

ESTUDO DO ESTRESSE NA GRADUAÇÃO DE ENFERMAGEM: REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Andréa Rosane Sousa Silva¹
Albery Lins da Silva²
Mirelly Priscilla Melo Bezerra³
Maria Luiza Maciel Mendes⁴
Iraide Nascimento dos Santos⁵

Enfermagem



ISSN IMPRESSO 1980-1769
ISSN ELETRÔNICO 2316-3151

RESUMO

Durante a vida acadêmica, os estudantes de enfermagem sofrem consideráveis níveis de estresse, ainda mais do que os de outros cursos de saúde e relacionam esse estresse às elevadas cargas horárias a serem cumpridas, relatórios extensos a serem entregues, desigualdade de aprendizado entre a teoria e a prática e principalmente a correlação entre a vida acadêmica e a vida pessoal. Este trabalho tem o objetivo de encontrar na literatura estudos que abordem o estresse entre estudantes da graduação de enfermagem; trata-se de uma revisão integrativa de abordagem qualitativa e exploratória e foi desenvolvido a partir de abordagens literárias no banco de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) compreendendo a biblioteca Scielo e as bases Lilacs, BDEnf e Medline no período entre Outubro a Dezembro de 2015. Foram encontradas 26 pesquisas que abordam o tema proposto e selecionados 16 estudos que mais se aproximavam com o objetivo deste trabalho buscando efetividade na resposta da questão norteadora. A busca resultou em estudos que descrevem fatos potencialmente estressores em todo o decorrer da graduação e tende a piorar no fim do curso quando as atividades tornam-se exaustivas, o que compromete a qualidade de vida do estudante, seu foco nos estudos e sua saúde mental, atentando ao fato de que o estresse pode predispor a situações clínicas mais graves. Há ainda a necessidade de aprofundar o estudo na relação do estresse com outras patologias já que se observou que ele é causa de diversos sintomas psicossomáticos o que fomenta o surgimento de algumas síndromes e doenças.

PALAVRAS-CHAVE

Estudantes de Enfermagem; Qualidade de Vida; Depressão; Estresse.

ABSTRACT

During the academic life of nursing students suffer considerable levels of stress, even more than other health courses and relate that stress the high loads Time to be met, extensive reports to be delivered, the learning gap between theory and the practice and especially the correlation between academic life and personal life. This work aims to find in the literature studies addressing stress among students of nursing degree; it is an integrative review of qualitative and exploratory approach and was developed from literary approaches in the Virtual Library database in Health (BVS) comprising the Scielo bases, Lilacs, BDEnf and Medline in the period from October to December 2015. Found 26 research addressing the theme and selected 16 studies that came closest to the objective of this study seeking effectiveness in the response of the guiding question. The search resulted in studies describing potentially stressful events throughout the course of undergraduate and tends to worsen at the end of the course when activities become complete, which compromises the student's quality of life, its focus on studies and their mental health, paying attention to the fact that stress may predispose to more serious medical conditions. There is also the need for further study on stress related to other diseases since it was observed that it is because of various psychosomatic symptoms that fosters the emergence of some syndromes and diseases.

KEYWORDS

Nursing students; Quality of life; Depression; Stress.

1 INTRODUÇÃO

O tema estresse vem gerando grande repercussão nos últimos anos devido às experiências cotidianas que acarretam grandes mudanças comportamentais ou mesmo fisiológicas a quem sofre. Além disso, ele também tem sido apontado como fator desencadeante de transtornos psicossomáticos que comprometem a qualidade de vida. Durante a vida acadêmica, os estudantes de enfermagem sofrem consideráveis níveis de estresse, ainda mais do que os de outros cursos de saúde e relacionam esse estresse às elevadas cargas horárias a serem cumpridas, relatórios extensos a serem entregues, desigualdade de aprendizado entre a teoria e a prática e principalmente a correlação entre a vida acadêmica e a vida pessoal (BENAVENTE, COSTAR, 2011; BUBLITZ et al., 2012).

