



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76
Recredenciamento pelo Decreto nº 17.228 de 25/11/2016



PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXIII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS SEMANA NACIONAL DE CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA - 2019

ESTRESSE NO PROCESSO ENSINAR-APRENDER DO ESTUDANTE DE MEDICINA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.

Caique da Silva Santana¹; Maria Lucia Silva Servo²;

1. Bolsista PIBIC/CNPq, Graduando em Medicina, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail:

caique_ssantana@live.com

2. Orientador, Departamento de Saúde, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: luciaservo@yahoo.com.br

PALAVRAS-CHAVE: estresse, medicina, estudante.

INTRODUÇÃO

As múltiplas concepções sobre o estresse nem sempre são objetivas e unânimes no meio acadêmico. O termo “estresse” vem sendo utilizado para explicar o estado emocional frente a situações de sobrecarga de trabalho, conflitos interpessoais, frustrações, entre outros. Essas situações são definidas na literatura como estressores, que na verdade são fatores que podem desencadear o estresse, manifestando no organismo reações físicas, químicas, orgânicas e psicológicas ao se deparar com situações que quebram a homeostasia interna. Assim, muitas pessoas consideram-se estressadas quando, na verdade, há uma exposição aos estressores, geralmente sem ter desencadeado as reações propriamente ditas (ARAÚJO, 2016).

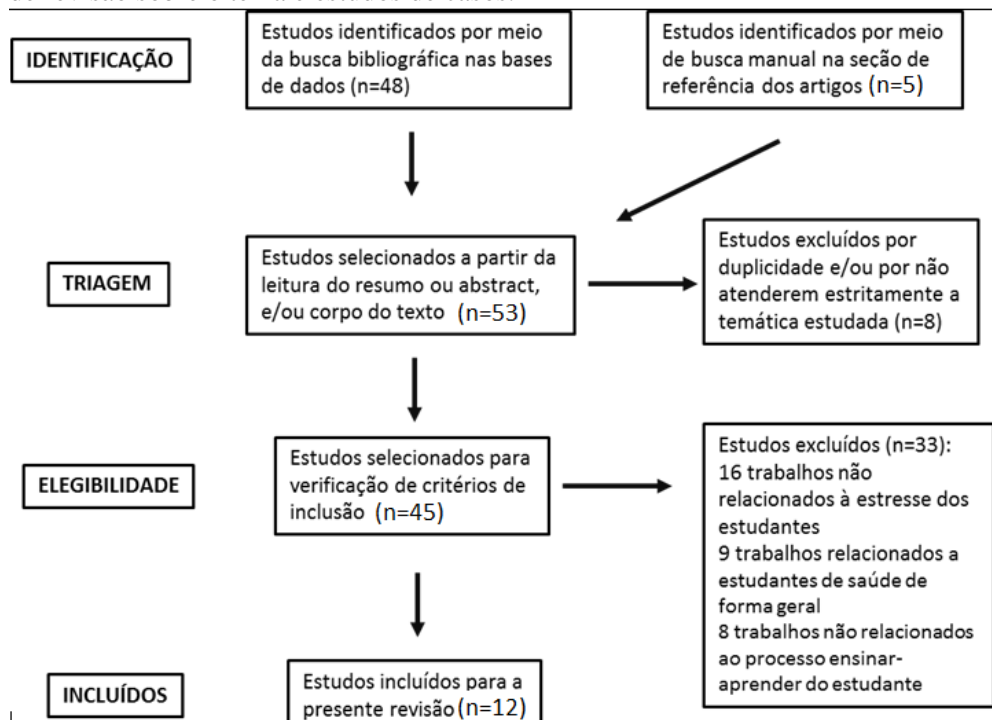
Os relatos e os estudos sobre o estresse entre estudantes de Medicina são muito comuns na literatura. Alguns estudos publicados, como o de Silva (2017) e Figueiredo (2014), se propõem a compreender as causas e as consequências a curto e a longo prazo desse processo. Além disso, algumas pesquisas, tais como Costa (2018), se dedicam na identificação dos agentes estressores para que a gênese do problema seja esclarecida e também para que soluções sejam pensadas e desenvolvidas para a melhoria da qualidade de vida do estudante durante o curso e após a sua conclusão. O estresse nos estudantes de Medicina é algo alarmante, não apenas pela sua alta incidência e por ser algo decorrente em debates e publicações, mas também por incluir repercussões fisiológicas, psicológicas e cognitivas, acarretando prejuízos nas sensações de bem-estar, no aprendizado e na vida social do estudante. Esse prejuízo de aprendizado é algo que necessita de atenção, por comprometer a formação desse futuro médico e também dos futuros usuários dos serviços prestado por ele (LIMA, 2016).

