

ESTRESSE EM ESTUDANTES DE ENGENHARIA

PATRICIA ESTER THOMAZ*
LUCIANO BARACHO ROCHA**
VICENTE MACHADO NETO***

RESUMO

Este artigo apresenta os resultados de uma pesquisa que teve por finalidade analisar o estresse em estudantes de um curso de Engenharia de Curitiba. Embora o estresse possa ser também considerado como um fator positivo aos sujeitos, quando as respostas aos agentes estressores são suaves e leves, a noção mais frequentemente disseminada é aquela em que o agente estressor tem um caráter negativo e mais prolongado, o que denota maior gravidade. Atividades acadêmicas, sociais e profissionais, provas, prazos a serem cumpridos, aprendizado de novas tecnologias em curto período de tempo, busca de um estágio ou colocação no mercado de trabalho, e em meio a tudo isso, o processo de construção de uma identidade profissional, são variáveis que se entrelaçam e podem facilitar o surgimento do estresse em estudantes. Caracterizamos o presente estudo como quantitativo e descritivo, e o método utilizado foi o estudo de caso. A análise dos dados foi feita através de estatística descritiva simples. A amostra foi composta por 84 estudantes de Engenharia. Conclui-se o estudo apontando-se a necessidade de intervenções que contemplem o conjunto de estudantes mais afetados bem como propostas que minimizem e evitem problemas de evasão escolar.

PALAVRAS-CHAVE: Educação, saúde, estresse, currículo.

ABSTRACT STRESS IN ENGINEERING STUDENTS

This article presents the results of a survey which aimed at analysing stress in students of an Engineering course in Curitiba. Although stress can also be seen as a positive factor when the subjects' responses to stressors are soft and light, the most often widespread view of the term is that which sees the stressor as a negative and prolonged character, which indicates a higher degree of severity. Academic, social, and professional activities, exams, deadlines to be met, the learning of new technologies in a short period of time, the search for an internship or placement in the job market,

* Especialista em Saúde da Família. patri.thomaz@hotmail.com

** Mestrado em Engenharia Elétrica pela Universidade Estadual de Campinas. baracho@utfpr.edu.br

*** Doutorado em Engenharia Mecânica pela Universidade Federal de Santa Catarina. vmachado@utfpr.edu.br

and in the midst of all this, the process of building a professional identity are variables that are intertwined and that can facilitate the emergence of stress in students. We characterize this study as quantitative and descriptive, and the method used is case study. Data analysis was performed using descriptive statistics. The sample consisted of 84 female Engineering students. In conclusion, the study indicates the need for interventions which address the most affected groups of students as well as proposals to minimize and avoid problems of school evasion.

KEYWORDS: Education, health, stress, curriculum.

1 INTRODUÇÃO

A ideia de desenvolver esta pesquisa se deve à observação de que muitos bons alunos de Engenharia encontram-se desmotivados e sem energia para desenvolver seus estudos, o que vem aumentando a evasão escolar. A incapacidade de dar conta das inúmeras demandas os leva a um sentimento de inferioridade perante os outros. Acreditando ser apenas um problema seu, os alunos acabam se escondendo com um sentimento de vergonha perante os colegas. Assim, o objetivo geral do presente estudo é detectar a presença de estresse entre estudantes matriculados em um curso de Engenharia de uma instituição de ensino da cidade de Curitiba.

Temos como meta, nos objetivos específicos, identificar o nível de estresse dos estudantes de Engenharia, assim como caracterizá-los sociodemograficamente.

Para tanto, discorreremos sobre a caracterização de estresse, onde aludimos sobre sua origem, sobre a distinção entre agente estressor e estresse, assim como transitamos pela noção de eustresse e distresse e discutimos sucintamente as fases do estresse.

Em seguida, passamos pelas atividades dos alunos de Engenharia, as quais são divididas em acadêmicas, sociais, recreativas e profissionais. Logo depois, caracterizamos os possíveis fatores de estresse no curso, e por fim, abordamos o processo de construção da identidade profissional, entendido aqui como um processo de construção de sujeitos enquanto profissionais.