Historicamente, o estresse só foi descrito como síndrome em 1930 por Hans Selye, antes disso era atribuído apenas como uma pressão física do indivíduo. Selye denota os adoecimentos do corpo e seus sintomas a partir do esforço mental que o estresse causa e assim, o detecta como agente potencial de doenças psicossomáticas (COZZA et al., 2013).

A maior parte das pesquisas sobre o estresse é relacionada ao estresse laboral, a partir daí torna-se necessário atentar para o estresse no momento da graduação que, de fato, é um período crítico para desenvolver transtornos (PRADO et al., 2012). A graduação quase sempre é superestimada entre os estudantes que a iniciam; é um período de mudanças. No entanto, muitos dos estudantes não conseguem logo de início e outros não chegam a conseguir acompanhar essas novidades no percurso de sua vida acadêmica, o que acarreta o sentimento de que suas atividades são estressoras, tornando-os suscetíveis a altos índices de estresse psicológico (BUBLITZ et al., 2012).

O estresse é a reação própria do organismo à circunstâncias de perigo ou ameaça (BRASIL, 2013) ele se diferencia em dois tipos: o *eustress* (quando há tensão dentro dos limites da normalidade, equilibrada) e o *distress* (quando há desequilíbrio do indivíduo com o meio após episódios de tensão a que ele foi submetido) (PEREIRA et al., 2010). Para o diagnóstico do estresse, devem ser considerados os tipos e as fases em que ele se apresenta. O estresse crônico é o que mais afeta as pessoas no dia a dia, sendo constante e apresentando níveis amenos de irritabilidade; já o agudo se apresenta normalmente após experiências traumáticas causando altas taxas de irritabilidade e também de agressividade. Além disso, o estresse tem três fases de apresentação: a fase de alerta, onde a pessoa sente intimidação com o agente agressor, a fase de resistência, quando tenta trazer de volta o equilíbrio ao seu organismo e a fase de exaustão, quando se apresenta patologicamente (BRASIL, 2013). Este trabalho tem o intuito de encontrar na literatura estudos que relatam o estresse submetido aos estudantes de enfermagem durante a graduação.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de abordagem qualitativa e exploratória. Segundo Crossetti (2012) a revisão integrativa resume o que conclui pesquisas anteriores sobre determinado tema que esteja relacionado com a pergunta problema que o estudo realizado se propõe a responder. O estudo foi desenvolvido a partir de abordagens literárias no banco de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) compreendendo a biblioteca *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e as bases Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Bases de Dados em Enfermagem (BDEnf) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (Medline) no período entre Outubro a Dezembro de 2015, envolvendo os descritores: "estudantes de enfermagem", "qualidade de vida", "depressão". Também foi utilizado "estresse" como palavra-chave, já que "estresse" não é descritor exato.

Para esse estudo, foram seguidos os passos norteadores: pergunta-problema, objetivo da pesquisa, pesquisa de literatura, seleção de amostra, discussão dos resultados e apresentação de resultados. A pergunta-problema que delimitou a pesquisa foi: "O que a literatura científica aborda sobre o estresse na graduação de enfermagem?" Os critérios de inclusão foram as literaturas de abordagem qualitativa e qualitativa disponíveis na íntegra nos idiomas português e espanhol com limite de publicação entre os anos 2010 e 2015. Como critério de exclusão foram retiradas literaturas não disponíveis na íntegra, com abordagem apenas quantitativa, no idioma inglês e que fuja do limite temporal da busca.

Foram considerados apenas artigos que tinham como assunto o estresse no estudante de enfermagem. Para organização da pesquisa, foi criado um quadro onde eram organizadas informações da literatura já lida como os nomes dos autores, ano de publicação, título e objetivos propostos. A partir daí, estabeleceu-se a ordem dos estudos que propuseram revisão da bibliografia, pesquisas de campo, e aqueles que se diferenciavam entre o objetivo da pesquisa, caráter da pesquisa e levantamento de dados facilitando na produção dos resultados e discussões.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante pesquisa, foram encontrados 26 estudos que abordam o tema proposto em todas as bases sendo 08 deles repetidos em mais de uma delas. Foram selecionados 16 estudos, sendo 15 artigos e 01 dissertação que mais se aproximavam com o objetivo da pesquisa buscando efetividade na resposta da questão norteadora. Entre eles, 04 estão publicados na Revista Latino-Americana de Enfermagem destacando-a entre outros periódicos identificados. A maior parte dos estudos foi desenvolvida na região Sudeste, mais precisamente no Estado de São Paulo, destacando a Universidade de São Paulo (USP) com quantidade maior de publicações com essa temática (Quadro 1).

