



## ORIGINAL ARTICLE

**STRESS IN UNDERGRADUATE NURSING COURSE: A QUALITATIVE APPROACH**  
**ESTRESSE EM ACADÊMICOS DO CURSO DE ENFERMAGEM: UMA ABORDAGEM QUALITATIVA**  
**EL ESTRÉS EN EL CURSO DE PREGRADO EN ENFERMERÍA: UM ENFOQUE CUALITATIVO**

Marília Binotto<sup>1</sup>, Diego Schaurich<sup>2</sup>

## ABSTRACT

**Objective:** to identify the presence of stress situations in the life of nursing university students. **Method:** this is about a qualitative research performed with 30 students from a private higher education institution located in the central region Rio Grande do Sul/RS. Data were collected through a questionnaire with ten questions using content analysis technique for data analysis, after project has been approved by the Ethics Committee in Research UNIFRA under protocol number 211.2009.2. **Results:** the factors responsible for the stress in university students comprised the final semester periods, amount of exams and assignments, mental and physical tiredness, the combination of work, study and family, health problems in the family and the multiple tasks with a short time to fulfill them. **Conclusion:** it becomes more and more necessary to develop studies and to improve knowledge involving stress in order to help people face stressful situations. Self knowledge related to the perception of stress and the manifestations derived from it constitute an important step towards a better quality of life without any physical damage. **Descriptors:** psychological stress; nursing; nursing care.

## RESUMO

**Objetivo:** identificar a presença de situações de estresse na vida de acadêmicos de enfermagem. **Método:** trata-se de pesquisa qualitativa, na qual participaram 30 acadêmicos de uma Instituição de Ensino Superior privada da região central do Estado do Rio Grande do Sul/RS. Os dados foram coletados por meio de um questionário com 10 questões e se aplicou a técnica de análise de conteúdo para análise dos dados após a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFRA sob o nº 211.2009.2. **Resultados:** identificou-se que os fatores responsáveis pelo estresse dos discentes foram os períodos de final de semestre, o acúmulo de provas e trabalhos, o cansaço físico e mental, o fato de conciliar trabalho, estudo e família, os problemas de saúde na família e as várias atividades tendo pouco tempo para cumpri-las. **Conclusão:** cada vez mais fica demonstrada a necessidade de desenvolver estudos e divulgar os conhecimentos acerca do estresse, com vistas a auxiliar pessoas a se instrumentalizar para o enfrentamento das situações estressantes. O autoconhecimento quanto à percepção de estresse e as manifestações oriundas do mesmo é um grande passo para a conquista das possibilidades de uma qualidade de vida melhor, sem causar danos físicos. **Descritores:** estresse psicológico; enfermagem; cuidados de enfermagem.

## RESUMEN

**Objetivo:** identificar la presencia de situaciones estrés en la vida de los académicos de enfermería. **Método:** búsqueda cualitativa, donde participaron treinta académicos de una institución de educación superior privada de la región central del estado de Río Grande del Sul/RS. Los datos fueron colectados por medio de un cuestionario conteniendo diez cuestiones y se aplicó un analice de contenido. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la UNIFRA con número de protocolo 211.2009.2. **Resultados:** se identificó que los factores responsables por el estrés de los estudiantes fueron en los períodos de final de semestres, la acumulación de pruebas y trabajos, el cansancio físico y mental, el hecho de conciliar trabajo, estudio y familia, los problemas de salud en la familia y las varias actividades teniendo poco tiempo para, cumplirlas. **Conclusión:** cada vez más queda demostrado la necesidad de desenvolver estudios y divulgar los conocimientos acerca del estrés, con intención de auxiliar personas a instituir instrumento para enfrentar las soluciones estresantes. El conocimiento de sí mismo para la percepción del estrés y las manifestaciones originadas del mismo es un gran paso para la conquista de las posibilidades de una calidad de vida mejor sin causar daños físicos. **Descriptores:** estrés psicológico; enfermería; atención de enfermería.