Consideramos ser pertinente e necessário o estudo proposto, uma vez que possibilita a avaliação das diferenças existentes nessa patologia que acomete os estudantes. Um estudo amostrando alunos dos diferentes períodos de um curso possibilita um redimensionamento da carga horária de forma a aliviar pressões de estresse nos currículos. Ademais, o conhecimento e a informação advindos do resultado final deste trabalho permitirão aos estudantes, mobilizarem-se para ações

que visem à diminuição ou controle dos fatores estressantes, assim como a procura de uma melhor qualidade de vida.

2 CARACTERIZAÇÃO DE ESTRESSE

Até o século XVII, a palavra estresse, que tem sua origem no latim, era usada popularmente como sinônimo de cansaço e fadiga. No século XVIII, o termo foi utilizado pelo fisiologista francês Claude Bernard e posteriormente pelo psicólogo Walter Cannon para referir-se às reações que produziam um colapso nos mecanismos de homeostase orgânica (MALACH & LEITE, 1999). Hans Selye, endocrinologista responsável pela introdução do termo estresse no meio científico, definiu-o como uma resposta orgânica não-específica para situações estressoras ao organismo (PEREIRA, 2008). Na visão de Lazarus & Folkman (1984 apud PEREIRA, 2008, p.25), “o estresse sobrevém quando os recursos disponíveis estão aquém das demandas”, ou seja, o estresse é uma resposta do organismo frente aos agentes estressores do ambiente.

De acordo com Pereira (2008), houve grande interesse por estudos sobre estresse especialmente após a Segunda Guerra Mundial, quando se percebeu que os transtornos apresentados pelos soldados não tinham origem somente nas condições físicas às quais foram submetidos, mas também nas pressões psicológicas.

Há que se distinguir entre agente estressor e estresse. Pode-se entender por estímulo ou agente estressor o elemento que vem a interferir no equilíbrio homeostático do organismo, podendo este ser físico, cognitivo, ou emocional. Já o estresse é a resposta a este estímulo, e tem o papel de ajustar a homeostase do organismo.

Pereira (2008), referenciando Selye, afirma ser o estresse não somente nocivo. Para ele, quando as respostas aos estímulos estressantes são suaves, podem ser consideradas como sinônimo de crescimento, desenvolvimento emocional e intelectual. A isso nomeia “eustresse”. No entanto, a noção mais fortemente difundida do estresse corresponde ao caráter negativo, de maior gravidade, e nomeado de “distresse”.

As fases de evolução do estresse dependem, segundo a teoria clássica, da interação entre os eventos estressores e o indivíduo. Segundo Lipp (2005), existem quatro fases do estresse, a saber: a) fase de alerta, caracterizada como a fase em que o organismo mobiliza-se para “lutar ou fugir”; b) fase de resistência, na qual o organismo faz um movimento no intuito de recompor-se das sensações vivenciadas na fase anterior. -- Nesta fase, surgem as primeiras conseqüências do estresse, tais como perda de concentração, instabilidade emocional, depressão, palpitações cardíacas, suores frios, dores musculares ou

dores de cabeça frequentes, embora muitas pessoas não consigam relacioná-las ao estresse; c) fase de quase exaustão, quando as defesas do organismo começam a ceder e ele já não consegue resistir às tensões e restabelecer a homeostase. -- Esta fase caracteriza-se por um enfraquecimento do sujeito que não consegue mais se adaptar ou resistir ao estressor. Assim, o processo de adoecimento se inicia e os órgãos que possuem maior vulnerabilidade genética ou adquirida passam a mostrar sinais de deterioração, embora não sejam tão graves, como na fase de exaustão. Por fim, temos d) a fase de exaustão, que se dá quando, havendo a persistência dos agentes estressores, há um rompimento dos mecanismos de adaptação do organismo e o sujeito, não mais possuindo forças para combatê-los, fica ainda mais comprometido física e psicologicamente. É quando doenças graves podem ocorrer nos órgãos mais vulneráveis.

3 ATIVIDADES DOS ALUNOS DE ENGENHARIA

Podemos dividir as diversas atividades dos estudantes em acadêmicas, sociais, recreativas e profissionais. Entre as atividades acadêmicas encontram-se a frequência às aulas, o estudo das diferentes disciplinas que está cursando, trabalhos, pesquisas, atividades de laboratório, entre outras. Estas atividades lhes tomam muito tempo, e muitas vezes falta aos estudantes maturidade para entender determinados assuntos, que irão exigir dedicação e persistência em uma sociedade imediatista.