Quanto à profissão dos autores, totalizaram em todos os estudos a participação de 39 Enfermeiros, 07 Psicólogos, 03 Graduandos de Enfermagem, 02 Matemáticos, 02 Pedagogos, 01 Médico, 01 Fisioterapeuta e 05 não tiveram suas profissões identificadas. Quanto ao ano de publicação, os anos de 2011, 2012, 2013 tiveram respectivamente 04, 03 e 03 pesquisas publicadas sobre o estresse nos estudantes de enfermagem, demais estudos distribuíram-se entre os outros anos dentro do limiar da busca.

Quadro 1 – Síntese da literatura utilizada.

AUTOR, DATA	TÍTULO	OBJETIVO	
1	Benavente SBT, Costa ALS. 2011.	Respostas fisiológicas e emocionais ao estresse em estudantes de enfermagem: revisão integrativa da literatura científica.	Analisar a produção científica relacionada às respostas fisiológicas e emocionais em estudantes de enfermagem, registrada nos Periódicos nacionais e internacionais de enfermagem.
2	Bublitz S, Guido LA, Freitas EO, Lopes LFD. 2012.	Estresse em Estudantes de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa.	Analisar as produções científicas sobre estresse em estudantes de Enfermagem.
3	Cozza HFP, Nogueira JCG, Cecato JF, Montiel JM, Bartholomeu D. 2013	Avaliação de estresse no ambiente de trabalho de um grupo de estudantes de enfermagem.	Comparar os sintomas de estresse e sua fase entre enfermeiros e outros trabalhadores avaliados no <i>inventário de sintomas de stress para adultos de lipp</i>
4	Prado JM, Kurebayashi LFS, Silva MJP. 2012.	Eficácia da auriculoterapia para diminuição de estresse em estudantes de enfermagem: ensaio clínico randomizado.	Avaliar a eficácia da auriculoterapia verdadeira e auriculoterapia placebo na diminuição dos níveis de estresse de estudantes de Enfermagem
5	Ministério da Saúde (BR). 2013.	Estresse.	Guia do Ministério da Saúde
6	Pereira CA, Miranda LCS, Passos JP. 2010.	O estresse e seus fatores determinantes na concepção dos graduandos de enfermagem.	Identificar o nível de estresse dos graduandos em enfermagem e discutir a relação dos possíveis fatores associados ao estresse na qualidade de vida do discente.
7	Corral-Mulato S, Baldissera VDA, Santos JL, Philibert LAS, Bueno SMV. 2011.	Estresse na vida do acadêmico em enfermagem. (Des)conhecimento e prevenção.	Descrever a percepção do pessoal e profissional sobre o Estresse, sua prevenção e a abordagem da temática na formação junto aos estudantes de enfermagem brasileiros.
8	Hirsch CD, Barlem EL, Tomaszewski-Barlem JG, Lunardi VL, Oliveira AC. 2015.	Preditores do estresse e estratégias de coping utilizadas por estudantes de Enfermagem.	Identificar os preditores do estresse e as estratégias de <i>coping</i> utilizadas por estudantes de Enfermagem.