<sup>1</sup>Acadêmica do curso de enfermagem. Centro Universitário Franciscano. Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: [mar\\_binotto@yahoo.com.br](mailto:mar_binotto@yahoo.com.br); <sup>2</sup>Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Docente Assistente do Centro Universitário Franciscano (UNIFRA - Santa Maria/RS). Membro do Núcleo de Estudos do Cuidado de Enfermagem (NECE/UFRGS). Membro do Grupo de Pesquisa Cuidado à Saúde das Pessoas, Famílias e Sociedade (UFSM/RS). Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: [eu\\_diegosch@hotmail.com](mailto:eu_diegosch@hotmail.com)

**INTRODUÇÃO**

O estresse é o resultado da adaptação do corpo e da mente às mudanças que requerem esforço físico e emocional. Sendo assim, pode ser descrito como um fenômeno difícil de ser aferido de modo direto, uma vez que é subjetivo, multidimensional e multicausal. Ainda, o estresse é uma resposta (física e mental) à interação/relação entre o indivíduo e o meio em que se encontra, envolvendo características sociais, econômicas e culturais.<sup>1</sup>

Vários estudos<sup>1-3</sup> têm indicado ser a enfermagem uma profissão estressante, especialmente em função da falta de reconhecimento social, desesperança por um futuro melhor, dificuldades de relacionamento com a equipe multiprofissional, baixa remuneração e agravamento das condições patológicas que acometem os indivíduos. Contudo, nas últimas décadas, pesquisas têm apontado que ao longo da formação acadêmica o estresse já se faz presente, interferindo no processo ensino-aprendizagem e em sua saúde.<sup>4-6</sup>

Isso porque, no início da vida acadêmica, os universitários se deparam com diversos enfrentamentos, como tomadas de decisão, acúmulo de informações, outras responsabilidades e necessidade de organização. Estas novas experiências, muitas vezes, geram situações de estresse que podem ser negativas, sendo preciso entender que, para este momento específico da vida, tornaram-se necessárias para o crescimento profissional. No decorrer da formação, alguns fatores estressantes podem contribuir para uma reflexão inter-pessoal, fato que despertou curiosidade acerca deste fenômeno, qual seja: o estresse em acadêmicos do Curso de Enfermagem.

Na Enfermagem, muitas vezes, os acadêmicos vivenciam momentos de crise,<sup>7</sup> tanto na academia quanto nas práticas assistências (locais de estágio), sem, contudo, estarem preparados psicologicamente para enfrentar situações que desencadeiam estresse. O aprendizado acadêmico exige uma demonstração de limite entre doença e morte, encontro de fragilidades emocionais e racionais, marcados, muitas vezes, por sentimentos de dúvidas, decepções, ansiedades e medos. Às vezes, o contato direto dos acadêmicos com indivíduos doentes os faz refletir sobre sua própria vida, sua saúde ou doença, seus conflitos e frustrações, bem como com o risco de desenvolver mecanismos de defesa que podem prejudicar tanto a área profissional quanto a pessoal.<sup>8</sup>

Na maioria das vezes, os acadêmicos sentem-se sobrecarregados em virtude do excesso de atividades e tensões emocionais, do despreparo técnico e científico e de inseguranças próprias de cada um, fazendo com que haja uma diminuição na capacidade de adaptar-se ao meio em que está inserido. Aliado a isso, tem-se o fato que, atualmente, há um perfil bastante diversificado dos acadêmicos que freqüentam os cursos de enfermagem (quanto à idade, classe social, histórico cultural, procedência, entre outras) o que acaba interferindo no processo educativo e podem influenciar e desencadear situações geradoras de estresse.<sup>9-10</sup>

Tendo em vista estas considerações anteriormente apresentadas, delineou-se como objetivo desta pesquisa identificar a presença de situações de estresse na vida de acadêmicos de enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior privada, da região central do Estado do Rio Grande do Sul.

**MÉTODO**

Trata-se de um estudo descritivo-exploratório fundamentado na abordagem qualitativa, na qual o pesquisador tem por finalidade mostrar as opiniões e sugestões de determinado grupo de indivíduos em relação a um fenômeno específico, com vistas a propiciar sua descrição e, com isso, explorá-lo minuciosamente para melhor compreendê-lo.<sup>11</sup>

Foi desenvolvido nas dependências de uma instituição de ensino superior privada da região central no Estado do Rio Grande Sul, durante o decorrer das aulas teóricas do 3º, 5º e 7º semestres do Curso de Enfermagem. Optou-se pela escolha destes semestres tendo em vista que o currículo do curso é estruturado em 8 etapas e, assim, a pesquisa contemplaria acadêmicos que estão iniciando as atividades práticas (3º semestre), aqueles que estão no meio do curso (5º semestre) e aqueles que estão finalizando sua formação (7º semestre).