Entre as atividades sociais encontra-se o convívio com os colegas de curso, com os professores, com os funcionários da instituição de ensino, com o coordenador do curso para assuntos didáticos, entre outras. As atividades sociais são importantes para que o aluno desenvolva a capacidade de formar sua rede de contatos profissionais e para que aprenda a trabalhar em equipe. Além disso, há o eterno aprendizado do convívio social e suas negociações em busca de espaço.

Entre as atividades recreativas estão as atividades culturais e esportivas. O aluno deveria praticar algum esporte na faculdade, mas a prática esportiva geralmente é deixada em segundo plano nas matrizes curriculares. Com a Lei 9.394 de 20/12/1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, foi concedida às instituições de ensino superior certa liberdade para compor suas atividades de ensino. O artigo 53 da mesma Lei preconiza que as instituições de ensino superior possuem, entre outras atribuições, a de "fixar os currículos de seus cursos e programas, observadas as diretrizes gerais pertinentes" (BRASIL, 1996, p.40). As instituições de ensino superior, com o aval

desta Lei, recentemente retiraram as disciplinas de Educação Física dos seus currículos, com o intuito de diminuir a carga horária e de, abrir espaço para a introdução de novas disciplinas técnicas. A diminuição da carga horária não foi conseguida, já que em compensação, as novas disciplinas técnicas preencheram a carga horária liberada.

As chamadas “atividades complementares” foram introduzidas nos currículos para serem cumpridas como atividades extraclasse, abrangendo atividades de formação social, humana e cultural (entre as quais, atividades esportivas), atividades de cunho comunitário e de interesse coletivo, e atividades de iniciação científica, tecnológica e de formação profissional. Nota-se nas atividades complementares certa ingerência das escolas na vida particular dos alunos. A escola toma para si a estreita visão de única tutora dos alunos, orientando a obtenção de certificados em determinadas atividades.

Entre as atividades profissionais destacamos as atividades de iniciação científica, monitoria e estágios, curriculares ou não. Separamos neste tópico as atividades realizadas no ambiente acadêmico, como monitoria e iniciação científica, por estarem mais relacionadas ao ambiente profissional. Na sociedade imediatista e capitalista em que vivemos, onde as mudanças acontecem muito rapidamente, é possível perceber nos estudantes um desejo crescente de se tornarem independentes financeiramente dos pais. Para isto, buscam cada vez mais cedo o mercado de trabalho, o que acaba por comprometer a sua formação escolar. Muitas vezes é notória uma sensação de perda de tempo por parte do aluno ao participar de aulas sobre assuntos básicos para a sua formação, uma vez que não possuem uma aplicação imediata.

4 FATORES DE ESTRESSE NOS CURSOS DE ENGENHARIA

São muitos e complexos os fatores de estresse nos cursos de Engenharia. O tema sugere um estudo mais aprofundado. Tendo em vista a experiência dos autores desse artigo com este curso, nos limitamos a sugerir os possíveis fatores de estresse que julgamos mais relevantes. Um dos autores foi por 6 anos coordenador de um curso de Engenharia, participou da elaboração de três projetos pedagógicos de cursos de Engenharia e de duas matrizes curriculares, e atuou como professor de Engenharia por quase 20 anos, outro foi professor de Engenharia por 20 anos. Seguem os fatores:

- a) fatores psicológicos ou pessoais:
 - escolha equivocada do curso;
 - dificuldades psicológicas;

- b) fatores relacionados aos primeiros anos do curso:
- falta de base do ensino médio e fundamental;
 - dificuldades para o desenvolvimento do pensamento científico;
 - demora nos currículos para entrar nos assuntos específicos do curso;
- c) fatores relacionados ao currículo do curso:
- elevada carga horária;
 - carga horária presencial elevada;
 - falta de tempo para estudar;
 - elevado número de disciplinas;
 - elevado número de provas e trabalhos;
 - prazos apertados;
 - nível de exigência elevado;
 - falta de integração entre disciplinas;
 - defeitos da grade curricular, como ausência de pré-requisitos, ou disciplinas posicionadas incorretamente;
 - falta de tempo para atividades físicas, sociais e culturais;
 - desatualização curricular em razão do avanço científico e tecnológico;
- d) fatores pedagógicos e estruturais:
- deficiências pedagógicas na formação de professores e coordenadores;
 - mudanças do paradigma educacional;
 - deficiências de recursos e infraestrutura do curso;
- e) fatores socioeconômicos:
- necessidade de trabalhar durante o período do curso;
 - precarização do trabalho e do emprego no Brasil;
 - desvio da atuação do engenheiro para outras áreas;
 - dependência da Engenharia no Brasil de países mais desenvolvidos;
 - percepção de que a profissão de engenheiro é menos valorizada em relação a outras como Direito ou Medicina, por exemplo;
 - falta de consciência do papel da Engenharia no contexto mundial;