Neste sentido, estabelecemos como problema de investigação: como acontece o estresse no processo ensinar-aprender dos estudantes de medicina, segundo a literatura no período de 2009 - 2019? E como objetivo conhecer como o estresse no processo ensinar-aprender dos estudantes, a partir da literatura e identificar os elementos que potencializam o estresse. Esperamos com esse estudo, contribuir para o aprofundamento de conhecimentos relacionados à temática visando melhorias das condições de aprendizado e preservação da saúde mental dos estudantes.

METODOLOGIA

O método utilizado constituiu-se de uma revisão integrativa da literatura, segundo a metodologia descrita no Statement for Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies (PRISMA) acerca dos estudos que investigaram a associação entre estresse e processo ensinar-aprender em estudantes de medicina. (LIBERATI, 2009). Foram consultadas as seguintes bases de dados: Lilacs, MEDLINE, CUMED CU, Index Psicologia – Periódicos técnicos científicos. Os critérios de inclusão foram: publicações entre 2009 e 2019 em português, inglês e espanhol. Foram utilizados descritores listados na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), buscando-os nas palavras-chave, título e/ou resumo do artigo. A seleção inicial

foi realizada pela leitura do resumo. Os descritores da BVS utilizados foram: “estudante de medicina”, “estresse”, “ensinar aprender”. Os critérios de inclusão foram: a) artigos nacionais e internacionais no período de 2009-2019 com disponibilidade do texto completo b) estudos relacionados à estresse de estudantes de medicina. Também foram utilizadas outras bibliografias que abrangem o tema que puderam contribuir com a construção desta revisão. Assim, foram incluídos artigos originais, pesquisas quantitativas e qualitativas, estudos retrospectivos, artigos de revisão sobre o tema e estudos de casos.



RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

A tabela abaixo, elaborada pelo próprio autor, sintetiza os autores, fatores de estresse, resultados e principais conclusões sobre os doze estudos incluídos neste estudo.

Autores	Fatores de estresse	Principais resultados	Principais conclusões
Costa et al.	<ul style="list-style-type: none"> A escolha dos pacientes para as primeiras anamneses; A sensação de que não está ajudando o paciente; Receio de incomodar; Dificuldade de distinguir o normal do patológico; Problemas na metodologia de ensino; O desafio de lidar com a intimidade emocional e corporal do paciente; Dificuldades técnicas no exame físico. 	A percepção de incompetência e de não poder contribuir com o tratamento do paciente gera no estudante ansiedade, angústia, frustrações, insegurança, dúvida e medo, o que dificulta o enfrentamento nos primeiros contatos com o paciente. Tais condições prejudicam tanto o aprendizado, como a saúde mental do aluno e, dependendo de como sejam enfrentadas, podem interferir na formação e na prática médica.	Espaços de diálogo são fundamentais para que os graduandos tenham uma rede de apoio para suprimir o estresse do contato com o paciente e os desafios do seu adoecimento. É necessária maior integração entre docentes e discentes para melhor aproveitamento das aulas em cenários práticos, bem como respeito às limitações próprias do estudante, de forma que este não as entenda como inadequadas.
Weurlander et al.	<ul style="list-style-type: none"> Enfrentamento da doença e morte do paciente; Comportamento não profissional entre os profissionais de saúde; Dilemas quanto ao tratamento do paciente. 	Estudantes de Medicina e Enfermagem experimentaram uma série de situações durante o ensino de graduação que consideraram emocionalmente desafiadoras, principalmente durante os estágios clínicos.	Professores, supervisores e alunos precisam estar cientes de que os alunos podem vivenciar situações emocionalmente difíceis e que os alunos precisam de tempo para reflexão e apoio.
Silva et al.	<ul style="list-style-type: none"> Abuso psicológico de poder, e mesmo físico, 	Situações de assédio e bullying na escola médica permanecem	Tempo de docência e sexo feminino parecem exercer um