9	Benavente SBT, Silva RM, Higashi AB, Guido LA, Costa ALS. 2014.	Influência de fatores de estresse e características sociodemográficas na qualidade do sono de estudantes de enfermagem.	Analisar a influência dos fatores de estresse e das características sociodemográficas na qualidade do sono de discentes de enfermagem.
10	Moreira DP, Furegato ARF. 2013.	Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem.	Identificar a presença de estresse e depressão entre estudantes do último ano de dois cursos de enfermagem e a associação entre essas variáveis.
11	Cerchiarri EAN, Caetano D, Faccenda O. 2005	Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários.	Estimar a prevalência de transtornos mentais menores (TMM), bem como verificar a associação de algumas variáveis sociais e Acadêmicas com os TMM em estudantes universitários.
12	Phun ET, Santos CB. 2010.	El consumo de alcohol entre estudiantes del segundo año de enfermería.	Identificar o consumo de álcool e o estresse entre estudantes de enfermagem
13	Freitas EO. 2012.	Estresse, coping, Burnout, sintomas depressivos e hardiness entre discentes de enfermagem.	Analisar estresse, <i>coping</i> , <i>burnout</i> , sintomas depressivos e <i>hardiness</i> entre discentes de enfermagem.
14	Santos VEP, Radünz VO. 2011.	Cuidar de si na visão de acadêmicas de enfermagem.	Descrever como as acadêmicas de enfermagem percebem o cuidar de si
15	Silva VLS, Chiquito NC, Andrade RAPO, Brito MFP, Camelo SHH. 2011.	Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes.	Analisar, de acordo com a visão dos estudantes do último ano de graduação em enfermagem, fatores de estresse desencadeados durante as atividades acadêmicas.
16	Rueda FJM, Alves SMM, Baptista MN. 2014.	Evidência de validade preliminar da escala de depressão (EDEP): um estudo com alunos de enfermagem.	Buscar evidências baseando-se na relação, com outras variáveis, de uma versão de 32 itens da EDEP, correlacionando-as com a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT) e a <i>Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey</i> (MBI-HSS)

Após leitura dos estudos, foi possível identificar a preocupação dos autores em abordarem os causadores de estresse, sinais e sintomas e método de enfrentamento do problema. O estresse se dá a partir de um estímulo estressor, um causador, que

fará com que o indivíduo responda a esse estímulo conforme suas ações no ambiente tendo influências externas como consigo mesmo nas experiências originadas internamente. Corral-Mulato et al. (2011) enquadra o estresse em três categorias: como situação de desequilíbrio, sinônimo de dificuldades ou estresse na vida profissional. Nesse estudo, os estudantes de enfermagem responderam questionários que lhes perguntavam o que eles entendiam sobre essas categorias de estresse; como situação de desequilíbrio os estudantes relacionaram a situações familiares e/ou pessoais onde ocorre uma grande mudança de vida trazendo transtorno ao indivíduo. Como sinônimo de dificuldade, responderam que seria sobrecargas de tarefas e deveres a cumprir gerando um desconforto consigo mesmo. O estresse na vida profissional se relaciona mais com o excesso de trabalho e cargas horárias excedentes, embora tenha havido respostas bem variadas, essa foi a que se destacou.

No que se refere aos causadores de estresse, foi apontado o receio de não ser aprovado nas avaliações e ter que repetir alguma disciplina por reprovação. Alguns procedimentos em atividades práticas como cateterismo vesical de demora, cateterismo nasogástrico/nasoenteral e também a colocação de luvas estéreis foram apontados como procedimentos de aprendizado com alto poder de causar estresse (BUBLITZ et al., 2012).

Ainda em relação aos causadores de estresse, pesquisas (BENAVENTE, COSTAR, 2011; PRADO et al., 2012; PEREIRA et al., 2010; HIRSCH et al., 2015; BENAVENTE et al., 2014; MOREIRA e FUREGATO, 2013; PHUN e SANTOS, 2010) abordam a carga horária excessiva, avaliações frequentes, elaboração de relatórios e a transição do estudante para o profissional como as causas mais relatadas e frequentes do estresse. Problemas com professores intimidadores e/ou exigentes também é apontado. Outras causas também são descritas, porém com menos frequência que é falta de tempo para entrega de trabalhos, baixa remuneração, problemas pessoais e aulas práticas. Também houve relatos de que o nível de alerta para estresse em estudantes que trabalham é menor do que os que não trabalham devendo esse fato aos estudantes que não tem independência financeira experimentarem muitas frustrações econômicas (PEREIRA et al., 2010; CERCHIARI, 2005)