5 O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE PROFISSIONAL

O trabalho ocupa um lugar central na vida dos sujeitos. O preparo para o exercício de uma profissão e para as demandas do mercado de trabalho vem se constituindo como finalidade das práticas educativas cada vez mais cedo. Nessa perspectiva, o trabalho é visto com uma consequência natural e inevitável da vida (SANTOS, 1990). Muito provavelmente seja por isso que a identidade profissional venha assumindo, de modo significativo, o ponto central do processo identitário. Partindo deste ponto de vista, neste trabalho empregamos a expressão “identidade” como um processo de construção de sujeitos enquanto profissionais, uma vez que entendemos a formação como sendo um espaço de construção da identidade profissional.

Conforme Tap (1979 apud SANTOS, 1990), o aspecto principal do conceito de identidade é o reconhecimento, o qual se origina das relações sociais. Para o autor, o indivíduo define-se a partir de como se reconhece no desempenho de papéis sociais e de como é reconhecido pelos outros no meio social.

Igualmente apoiada na ideia de reconhecimento como essencial para se tratar a questão de identidade, Penna (1992) procura propor uma conceituação de identidade social e refere a existência de um jogo de reconhecimento que serve como referência para o sujeito situar-se socialmente, para designar certa classe e identificar-se como cidadão. Tal consideração nos remete à ideia de identificação como processo precursor da construção da identidade.

Segundo Gouveia (1993, p.100), “o processo de identificação é essencial quando se fala em identidade”. Assim, enquanto o debate sobre identidade remete-nos a aspectos relacionados ao individual, a noção de profissional leva-nos a pensar em aspectos do social.

Para Berger & Luckmann (1976), a construção da identidade pessoal pode ser associada ao processo de socialização primária, ao passo que a construção da identidade social, ao processo de socialização secundária. Ademais, os autores mencionam a internalização de papéis ao descreverem a questão de identidade como uma questão de aprendizagem.

Na perspectiva de Penna (1992), a identidade pessoal diz respeito à construção pessoal do sujeito, enquanto a identidade social se refere a pessoas consideradas membros na mesma categoria. Deste modo, tomamos a identidade profissional como uma forma de identidade social.

6 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Apresentamos na presente seção a trajetória do processo de colher, registrar e analisar os dados, além de apresentarmos o referencial metodológico que orienta este processo.

Caracterizamos o presente estudo como de abordagem quantitativa, a qual envolve em geral as seguintes especificidades: “utilização de procedimentos estruturados e instrumentos formais para coletar informações; coleta das informações mediante condições de controle; ênfase na objetividade, na coleta e na análise das informações; análise de informações por procedimentos estatísticos” (TOMASI; YAMAMOTO, 1999, p.24).

Mais especificamente, caracterizamos este tipo de estudo como quantitativo e descritivo, e o método utilizado foi o estudo de caso. A análise dos dados foi feita através de estatística descritiva simples. A amostra foi composta por 84 alunos de um curso de Engenharia, enquanto a aplicação do instrumento foi realizada em salas de aula selecionadas aleatoriamente. Primeiramente, foi realizado contato com a Coordenação do curso de Engenharia para a apresentação dos objetivos de estudo, a fim de obter autorização para aplicação dos instrumentos.

Em um segundo momento, os participantes foram comunicados sobre a importância do estudo e sobre seu propósito por meio de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido elaborado pelos autores responsáveis pelo estudo, que se comprometeram a manter o anonimato dos indivíduos e da instituição.

Este levantamento foi realizado para mapear e identificar possíveis níveis de estresse nos alunos de um curso de Engenharia, e para isso foram utilizados dois instrumentos. Um deles foi o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL), o qual fornece uma medida objetiva da sintomatologia do estresse em jovens acima de 15 anos e adultos, permitindo detectar se os sujeitos estão com estresse e em que nível se encontram. Sua aplicação foi realizada em grupos de até 20 pessoas. O instrumento é formado por quatro quadros referentes às fases do estresse.

