



ESTRESSE E DESEMPENHO ACADÊMICO EM ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE: UMA RELAÇÃO DE COMPETITIVIDADE

Pâmela Maiara Grison¹
Rafaela Pendon²
Thaís Kinsel Mocellin³
Rafaela Reinicke⁴
Fabiana Brum Haag⁵
Débora Tavares de Resende e Silva⁶

Resumo: O estresse é um dos principais fatores predisponentes à instabilidade física e psíquica do nosso organismo, afetando negativamente a cognição e a saúde dos estudantes e prejudicando o desempenho acadêmico, o que provoca uma diminuição da atenção e da concentração, aumentando o índice de erros. Esses fatores, sem dúvidas refletem no processo de ensino aprendizagem, bem como na prática profissional, futuramente. Deseja-se identificar a relação e os prejuízos causados pelo estresse no desempenho acadêmico de estudantes da área da saúde, os fatores que predispõe a esse estresse e como lidar com esse sentimento diante de uma situação estressante no ambiente da prática. Esta produção foi efetuada, baseando-se na leitura exploratória de artigos científicos no período do mês de Julho de 2018, publicados nos últimos cinco anos sobre o tema elencado, bem como no projeto de pesquisa intitulado: “Prevalência de estresse mental em estudantes da área da saúde. Todos os estudante da área da saúde, em algum momento de sua trajetória acadêmica, já vivenciaram alguma situação causadora de estresse, e perceberam os resultados negativos que isso trouxe para sua saúde. A vida acadêmica é permeada por cobranças, inúmeros conteúdos e disciplinas, cumprimento de prazos, situações essas que exigem dos estudantes um intenso preparo físico e emocional. O acadêmico vê-se pressionado, principalmente em períodos de avaliações, quando a cobrança aumenta ainda mais e a necessidade de obter êxito nas notas e aprovação está a flor da pele. Diante disso, na maioria dos

¹ Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: pamelagrison13@hotmail.com

² Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: rafaela.pendon@hotmail.com

³ Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: thaiskinselmocellin@gmail.com

⁴ Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: rafaelaabrz@gmail.com

⁵ Mestre em Ciências da Saúde: Cardiologia. Doutoranda do IC-FUC/RS. Docente assistente do curso de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: fabiana.haag@uffs.edu.br

⁶ Fisioterapeuta. Doutora em Patologia. Docente adjunta dos cursos de Enfermagem e Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó: debora.silva@uffs.edu.br



casos por inexperiência, os estudantes enfrentam situações de estresse constantes, que abalam seu emocional prejudicando seu desempenho, além de causar exaustão física, tornando estas vivências demasiadamente difíceis. Através das informações que estão sendo coletadas, conclui-se que existe uma forte correlação entre a qualidade de vida e o estresse dos alunos universitários da área da saúde, constatação esta que constitui principal objetivo da pesquisa. Isso deixa explícito a necessidade de se trabalhar em sala de aula, técnicas para o enfrentamento do estresse, bem como favorecer mais escuta e acolhimento aos alunos para detectar situações de estresse e buscar construir juntos formas de administrá-las, formando políticas de promoção da saúde e qualidade de vida no âmbito da própria universidade, podendo surgir sugestões, como por exemplo, de uma melhor distribuição da carga horária do curso, o que facilitaria a disponibilidade de tempo para estudar e desenvolver outras atividades, dentre outras ideias para aumentar o desempenho dos alunos. Afinal, é também a sociedade que perde com um profissional mal qualificado em razão da baixa qualidade de vida e eventos estressores contínuos que fazem com que o mesmo saia para o mercado de trabalho adoecido.

Palavras-chave: Saúde. Estresse. Universitários.

Categoria: Pesquisa

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Formato: Comunicação Oral