Segundo Pereira et al. (2010) o estresse também pode ser um fator de excitação para as atividades. Muitos alunos convivem muito bem com prazos apertados para a entrega dos trabalhos e até preferem fazê-los o mais próximo dessa data possível ou mesmo concomitantemente com outras atividades por referirem essa correria como fator estimulante. No entanto, essa correria quando unida a muitas tarefas acumuladas torna a qualidade de vida escassa tomando o tempo para sua vida social e para o lazer o que faz com que haja desgaste físico e até emocional não deixando fácil a percepção de sinais e/ou sintomas do estresse. Um estudo na Universidade de Lima, Peru, relaciona fatores estressantes com consumo de álcool e também outras drogas pelos estudantes de enfermagem (PHUN e SANTOS, 2010). Observa-se que universitários com variáveis altas para desenvolvimento de estres-

se também aumentam a ingestão de álcool e que cerca de 20% deles começam a ingeri-lo após o primeiro ano da faculdade. O fator de estresse em destaque nesse estudo foi a sobrecarga acadêmica e em relação ao álcool 56,1% confirmam seu consumo sendo que, destes, 11% deixaram de cumprir obrigações devido a ingestão abusiva do componente.

Quanto aos sinais e sintomas, pesquisas abordam sobre as três fases do estresse: a fase de alerta, fase de resistência e fase de exaustão. Os níveis de estresse apresentam-se de formas distintas entre as fases (COZZA et al., 2013; PRADO et al., 2012; BRASIL, 2013). Na fase de alerta, os sintomas são sudorese, tensão muscular, ansiedade entre outros. Em fase de resistência os sintomas são lapsos de memória, formigamento nas extremidades, desejo sexual diminuído, tonturas e outros. Já na fase de exaustão os sintomas aparecem de forma mais severa como diarreia, hipertensão, insônia, pesadelos, etc. Também foram descritos outros sintomas como urgência em urinar, tremores, cefaléia, dor epigástrica, rigidez mandibular (BUBLITZ et al., 2012).

Sob ótica de outro estudo, a variação do padrão de sono dos estudantes de enfermagem também sofreu alterações quando detectado o estresse psicológico ocorrendo insônia em quase 30% dos alunos podendo existir aumento com o avançar da idade (BENAVENTE et al., 2014). Ainda sobre o sono, foi identificada indisposição diurna, mudança de horário do sono, e dificuldades para atingir o sono REM (*Rapid Eye Movements*) em muitos estudantes do primeiro ano logo após o início das aulas.

Os métodos de enfrentamento do estresse, também denominado *coping*, são abordados em quase todos os artigos que fizeram parte desse estudo. Entende-se por *coping* como a habilidade do indivíduo de se adaptar a diversas situações reagindo a pensamentos e emoções causados por motivos estressantes. Usado de forma positiva, o *coping* pode ser um grande aliado ao combate dos sintomas do estresse acarretando adaptação, redução ou mesmo superação do problema. Negativamente, utilizado de forma incorreta, o *coping* tende a se tornar causador de estresse aumentando ainda mais seus níveis (HIRSCH et al., 2015).

Descrevendo medidas mais frequentes apontadas por estudantes de enfermagem como *coping* a resolução de problemas foi o fator mais utilizado entre os métodos de confronto, afastamento, fuga, aceitação, autocontrole, reavaliação positiva e suporte social. A medida menos utilizada segundo o estudo foi o afastamento onde o indivíduo procura fingir que não há problemas a serem enfrentados (FREITAS, 2014). Como formas de enfrentamento do estresse também foram descritas as práticas corporais como método eficaz na resolução do problema. Entre as danças, músicas e exercícios, um estudo destaca o uso da auriculoterapia chinesa (consiste em aplicar sementes de mostarda amarela em pontos específicos ao longo da cartilagem e lóbulo da orelha) para alívio dos sintomas (PRADO et al., 2012).