	<p>por parte de pacientes, professores, residentes ou colegas ao longo do curso.</p>	<p>negadas por muitos docentes e que ainda se ignora que atitudes, mesmo involuntárias, podem ser causadoras de sofrimento psíquico no estudante.</p>	<p>papel importante na percepção do docente sobre o sofrimento psíquico do estudante. Parcela significativa de professores desconhece a existência das instâncias de apoio psicológico aos estudantes.</p>
Querido et al.	<ul style="list-style-type: none"> • Esquema de estudo; provas e exames; • Gestão do tempo; • Conflitos entre dever e lazer; Sentimento de desamparo do estudante frente ao poder dos professores; • Constante competição entre os estudantes; • Experiência de contato com a morte • Medo de contrair doenças; • Contato com a Psiquiatria e pacientes psiquiátricos; • Descoberta de que o médico não é onipotente; • Preocupação com os ganhos financeiros no futuro; • Plantões do internato; • Escolha da especialidade; • Medo de ser processado no exercício da profissão; • Preocupação de não ser aprovado no exame de residência médica. 	<p>Identificou-se que parte da população estudada apresentava estresse (52%), com predominância de sintomas psicológicos e numa fase potencialmente adoecedora, mas pouco vista como tal (fase de resistência).</p>	<p>Identificou-se que boa parte da população estudada apresentava estresse e numa fase potencialmente adoecedora, mas pouco vista como tal. Observaram-se também características de personalidade que influenciam esse caráter de “resistência” frente à adversidade e à tensão.</p>
Lima et al.	<ul style="list-style-type: none"> • Morar longe da família. 	<p>No presente estudo, níveis de estresse moderado e grave, prejudiciais à saúde, foram encontrados na grande maioria dos estudantes do ciclo básico e clínico de Medicina da UFPR.</p>	<p>Não houve correlação entre estresse e aprendizado em relação a morar longe da família.</p>
Toro et al.	<ul style="list-style-type: none"> • Sobrecarga de trabalhos de casa e trabalho escolar; • O tempo limitado para realização do trabalho • Avaliações de professores. 	<p>Os alunos da Faculdade N° 2 da Universidade de Ciências Médicas de Santiago de Cuba relataram altos níveis de estresse (92,3%).</p>	<p>85,0% dos pacientes tratados apresentaram bom comportamento após a terapia, 15,0% estavam na categoria regular e nenhum apresentou mau comportamento em sua evolução.</p>
Vliet, Jong e Jong.	<ul style="list-style-type: none"> • Avaliações constantes • Má gestão do tempo de estudo. 	<p>Os estudantes de medicina foram submetidos a acompanhamento por 12 meses. Após esse período, os participantes mostraram uma preocupação empática significativamente maior e diminuição do desconforto pessoal.</p>	<p>Este estudo demonstrou efeitos benéficos a longo prazo do curso MBM sobre estresse percebido e empatia em estudantes de medicina e enfermagem.</p>
Silva M, et al.	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidade de assistir outras pessoas • O limite entre doença e morte • Fragilidades emocionais • Necessidade de autonomia na tomada de decisões • Ritmo intenso de vida estudantil, experiências 	<p>Os estudantes que participaram desta pesquisa mostraram-se engajados, sobretudo aqueles que cursam Medicina e Enfermagem, casados, com filhos, que dedicam grande parte de seu tempo aos estudos, que trabalham e que praticam atividades de lazer.</p>	<p>Pode-se concluir que o Questionário do Bem-Estar e Trabalho para Estudantes (UWES-S) mostrou-se um instrumento confiável e válido para medir o escore de engajamento de estudantes do ensino superior nas Ciências da Saúde.</p>