Os pesquisadores, então, explicavam o objetivo do estudo e atribuíam um número a cada acadêmico(a) de acordo com a lista de presença do(a) professor(a). Após, dava-se início ao sorteio numérico e consultava-se o nome correspondente, momento em que o acadêmico era interpelado em relação ao aceite (ou não) em participar da pesquisa. Assim, voluntariamente foram selecionados 10 acadêmicos de cada semestre, os quais, posteriormente, foram conduzidos a uma sala reservada em que foram realizadas a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A coleta de dados foi por meio de um questionário composto por 10 questões abertas. O questionário foi construído tendo em vista os achados presentes na literatura (nacional e internacional), bem como em virtude do objetivo deste estudo, tendo sido conduzido de forma individual com os acadêmicos selecionados durante o mês de setembro de 2009. Os acadêmicos foram identificados com a letra A seguida de números subscritos, em que o primeiro refere-se ao semestre do depoente e o segundo a ordem em que o dado foi coletado.

Os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo<sup>12</sup>, a qual é estruturada em três etapas consecutivas. A primeira consistiu na transcrição literal das gravações das entrevistas, a impressão e a leitura dos textos. No segundo momento ocorreu a releitura dos dados com conseqüente identificação dos temas convergentes em relação ao objeto de investigação. Posteriormente, eles foram agrupados de acordo com os elementos que se confirmam em um mesmo plano de significados.

Esta pesquisa respeitou as questões éticas conforme prevê a Resolução nº 196/96, do Conselho Nacional de Saúde, que rege as pesquisas com seres humanos.<sup>13</sup> O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição sob o nº 211.2009.2.

RESULTADOS

Os dados produzidos com os 30 discentes participantes da pesquisa revelaram ser 28 do sexo feminino e dois do sexo masculino. A faixa etária dos participantes variou entre 19 e 38 anos, distribuídos da seguinte maneira: 13 participantes tinham entre 19 e 22 anos; sete entre 23 e 26 anos; cinco entre 27 e 30 anos; três acadêmicos tinham entre 31 e 34 anos; e, dois tinham entre 35 e 38 anos. Em relação à atividade remunerada, 14 participantes responderam que a possuem, sendo 10 como técnicos de enfermagem e quatro como bolsistas. Os demais 16 participantes não realizam nenhuma atividade remunerada.

Em relação às situações que geram estresse e que ocorreram durante a vida acadêmica, encontrou-se o seguinte: problemas de saúde na família; morte de filhos(as); morar em outra cidade; e, várias atividades e pouco tempo para cumpri-las. Algumas destas respostas podem ser conferidas nas descrições abaixo:

*Eu me sinto estressada quando tenho muitas atividades a cumprir e pouco tempo. (A<sub>7/9</sub>)*

*O fato de morar em outra cidade. Passo mais tempo viajando que em sala de aula, isso é muito cansativo! (A<sub>5/8</sub>)*

A procura por ajuda/apoio foi outro questionamento realizado, quando, então, obteve-se que para amenizar o estresse 16 acadêmicos não recorreram a nenhum tipo de auxílio, demonstrando superar o estresse sozinhos. Já os outros 14 discentes buscaram algum tipo de apoio, dentre eles: o de familiares (incluindo esposo(a), mãe e filhos); de amigos/colegas; de psicólogo e psiquiatra. Alguns depoimentos que permitiram delinear estes resultados podem ser vislumbrados abaixo:

*Sempre temos pessoas que podemos contar, amigos de toda hora nem que seja só para uma conversa descontraída. (A<sub>5/9</sub>)*

*Colegas, esposo, filho, minha mãe que me auxiliou muito cuidando do meu filho, minha maior preocupação. (A<sub>7/3</sub>)*

Quando interrogados acerca dos momentos do curso que geram mais estresse, observou-se que são os seguintes: períodos de final de semestre, as provas e o acúmulo de várias atividades concomitantes. As falas que se seguem auxiliam a exemplificar estes momentos:

*Nas épocas de provas e agora começou os estágios, daí junta o pouco tempo de sono, as preocupações. Tem que cuidar de tantas coisas, casa, finanças. (A<sub>3/4</sub>)*

*Nas épocas de provas e final de semestre, com apresentação de trabalhos acumulados e marcados todos na mesma semana. (A<sub>3/6</sub>)*

Ao se agrupar os depoimentos acerca do que estaria, atualmente, gerando mais estresse nos acadêmicos, encontrou-se o acúmulo de trabalhos e de provas, a cobrança dos professores, a cobrança pessoal em fazer o melhor e o fato de terem que conciliar trabalho, estudo e família. A seguir, apresenta-se alguns relatos a este respeito:

*A falta de tempo para resolver tudo e a cobrança impaciente dos professores. (A<sub>7/1</sub>)*

*Eu não conseguir fazer tudo o que preciso. Às vezes tenho que focar minha atenção no trabalho e na faculdade e deixar a família um pouco de lado. (A<sub>7/3</sub>)*

Os resultados encontrados em relação ao rendimento acadêmico nestes momentos de estresse revelaram que alguns deles perceberam uma diminuição considerável, conforme pode ser vislumbrado nos depoimentos abaixo:

*O rendimento realmente diminuiu, pois muitas vezes não dá para assimilar nada do que os professores estão falando e tu acaba não aprendendo pelo cansaço. (A<sub>3/4</sub>)*

*Um pouco inferior, o cansaço leva o estresse, e não temos muita concentração em aulas. (A<sub>7/5</sub>)*

Quando questionados acerca do que fazem quando estão estressados, encontrou-se várias respostas, dentre elas: atividades físicas que proporcionam benefícios físicos e psicológicos; conversar com amigos; descansar/dormir; e, escutar música. As falas que seguem demonstram as respostas sobre esta questão:

*Momentos de lazer são importantes. Ficar com a família, namorado e amigos. Caminhadas... pratico esportes. (A<sub>5/2</sub>)*

*Tento me tranqüilizar, converso com meus amigos (desabafo), mentalizo coisas boas. (A<sub>3/10</sub>)*

DISCUSSÃO

As pressões biopsicossociais, em determinadas ocasiões da vida das pessoas, são responsáveis por desequilíbrios na homeostase do indivíduo, prejudicando seu desempenho. Essas pressões geradoras de estresse são vivenciadas em diversas circunstâncias da vida pessoal, social, profissional e, não menos diferente, durante a trajetória acadêmica. A resolução de problemas ao longo da graduação tem grande influência na vida dos estudantes, já que estão passando por momentos singulares. Além disso, sabe-se que os acadêmicos passam por situações de mudanças, frustrações, temores e angústias. Muitas vezes, o próprio ambiente universitário acaba se tornando o desencadeador de distúrbios patológicos agravados pela problemática do estresse.<sup>3,5</sup>

Os achados deste estudo revelaram que a idade dos discentes variou entre 19 e 38 anos, o que vem ao encontro do também identificado em outra pesquisa.<sup>1</sup> Ainda, constatou-se que a idade dos que ingressaram em 2006 (participantes do 7º semestre) era superior aos que entraram em 2008 (3º semestre). Isso se deve ao fato de mudanças que ocorreram na rede social e nos financiamentos governamentais, nos últimos anos, e acabaram propiciando e facilitando o ingresso, nas universidades, de jovens cada vez mais precocemente.

Observou-se, também, que com o passar dos semestres a procura por uma atividade remunerada vai aumentando, pois, além das questões financeiras, auxilia o acadêmico a experienciar situações profissionais. No entanto, estas atividades podem acabar gerando um maior nível de estresse, pois o acadêmico precisa conciliar o estudo com o trabalho/tarefa remunerada, fator também identificado em outro estudo.<sup>9</sup> Além disso, sabe-se que o estresse é um dos principais

fatores responsáveis pela tensão no trabalho de enfermeiros, devido ao contato com doenças e com a morte, o cansaço por excesso de horas trabalhadas, dentre outros fatores.<sup>14</sup>

O sofrimento de familiares foi considerado como gerador de estresse pelos acadêmicos, uma vez que são pessoas próximas que necessitam de cuidado e/ou apoio por vivenciarem momentos em que o sofrer está presente. Outro fator desencadeador de estresse foi a morte de um(a) filho(a), episódio que gera sofrimentos e angústias por ser uma situação complexa e delicada, pois, naturalmente, espera-se que os(as) filhos(as) sobrevivam aos pais. Assim, os problemas familiares (tanto de sofrimento, quanto de morte) são acontecimentos que marcam a trajetória das pessoas. A influência destes grandes eventos de vida e de natureza genérica, ou seja, não específica a determinadas idades, tais como a morte de um ente querido, o divórcio e a migração foram constatados, também, em outro estudo como desencadeadores de estresse.<sup>15</sup>

O fato de morar em outra cidade também gerou estresse nos discentes, pois por estarem em outra localidade e longe de sua família faz com que eles tenham que aprender a resolver problemas de modo individual, representando preocupação extra. No entanto, este achado talvez seja particular à cidade de Santa Maria ou, então, compartilhado por cidades que são referências em termos universitários, o que atrai estudantes de outros municípios.