O cuidar de si mesmo também é destacado. É necessário entender o problema, aceitá-lo e desenvolver as estratégias que mais agradem para enfrentar o estresse. Além disso, enfatiza-se a necessidade do autoconhecimento; com ele, fica mais rápido detectar e compreender o possível estresse, fazendo com que se torne mais fácil o *coping* (SANTOS; RADÜNZ, 2011). Outro estudo indica como estratégia de enfrentamento novas formas de avaliação do estudante de enfermagem, principalmente relacionado ao Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), onde em pesquisa, os graduandos referem o último semestre como sendo o mais estressor devido à elaboração do TCC (SILVA et al., 2011).

Outro método positivo de *coping* relatado foi a vocação. Sentir-se apto aquela situação, a encarregar-se dos problemas e enfrentá-los. Sentir-se completo com a profissão escolhida e ter amor pelo que decidiu fazer também é um método eficaz para prevenir o estresse (SANTOS e RADÜNZ, 2011). Os relatos de *coping* negativo são o uso de álcool, substâncias psicoativas, e apontamento de culpa (CORRAL-MULATO et al., 2011; PHUN e SANTOS, 2010).

Ainda há a possível relação do estresse com a síndrome de burnout e a depressão. Pesquisa realizada no interior de São Paulo, com aplicação da Escala de Depressão (EDEP), Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT) e a *Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey* (MBI-HSS) identificaram mesmos sinais e sintomas entre essas condições psíquicas modificando apenas o estágio em que se apresentaram cada uma delas, o que demonstra que o estresse não diagnosticado e não tratado pode acarretar problemas mais graves ao indivíduo (RUEDA et al., 2014).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante pesquisa, foram encontrados estudos que descrevem, apresentam sintomatologia, fatores causais e métodos de enfrentamento do estresse havendo coerência de relatos e argumentos entre eles, o que define o estudo do estresse como sólido e sem discrepâncias. A partir daí, entende-se que fatos potencialmente estressores estão em todo o decorrer da graduação e tende a piorar no fim do curso quando as atividades tornam-se exaustivas, o que compromete a qualidade de vida do estudante, seu foco nos estudos e sua saúde mental, atentando ao fato de que o estresse pode predispor a situações clínicas mais graves.

Além disso, conviver com seus sintomas pode trazer aos estudantes desconforto e mal estar já que, o estresse interfere diretamente nas relações interpessoais e no lazer, tornando essas atividades como fatores correspondentes ao estresse, o que faz com que o indivíduo tente fugir dessas situações ou mesmo transpor a elas as estratégias negativas de *coping*.

É importante a observação de que a maioria dos estudos foram compostos por docentes de enfermagem, demonstrando a atual preocupação com os malefícios causais do estresse durante a graduação o que pode interferir diretamente na formação do estudante como enfermeiro e na qualidade de vida e de assistência que este pode oferecer após o término do curso igualando ao fato de que estudantes de enfermagem sofrem cargas maiores de estresse do que os de outros cursos na área da saúde.

A preocupação com o método de utilização para avaliar o estresse é bem nítida. A maior parte das pesquisas o tratam apenas subjetivamente, poucas foram as que trouxeram ferramentas de avaliação. Há ainda a necessidade de aprofundar o estudo na relação do estresse com outras patologias já que se observou que ele é causa de diversos sintomas psicossomáticos o que fomenta o surgimento de algumas síndromes e doenças (PHUN e SANTOS, 2010).

REFERÊNCIAS

BENAVENTE, S. B. T.; COSTA, A. L. S. Respostas fisiológicas e emocionais ao estresse em estudantes de enfermagem: revisão integrativa da literatura científica. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.24, n.4, p.571-6, 2011.

BENAVENTE, S. B. T.; SILVA, R. M.; HIGASHI, A. B.; GUIDO, L. A.; COSTA, A. L. S. Influência de fatores de estresse e características sociodemográficas na qualidade do sono de estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v.48, n.3, p.514-20, 2014.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Estresse**. Biblioteca Virtual do Ministério da Saúde. Brasília, nov. 2013.