	<p>em situações de atendimento de urgência</p> <ul style="list-style-type: none"> • Confronto com a morte • Além do pouco tempo para lazer e família 		
Figueiredo, et al.	<ul style="list-style-type: none"> • Pressão para aprender grande quantidade de novas informações • Falta de tempo para atividades sociais • Contato com doenças graves e com a morte no cuidado dos pacientes 	O principal elemento considerado na qualidade de vida do estudante de Medicina da Ufop é uma extensa carga horária curricular, frequentemente associada a uma carga excessiva de atividades extracurriculares, que limitam práticas de esporte, lazer e qualidade de sono.	a dificuldade de organização e adequação do tempo para atender às necessidades da formação se apresenta como o principal obstáculo para manter uma desejável qualidade de vida.
Aguiar, et al	<ul style="list-style-type: none"> • comportamento compulsivo, rigidez, atitude de controle das emoções • retardo de gratificações e fantasias irrealistas acerca do futuro 	Evidenciou-se, ainda, que, nos três semestres estudados, os alunos com sintomas de estresse encontravam-se, em sua maioria, na fase de resistência, bem como apresentavam predominância de sintomatologia na esfera psicológica.	Este estudo mostrou níveis significativos de estresse nos estudantes de Medicina, especialmente no quarto semestre do curso, quando há o envolvimento clínico.
Costa, 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedade, angústia, frustrações, insegurança, dúvida e medo 	Foram relatadas como barreiras nas primeiras vivências do estudante: a escolha dos pacientes para as primeiras anamneses; a sensação de que não está ajudando o paciente; receio de incomodar; dificuldade de distinguir o normal do patológico;	Nos primeiros contatos com o doente, o estudante necessita de habilidades que não se sente capaz de demonstrar. Assim, são vivenciados vários sentimentos, que limitam a construção de um conhecimento que é progressivo, mas que acontece num cenário real, onde as demandas se apresentam de forma integral.
Katsurayama et al	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedade, irritabilidade e angústia. 	A relação familiar, fonte de suporte social e emocional, quando bem definida tornam-se fatores de proteção contra o estresse, neutralizando os fatores de riscos, que tornam o aluno mais vulnerável, mais suscetível ao estresse.	Dada a dificuldade em modificar essas condições estressoras do curso, resta a implementação de programas que auxiliem o estudante a lidar com as dificuldades da vida acadêmica.

CONCLUSÕES

A partir da literatura estudada sobre estresse no período de 2009 – 2019 Por meio da coleta de dados, foi possível entender que, o estresse desenvolvido pelos discentes dos cursos de bacharelado em medicina é objeto de estudo no cenário nacional e internacional. A partir do diálogo entre os campos do conhecimento, foram identificadas as contribuições dos fatores estressantes. No entanto, a abordagem para a resolução desses fatores ainda é insuficiente. A minimização do estresse desenvolvido pelo discente no processo ensinar – aprender do curso de medicina desse campo do conhecimento é pautado em suas peculiaridades sociais, físicas e psíquicas; como exemplo, as deficiências na prática médica, anseios, conhecimento construído e habilidades desenvolvidas. Terapias em grupo configuram-se como uma alternativa para a socialização do discente objetivando a construção de medidas que possam ser colocadas em prática, levando em consideração aptidões individuais. A gênese do estresse se relaciona com inúmeros estressores, dentre eles a ansiedade em busca de excelência, aliado à inúmeras atividades desempenhadas pelos estudantes no período da graduação. O excesso de atividades, somadas à má administração do tempo, sobrecargas de trabalho e sentimentos de grande pressão por aprendizado em grande quantidade de informações, acabam desempenhando sentimentos negativos como frustrações e medo de não conseguir alcançar a excelência. Todos esses fatores estressantes, culminam em alterações de comportamento ao longo do tempo, evoluindo para a

