividades relativas ao desenvolvimento do TCC e às preocupações com a futura inserção no mercado de trabalho (TORQUATO et al., 2015), Rodrigues e Veiga (2006) apontam como fator estressante o contato com uma realidade diferente, geralmente relacionada com o local de estágio e com a supervisão. Dessa forma, é possível apontar, com base na literatura mencionada, um conjunto de fatores que favorece o estresse em estagiários, com destaque para as atividades concentradas no último ano, o desenvolvimento de monografia final, o confronto de sua realidade com a do paciente, geralmente distintas, e as incertezas quanto ao futuro profissional.

Não foram identificados estudos na literatura que abordassem o estresse em estudantes de terapia ocupacional (ASSIS et al., 2013).

Nesta pesquisa, foi possível verificar algumas dificuldades apontadas pelos estudantes concluintes de terapia ocupacional que poderiam auxiliar na compreensão da prevalência de estresse. Entre essas dificuldades, podem-se destacar aspectos relacionados à gestão do estágio e relacionamentos interpessoais exigidos nessa fase. Os resultados são similares ou aproximam-se da literatura sobre estudantes de outros cursos da área da saúde.

Em relação às regras do estágio e da instituição, a maioria apontou dificuldades no cumprimento delas, bem como relataram escassez e tempo livre, uma vez que as atividades de estágio ocupavam quase a totalidade da quantidade da carga horária semanal. Tal fato também foi identificado em estudantes de Enfermagem, enfatizando a presença de sobrecarga em função de a jornada diária ser desigual e elevada, podendo causar tensões e desequilíbrios emocionais (MONTEIRO; FREITAS; RIBEIRO, 2007). Resultado similar foi encontrado por Binotto e Schaurish (2010) com estudantes de Enfermagem. No entanto, em pesquisa com estudantes de Fisioterapia, não encontraram associações relevantes entre o tempo e as atividades acadêmicas desenvolvidas nos diferentes períodos do curso (SANTOS et al., 2012). Conforme mencionado anteriormente, os autores recomendam como estratégias de enfrentamento a adoção de horários de estágio flexíveis, a distribuição das atividades em apenas um turno, o suporte emocional, a reorganização da rotina e a inclusão de atividades de lazer.

## **Demanda emocional dos estudantes**

A maioria dos estudantes (90,3%) referiu dificuldades em lidar com a demanda emocional dos pacientes, causando interferência em seus estados emocionais com possíveis implicações na efetividade de sua prática clínica. Em estudo que investigou diferentes papéis do terapeuta ocupacional, os autores destacaram que a dificuldade de lidar com o sofrimento do outro requer uma disponibilidade interna e maturidade para a escuta de histórias de vida, das queixas relacionadas às dificuldades socioeconômicas, à falta de moradia e emprego, ou seja, um confronto de realidades (EMMEL; ROSA, 2001).

A formação do terapeuta ocupacional envolve aspectos teóricos e práticos, bem como relativos à identidade profissional e pessoal. Quando o estagiário não apresenta maturidade emocional, pode ser afetado emocionalmente pelas demandas do paciente, criando expectativas diante da evolução

deste, muitas vezes chegando a não conseguir separar sua identidade profissional e pessoal, o que pode acarretar na sobrecarga emocional (CAVALCANTI; GALVÃO, 2007). O alívio das tensões causadas pelos relatos e/ou pelas condições patológicas apresentadas pelo paciente pode ser minimizado a partir do momento em que esse estagiário compartilha suas dificuldades com colegas de trabalho e supervisores em um clima de respeito e aconchego emocional (RUDNICKI; CARLOTTO, 2007). Nesse sentido, a escuta qualificada pelos supervisores das demandas apresentadas pelos estudantes no cotidiano da prática profissional é apontada como estratégia eficaz para enfrentamento das situações estressoras (SOUZA; MEDEIROS; RIBEIRO, 2007), fato que pode ser considerado positivo, visto que neste estudo as relações pessoais entre supervisores foram consideradas predominantemente positivas. Destaca-se ainda a importância do compartilhamento de dificuldades entre os estudantes, configurando-se como uma possibilidade de apoio emocional, conforme mencionado por Rudnicki e Carlotto (2007), cujos resultados apontam para boas relações entre os estudantes.

### Relacionamentos com supervisor e colegas

Acredita-se que o relacionamento positivo entre supervisor-estagiário se configura como de fundamental importância para o desenvolvimento de habilidades práticas profissionais e pessoais, pois o estabelecimento de uma boa relação pode amenizar as ansiedades e o estresse diante das incertezas e inseguranças, antes e durante as intervenções terapêuticas. Cabe ao supervisor auxiliar o aluno no processo do estágio, assumindo uma postura que emita confiança e consiga manejar as ansiedades do aluno perante essa nova fase de sua vida acadêmica (RESTREPO; JARAMILLO; MARÍN, 1998). Na mesma direção, o supervisor que age com correção aponta técnicas apropriadas e estimula a reflexão das práticas, contribuindo para a promoção e/ou o aumento da autoconfiança do estagiário na realização das intervenções (GONÇALVES; MELO, 2011).