Outro instrumento utilizado foi um questionário estruturado com perguntas fechadas, realizado especificamente para esta investigação, com levantamento de variáveis sociodemográficas (sexo, idade, estado civil, presença de filhos), acadêmicas (semestre atual, número de disciplinas que está cursando, ano de início do curso, experiência profissional na área, se está cursando estágio, se possui ou não outro curso superior, ocupação atual) e psicossociais (estar satisfeito com o curso, pensar em desistir do curso, possuir atividade física e de lazer).

Os estudantes o responderam logo após o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL).

É relevante mencionar que se trata de uma pesquisa anônima (os sujeitos não serão identificados por seu nome), confidencial, sem quaisquer efeitos avaliativos - individual e/ou institucional e que os estudantes foram convidados a participar do estudo de maneira voluntária. Foi concedida autorização para publicação do estudo tendo em vista sua relevância. Acrescenta-se que a aplicação de testes psicológicos caracteriza uma técnica de uso privativo do psicólogo e, conforme a Lei Federal nº 4119 e a Lei Federal nº 5.766/71, compete ao Conselho Federal de Psicologia - CFP regulamentar as exigências necessárias para a aceitação dos testes como psicológicos ou não, pois sua aplicação caracteriza exercício da profissão de psicólogo. A elaboração de testes psicológicos bem como a utilização de determinada técnica ou método, também por força de lei, sujeitam-se aos regramentos ditados pelo Conselho.

7 RESULTADOS

Conforme a figura 1, os resultados da coleta de dados foram os seguintes: 61% dos estudantes da amostra se encontram em situação de estresse, enquanto 39% não apresentam estresse. Dos estudantes considerados com estresse, 5% estão na fase de alerta e 49% encontram-se na fase de resistência, fase na qual o sujeito automaticamente tenta lidar com os agentes estressores de modo a manter sua homeostase interna (LIPP, 2005). Já na fase de quase-exaustão encontram-se 5%, dos estudantes avaliados, e na fase de exaustão 2% deles.

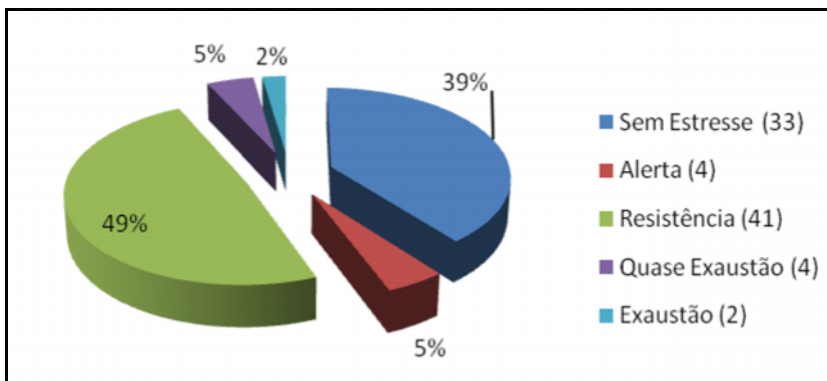


Figura 1 – Estudantes com e sem estresse por fase, total de 84 amostrados.
Fonte: Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp

De acordo com a tabela 1, dos estudantes que se encontram na fase de alerta a predominância de sintomas é de ordem psicológica; dos que estão na fase de resistência o sintoma predominante é o psicológico; na fase de quase-exaustão 50% deles apresentam sintomas físicos e outros 50% apresentam sintomas psicológicos; na fase da exaustão a predominância de sintomatologia é de ordem psicológica.

Observa-se que a maioria dos estudantes, 61%, apresenta sintomas psicológicos, a saber: sensibilidade emotiva excessiva, dúvida quanto a si mesmo, pensar constantemente em um único assunto, instabilidade excessiva, diminuição da libido, sensação de incompetência, apatia, depressão, irritabilidade sem causa aparente, angústia e ansiedade diária, perda do senso de humor e outros. Por outro lado, exemplos de sintomas físicos são: diarreia, insônia, náuseas, úlcera, gastrite, problemas dermatológicos, mudança de apetite, hipersonia, tensão muscular, taquicardia, ciclos menstruais desregulados, diminuição da fertilidade, cansaço excessivo, síndrome do intestino irritável e outros.