fase de alarme. A literatura sinaliza ainda, que no processo ensinar – aprender as instituições de ensino devem criar espaços para que seus discentes tenham um momento para a livre expressão dos seus sentimentos, para que as dificuldades sejam superadas a fim da promoção de saúde e de um melhor desempenho acadêmico. Os serviços de apoio psicológico se configuram como uma boa alternativa para estudantes aprenderem a desenvolver mecanismos de suporte para lidar com problemas relacionados ao estresse. A construção coletiva de estratégias de enfrentamento, frente aos mecanismos estressores são a base para o melhoramento do entendimento sobre estresse dos estudantes de medicina.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, Sâmia Mustafa et al . Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro , v. 58, n. 1, p. 34-38, 2009 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852009000100005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Mar. 2019.
- ARAÚJO LMN; RODRIGUES CCFM; DANTAS MSP, et al. Estresse no cotidiano universitário: estratégias de enfrentamento de docentes da saúde. **Rev Fund Care Online**, 2016.
- COSTA, Edméa Fontes de Oliva et al . Common mental disorders and associated factors among final-year healthcare students. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo , v. 60, n. 6, p. 525-530, Dec. 2014 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302014000600525&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Mar. 2019.
- COSTA, Gilka Paiva Oliveira et al . Enfrentamentos do Estudante na Iniciação da Semiologia Médica. **Rev. bras. educ. med.**, Brasília , v. 42, n. 2, p. 79-88, June 2018 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000200079&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Fev. 2019.
- DEL TORO ANEL, Annia Yolanda et al. Terapia floral en el tratamiento de estudiantes de medicina con estrés académico. *MEDISAN* [online]. 2014, vol.18, n.7 Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014000700002&lng=es&nrm=iso. Acesso em 14. Mar 2019.
- FIGUEIREDO, Adriana Maria de et al . Percepções dos estudantes de medicina da ufop sobre sua qualidade de vida. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 38, n. 4, p. 435-443, Dec. 2014 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022014000400004&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 Fev. 2019.
- KATSURAYAMA, Marilise et al . Fatores de risco e proteção em estudantes de medicina da Universidade Federal do Amazonas. *Psicol. Am. Lat.*, México , n. 16, jun. 2009 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2009000100006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 16 Mai. 2019.
- LIMA, Rebeca Ludmila de et al . Estresse do Estudante de Medicina e Rendimento Acadêmico. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 40, n. 4, p. 678-684, Dec. 2016 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400678&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 Fev. 2019.
- QUERIDO, Izabela Almeida et al . Fatores Associados ao Estresse no Internato Médico. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 40, n. 4, p. 565-573, Dec. 2016 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000400565&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Fev. 2019.
- SILVA, Maria Aparecida Miranda da et al . Percepção dos Professores de Medicina de uma Escola Pública Brasileira em relação ao Sofrimento Psíquico de Seus Alunos. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 41, n. 3, p. 432-441, Sept. 2017 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000300432&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 Fev. 2019.
- SILVA, Juliana Ollé Mendes da et al . Engajamento entre Estudantes do Ensino Superior nas Ciências da Saúde (Validação do Questionário Utrecht Work Engagement Scale (UWES-S) com Estudantes do Ensino Superior nas Ciências da Saúde). **Rev. bras. educ. med.**, Brasília , v. 42, n. 2, p. 15-25. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000200015&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 Fev. 2019.
- Vliet, Marja & Jong, Mats & C. Jong, Miek. Long-term benefits by a mind–body medicine skills course on perceived stress and empathy among medical and nursing students. *Medical Teacher*, 2017.
- WEURLANDER, Maria. et al. How do medical and nursing students experience emotional challenges during clinical placements? *Int J Med Educ*. 2017.