Com referência ao relacionamento com os colegas, a maioria dos estudantes considerou a relação positiva. Destaca-se a importância do trabalho em equipe e aponta-se que a integração do grupo favorece a reflexão e a discussão de aspectos teóricos e práticos, o que enriquece a formação profissional. O trabalho em grupo depende do envolvimento e comprometimento dos membros, pois eles devem interagir continuamente (CAVALCANTI; GALVÃO, 2007).

Contudo, mesmo diante das relações favoráveis com os colegas e supervisores de estágio, 32,2% apontaram a necessidade de suporte emocional como

forma de busca e mobilização de recursos pessoais e profissionais com o intuito de amenizar a transição do papel de estudante-profissional, mesmo que este ainda esteja no papel de estagiário.

Outro aspecto destacado na literatura refere-se à estrutura do estágio, que, por vezes, apresenta-se de forma fragmentada e de curta duração, o que não favorece o aprendizado e a maturidade profissional do estudante, podendo causar interferência na qualidade do cuidado (DOMINGUES; AMARAL; ZEFERINO, 2009).

Nesse sentido, é possível considerar que o exercício da atividade de estágio é permeado por situações que podem favorecer a prevalência de estresse nos estudantes devido às suas características de contato direto com o paciente, ao confronto entre teoria e prática, à consequente responsabilidade nos papéis profissionais, à gestão do estágio e à relação com colegas de estágio, supervisores e profissionais.

### Conclusão

Os resultados da presente pesquisa revelam a importância de mais estudos sobre essa temática, ainda pouco estudada na área, e destacam a prevalência de estresse nos estudantes de terapia ocupacional, indicando a necessidade de suporte emocional como forma de prevenção de doenças e promoção de qualidade de vida deles. O suporte emocional refere-se a ações de acolhimento para com aluno no que diz respeito às dificuldades em lidar com os problemas do paciente, separando suas demandas pessoais, limitações da atuação terapêutica, enfrentamento com a morte e responsabilidades.

Quanto às especificidades do estágio e às demandas decorrentes da relação direta com os pacientes, é importante que a estrutura e a supervisão do estágio não constituam fatores adicionais capazes de afetar uma condição que, por si só, já comporta um cenário que pode desvelar medo, incertezas, sofrimento e adoecimento de estudantes, como é o caso do estresse que foi objeto da presente pesquisa. Tal condição é preocupante, visto que pode ainda interferir na qualidade da assistência e do cuidado do paciente. Nesse sentido, o suporte emocional aos universitários pela instituição, pelos supervisores, pelos professores e pela equipe de trabalho coloca-se como fator primordial para o sucesso acadêmico e profissional dos estudantes.

### Referências

- AGUIAR, S. M. et al. Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 58, n. 1, p. 34-38, 2009.
- ANDRADE, E. F.; VALIM-ROGATTO, P. C.; ROGATTO, G. P. Prevalência e sintomatologia de estresse em estudantes