Conforme levantamento sóciodemográfico dos estudantes pesquisados, 99% são solteiros, 2% possuem filhos e 4% não informaram seu estado civil e se possuem filhos.

TABELA 1 – Fase do Estresse de acordo com sintomatologia predominante nos sujeitos

Sintomas	Alerta		Resistência		Quase Exaustão		Exaustão		Totais	
	Quant.	%	Quant.	%	Quant.	%	Quant.	%	Quant.	%
Psicológicos	2	50	25	61	2	50	2	100	31	61
Físicos	1	25	12	29	2	50	0	0	15	29
Psicológicos e Físicos	1	25	4	10	0	0	0	0	5	10
Totais	4		41		4		2		51	

Fonte: Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp

Na tabela 2 encontram-se resultados relativos ao estresse de acordo com o número de disciplinas cursadas. Assim, dos estudantes que se encontram com estresse na fase de alerta, 25% cursam duas, quatro, sete e nove disciplinas. Entre os que estão com estresse na fase de resistência, 7% cursam 4 disciplinas, 10% cursam 5 disciplinas, 29% cursam 6 disciplinas, 22% cursam 7 disciplinas, 22% cursam 8 disciplinas e 10% cursam 9 disciplinas. Já entre os que se encontram na fase de quase-exaustão, 25% cursam 5 disciplinas, 25% cursam 6 disciplinas, 25% cursam 7 disciplinas e 25% cursam 9 disciplinas. Entre

os estudantes na fase de exaustão, 50% cursam 6 disciplinas e outros 50% cursam 10 disciplinas. Não se observa uma correlação nítida entre o número de disciplinas e a fase de estresse dos estudantes.

TABELA 2 – Fase do Stress de acordo com número de disciplinas cursadas

Número de disciplinas	Alerta		Resistência		Quase Exaustão		Exaustão	
	Quant.	%	Quant.	%	Quant.	%	Quant.	%
2	1	25	0	0	0	0	0	0
4	1	25	3	7	0	0	0	0
5	0	0	4	10	1	25	0	0
6	0	0	12	29	1	25	1	50
7	1	25	9	22	1	25	0	0
8	0	0	9	22	0	0	0	0
9	1	25	4	10	1	25	0	0
10	0	0	0	0	0	0	1	50
Totais	4		41		4		2	

Fonte: Questionário sóciodemográfico

Na tabela 3, a comparação das fases do estresse com as atividades dos sujeitos pesquisados mostra que na fase de alerta 3 fazem estágio, 1 possui outro curso superior, 4 estão satisfeitos com o curso, nenhum pensa em desistir do curso, 2 possuem atividades de lazer e 1 pratica atividade física.

Entre os que estão com estresse na fase de resistência, fase que apresenta maior percentual de sujeitos, 24 fazem estágio, 1 possui outro curso superior, 29 estão satisfeitos com o curso, 7 pensam em desistir do curso, 28 possuem atividades de lazer e 20 praticam atividades físicas.

Entre os que estão com estresse na fase de quase exaustão, 1 faz estágio, nenhum possui outro curso superior, 2 estão satisfeitos com o curso, 3 pensam em desistir do curso, 2 possuem atividades de lazer e 2 praticam atividades físicas.

Entre os alunos que estão com estresse na fase de exaustão, nenhum faz estágio, nenhum possui outro curso superior, 2 estão satisfeitos com o curso, nenhum pensa em desistir do curso, 2 possuem atividades de lazer e 1 pratica atividade física.

Um item importante a ser mencionado na fase de quase-exaustão é o fato de um dos estudantes não estar fazendo estágio, mas estar trabalhando como bancário, profissão reconhecida por possuir o estresse e a tensão como elementos do cotidiano.

Analisando todos que se encontram com estresse, observa-se que a maioria está fazendo estágio, está satisfeita com o curso, não pensa em desistir do mesmo, possui atividades de lazer e não praticam atividades físicas.

Analisando todos os que estão sem estresse, observa-se que a maioria não está fazendo estágio, está satisfeita com o curso, não pensa em desistir, possui atividade de lazer e pratica atividades físicas. A diferença entre os não estressados para os estressados é que a maioria daqueles não está fazendo estágio.