BUBLITZ, S.; GUIDO, L. A.; FREITAS, E. O.; LOPES, L. F. D. Estresse em Estudantes de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v.2, n.3, p.530-538, set/dez. 2012.

CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia**. v.10, n.3, p.413-420, 2005.

CORRAL-MULATO, S.; BALDISSERA, V. D. A.; SANTOS, J. L.; PHILBERT, L. A. S.; BUENO, S. M. V. Estresse na vida do acadêmico em enfermagem. (Des)conhecimento e prevenção. **Investigación y Educación en Enfermería**, v.29, n.1, p.109–117, 2011.

COZZA, H. F. P.; NOGUEIRA, J. C. G.; CECATO, J. .; MONTIEL, J. M.; BARTHOLOMEU, D. Avaliação de estresse no ambiente de trabalho de um grupo de estudantes de enfermagem. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, v.21, n.1, p.41-47, jan-jun. 2013.

CROSSETTI, M. G. O. Revisão integrativa de pesquisa na enfermagem o rigor científico que lhe é exigido [editorial]. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre (RS), v.33, n.2, p.8-9, jun. 2012.

FREITAS, E. O. **Estresse, coping, Burnout, sintomas depressivos e hardiness entre discentes de enfermagem**. 2012. 142 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, Brasil, 2012.

PEREIRA, C. A.; MIRANDA, L. C. S.; PASSOS, J. P. O estresse e seus fatores determinantes na concepção dos graduandos de enfermagem. **Revista Mineira de Enfermagem**, v.14, n.2, p.204-209, abr./jun. 2010.

PRADO, J. M.; KUREBAYASHI, L. F. S.; SILVA, M. J. P. Eficácia da auriculoterapia para diminuição de estresse em estudantes de enfermagem: ensaio clínico randomizado. **Revista Latino-America de Enfermagem**, v.20, n.4, jul-ago. 2012.

HIRSCH, C. D.; BARLEM, E. L.; TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; OLIVEIRA, A. C. Preditores do estresse e estratégias de coping utilizadas por estudantes de Enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.28, n.3, p.224-9, 2015.

MOREIRA, D. P.; FUREGATO, A. R. F. Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. **Revista Latino-America de Enfermagem**, v.21, n.spe, fev. 2013.

PHUN, E. T.; SANTOS, C. B. El consumo de alcohol entre estudiantes del segundo año de enfermería. **Revista Latino-America de Enfermagem**, v.18, n.spe, p.496-503, may-jun. 2010.

RUEDA, F. J. M.; ALVES, S. M. M.; BAPTISTA, M. N. Evidência de validade preliminar da escala de depressão (EDEP): um estudo com alunos de enfermagem. **Psicologia Argumento**, v.32, n.79, p.107-117, out./dez. 2014.

SANTOS, V. E. P.; RADÜNZ, V. O. Cuidar de si na visão de acadêmicas de enfermagem. **Revista enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v.19, n.1, p.46-51, jan/mar. 2011.

SILVA, V. L. S.; CHIQUITO, N. C.; ANDRADE, R. A. P. O.; BRITO, M. F. P.; CAMELO, S. H. H. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. **Revista enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v.19, n.1, p.121-6, jan/mar. 2011.

Data do recebimento: 15 de Abril de 2016

Data da avaliação: 15 de Abril de 2016

Data de aceite: 26 de Maio de 2016

-
1. Enfermeira. Mestre em Enfermagem em Promoção à Saúde UPE/UEPB. Docente da Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. E-mail: andreafacipe@gmail.com
 2. Músico. Fisioterapeuta. Acupunturista. Mestrando em Enfermagem em Educação em Saúde na UFPE. E-mail: alberylin@gmail.com
 3. Acadêmica da Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. E-mail: mirellymelo@gmail.com
 4. Historiadora. Doutora e mestre em educação pela UFPE. Docente da Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. E-mail: luizamaciel24@yahoo.com.br
 5. Enfermeira. Mestre em Patologia pela UFPE. E-mail: edienari@yahoo.com.br