- de Educação Física: comparação entre os sexos. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, São Paulo, v. 10, n. 5, p. 137-144, 2011.
- ASSIS, C. L. et al. O. Sintomas de estresse em concluintes do curso de psicologia de uma faculdade privada do norte do País. *Mudanças: Psicologia da Saúde*, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 23-28, 2013.
- BINOTTO, M.; SCHAURISH, D. Estresse em acadêmicos do curso de enfermagem: uma abordagem qualitativa. *Revista de Enfermagem*, Recife, v. 3, n. 4, p. 31-36, 2010.
- CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. *Psico*, Porto Alegre, v. 37, n. 1, p. 57-62, 2006.
- CAVALCANTI, A.; GALVÃO, C. *Terapia Ocupacional: fundamentação e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL – COFFITO. Resolução nº 451, de 27 de fevereiro de 2015. Dispõe sobre o estágio curricular obrigatório em Terapia Ocupacional. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Poder Executivo, Brasília, DF, 27 fev. 2015. Disponível em: <<http://coffito.gov.br/nSITE/?p=3213>>. Acesso em: 27 abr. 2016.
- DOMINGUES, R. C. L.; AMARAL, E.; ZEFERINO, A. M. B. Os diferentes olhares na avaliação de alunos em estágio clínico supervisionado. *Revista da Associação Médica Brasileira*, São Paulo, v. 55, n. 4, p. 458-462, 2009.
- EMMEL, M. L. G.; ROSA, S. D. Reflexões sobre os diferentes papéis assumidos pelo Terapeuta Ocupacional enquanto professor universitário. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, São Carlos, v. 9, n. 1, p. 1-15, 2001.
- FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. São Paulo: Atlas, 2011.
- FRANCO, S. L. R. Estudantes de psicologia, eficácia adaptativa e a psicoterapia como medida preventiva em saúde mental. *Mudanças: Psicoterapia e Estudos Psicossociais*, São Paulo, v. 9, n. 16, p. 41-63, 2001.
- GONÇALVES, R. N.; MELO, J. S. Expectativas dos universitários do curso de fisioterapia frente ao primeiro estágio prático e a reflexão da participação docente na preparação para o estágio prático. *Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde*, Valinhos, v. 15, n. 1, p. 153-169, 2011.
- HADDAD, A. E. et al. Formação de profissionais de saúde no Brasil: uma análise no período de 1991 a 2008. *Revista de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 44, n. 3, p. 383-393, 2010.
- LAMEU, J. N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. Prevalência de sintomas de estresse entre graduandos de uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, São Paulo, n. 42, p. 13-22, 2016.
- LANGOSKI, J. E. et al. Influência da trajetória acadêmica sobre o estresse e a percepção de estudantes de Odontologia. *Revista de Odontologia da UNESP*, Araraquara, v. 43, p. 253-253, 2014. Número Especial.
- LIMA, M. E. B. A Dimensão do Trabalho e da Cidadania das Mulheres no Mercado Globalizado. In: COSTA, A. A. (Org.). *Reconfiguração das relações de gênero no trabalho*. São Paulo: CUT Brasil, 2004. p. 53-59.
- LIPP, M. E. N. *Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp* – ISSL. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.
- LIPP, M. E. N. *Mecanismos neuropsicológicos do stress: teoria e aplicações clínicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.
- LIPP, M. E. N.; MALAGRIS, L. E. N.; NOVAIS, L. E. *Stress ao longo da vida*. São Paulo: Ícone, 2007.
- MATOS, I. B.; TOASSI, R. F. C.; OLIVEIRA, M. C. D. Profissões e ocupações de saúde e o processo de feminização: tendências e implicações. *Athenea Digital: Revista de Pensamento y Investigación Social*, España, v. 13, n. 2, p. 239-244, 2013.
- MESTRINER JUNIOR, W. et al. O desenvolvimento de competências em atenção básica à saúde: a experiência no projeto Huka-Katu. *Revista Ciências & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 903-912, 2011.
- MEYER, C. et al. Qualidade de vida e estresse ocupacional em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v. 36, n. 4, p. 489-498, 2012.
- MONTEIRO, C. F. S.; FREITAS, J. F. M.; RIBEIRO, A. A. P. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Revista de Enfermagem Anna Nery*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 66-72, 2007.
- MOREIRA, D. P.; FUREGATO, A. R. F. Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 2, p. 155-162, 2013. Número Especial.
- MOREIRA, S. N. T.; VASCONCELLOS, R. L. S. S.; HEATH, N. Estresse na Formação Médica: como lidar com essa realidade? *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v. 39, n. 4, p. 558-564, 2015.
- RESTREPO, A. R.; JARAMILLO, F. R.; MARÍN, J. C. R. Estrés en estudiantes de medicina del Instituto de Ciencias de la Salud. *Revista CES Medicina*, Medellín, v. 2, n. 1, p. 38-43, 1998.
- RIBEIRO, M. M. F.; AMARAL, C. F. S. Medicina centrada no paciente e ensino médico: a importância do cuidado com a pessoa e o poder do médico. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v. 32, n. 1, p. 90-97, 2008.
- RODRIGUES, C.; VEIGA, F. H. Stress em estagiário de enfermagem e sua influência na relação de ajuda ao doente. In: TAVARES, A. et al. (Org.). *Ativação do desenvolvimento psicológico: actas do simpósio internacional*. Aveiro: Universidade de Aveiro, 2006. p. 353-359.
- ROUQUAYROL, M. Z.; ALMEIDA FILHO, N. *Epidemiologia e saúde*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

- RUDNICKI, T.; CARLOTTO, M. S. Formação de estudante da área da saúde: reflexões sobre a prática de estágio. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, Belo Horizonte, v. 10, n. 1, p. 97-110, 2007.
- SANTOS, J. A. F. et al. Estresse em Acadêmicos do Curso de Fisioterapia. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, João Pessoa, v. 16, n. 2, p. 89-94, 2012.
- SELYE, H. *Stress a tensão da vida*. São Paulo: Ibrasa, 1965.
- SOUZA, C. F. M.; MEDEIROS, J. F. F.; RIBEIRO, A. A. P. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 66-72, 2007.
- TORQUATO, J. A. et al. Avaliação do estresse em estudantes universitários. *InterSciencePlace*, Rio de Janeiro, v. 1, n. 14, p. 140-154, 2015.

---

### **Contribuição dos Autores**

Os autores participaram igualmente de todas as etapas de elaboração do texto e aprovaram sua versão final.