TABELA 3 – Fases do Estresse de acordo com atividades dos sujeitos da amostra

Atividades	Alerta		Resistência		Quase Exaustão		Exaustão		Com Estresse (sim)(não)	Sem Estresse (sim)(não)
	sim	não	sim	não	sim	não	sim	não		
Está fazendo estágio	3	1	24	16	1	3	0	2	(28)(22)	(11)(21)
Possui outro curso superior	1	3	1	40	0	4	0	2	(2)(49)	(1)(31)
Satisfeito com o curso	4	0	29	10	2	2	2	0	(37)(12)	(23)(5)
Pensa em desistir do curso	0	4	7	33	3	1	0	2	(10)(40)	(3)(29)
Possui atividade de lazer	2	2	28	13	2	2	2	0	(34)(17)	(29)(3)
Possui atividade física	1	3	20	21	2	2	1	1	(24)(27)	(19)(13)

Fonte: Questionário sócio demográfico

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Frente aos resultados apresentados, é possível constatar que, quanto ao objetivo principal deste estudo, 61% dos estudantes analisados, ou seja, mais da metade da amostra, revelou ter algum tipo de estresse. Entre os estressados, 54% ainda possuem recursos para lidar com a patologia, visto estarem nas fases de alerta e de resistência. Torna-se preocupante o fato de 5% deles estarem na fase de quase-exaustão, pois caso não haja a remoção dos agentes estressores ou o uso de estratégia de enfrentamento, o estresse poderá atingir a sua fase final. O percentual de estudantes na fase de exaustão é de 2%, fase na qual doenças graves podem ocorrer nos órgãos mais vulneráveis.

Na fase de resistência, a que mais prevaleceu entre os participantes do estudo, 59% deles estão fazendo estágio, 71% estão

satisfeitos com o curso e 17% deles pensam em desistir do curso, o que nos remete à questão da evasão escolar.

A princípio, não podemos relacionar o número de disciplinas cursadas com estresse, já que os resultados não são claros. Novamente, uma pesquisa mais focada poderá confirmar, ou não esta afirmativa.

Observa-se uma predominância de sintomas psicológicos de estresse entre os alunos estressados.

Foi possível verificar que o estágio é um fator que pode desencadear estresse nos alunos, uma vez que entre os estressados a maioria está fazendo estágio, e entre os não estressados a maioria não está fazendo estágio.

Estudos complementares a este podem ser conduzidos no sentido de se levantar por amostragem equitativa os alunos de acordo com as suas periodizações no curso, mapeando assim possíveis períodos mais estressantes, o que pode contribuir para uma reforma curricular.

Os resultados encontrados sinalizam a importância de intervenções que contemplem o conjunto de estudantes mais afetados, além de viabilizar propostas para minimizar e evitar problemas de evasão escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **LDB: Lei 9.394 de 20/12/1996**. Câmara dos Deputados. 5. ed. Brasília, DF: Câmara, 2010.

Disponível em:
<http://bd.camara.gov.br/bd/bitstream/handle/bdcamara/2762/ldb_5ed.pdf>

Acesso em: 21 novembro 2011.

BERGER, P.L & LUCKMANN, T. **A Construção Social da Realidade**. 4. ed. Petrópolis:Vozes, 1976.

GOUBEIA, T.M.V. **Repensando Alguns Conceitos**: Sujeitos, Representação Social e Identidade Coletiva. Recife: UFPE, 1993. Dissertação (Mestrado), Universidade Federal de Pernambuco,1993.

LAZARUS & FOLKMAN In: PEREIRA, A. M.T.B. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. 3.ed.Casa do Psicólogo, 2008.

LIPP, M. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

MALASCH, C. & LEITE, M. P. **Trabalho: Fonte de prazer ou desgaste? Guia vencer o estresse na empresa.** Campinas: Papyrus, 1999.

TOMASI, N. G. S.; YAMAMOTO, R. M. **Metodologia da Pesquisa em Saúde: Fundamentos Essenciais.** Curitiba, 1999.

PEREIRA, A. M.T.B. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador.** 3.ed. Casa do Psicólogo, 2008.

PENNA, M. **O que Faz Ser Nordestino: identidades sociais, interesses e o “escândalo” Erundina.** São Paulo: Cortez, 1992.

SANTOS, M. F. S. **Identidade e Aposentadoria.** 1. ed. São Paulo: EPU, 1990.