Corroborando, outros estudos encontraram que, ao ingressar na vida acadêmica, o estudante passa por inúmeras situações de crises e vivencia diversos sentimentos, dentre os quais destaca-se o afastamento de seu ambiente familiar e a necessidade de morar em outra cidade.<sup>5,9,15</sup> Isso porque mudanças no decurso da vida, sejam elas boas ou ruins, são caracterizadas por possuir potencial efeito de repercutir em condições de estresse.

As várias atividades e o pouco tempo para cumpri-las também foram citados pelos acadêmicos. Estas questões, na maioria das vezes, desencadeiam-se pela vida corrida enfrentada por todos, sendo necessário hierarquizar as tarefas e analisar o que é mais importante. O elevado acúmulo diário dos mais diversos afazeres torna o homem urbano uma vítima da construção do seu próprio progresso, e o estresse é, então, deflagrado. Em certos momentos, há um excesso de atividades, o que ocasiona uma incapacidade de atender às demandas, gerando tensão e, por conseguinte, estresse. O excesso e a diversidade de atividades, assim como as jornadas de trabalho, provocam alterações no

perfil emocional dos enfermeiros, refletindo o desgaste e o estresse próprios da profissão, podendo causar transtornos físicos e emocionais.<sup>2</sup>

Os acadêmicos recorrem a algumas formas de apoio para amenizar o estresse, como o auxílio de familiares e de amigos/colegas, o que pode ser devido a afinidades e ao companheirismo. A assistência psicológica e psiquiátrica também foi mencionada, ou seja, a busca de apoio de pessoas que possuem uma especialização ajuda os discentes a enfrentar o estresse. O auxílio profissional pode propiciar uma modificação no comportamento dos acadêmicos diminuindo os níveis de pressão e de insatisfação na vida acadêmica, bem como dos impactos negativos decorrentes da mesma.<sup>16</sup>

Os momentos que deflagram estresse, durante o curso, são o final de semestre por ser um período que gera curiosidade e ansiedade sobre a aprovação ou reprovação; os períodos de provas que, muitas vezes, são realizadas sem os discentes terem estudado; as suas próprias cobranças e as dos professores para que tenham o melhor rendimento. Estes achados vêm ao encontro dos resultados de outra pesquisa que identificou ser a época de provas e exames um momento determinante de estresse entre os estudantes universitários.<sup>10</sup> Ainda, dentre os fatores de estresse que se destacam no sistema curricular universitário, pode-se mencionar, entre outros: os professores, as avaliações e as exigências acadêmicas.<sup>6</sup> estas questões acabam repercutindo na vida acadêmica e, por vezes, diminuindo o rendimento escolar.

Para minimizar esse estresse, os acadêmicos mencionaram atividades que proporcionam benefícios físicos e psicológicos, diminuindo as tensões musculares e ocasionando bem-estar emocional. Estas atividades incluem: conversar com amigos, pois faz os acadêmicos lembrarem que não estão sozinhos; descansar/dormir, uma vez que um período de sono suficiente propicia encarar melhor os problemas e diminuir os riscos de doenças; e, escutar música que os faz relaxar e pensar na vida. Sendo assim, é importante que os acadêmicos de enfermagem busquem a integração com os colegas, que pratiquem atividades físicas regulares com vistas a diminuir o grau de sedentarismo e, conseqüentemente, diminuir a propensão ao estresse, que se alimentem de forma equilibrada e, finalmente, que descansem e durmam para promover uma revitalização diária e evitar a fadiga.<sup>17</sup>

## CONCLUSÃO

O estudo revelou o olhar dos acadêmicos de graduação de enfermagem frente à problemática do estresse por eles vivenciado no âmbito universitário. Verificou-se que as situações de estresse estão presentes no transcorrer do curso de graduação e que, independentemente do período de formação em que estejam os momentos estressores acompanham todas as etapas do curso, não estando limitados apenas ao semestre em que se encontravam.

Encontraram-se, ainda, diversos fatores relacionados ao estresse apresentados pelos acadêmicos de enfermagem, comprovando que durante sua formação ficam submetidos a múltiplas situações estressoras. Em especial, pode-se destacar aqueles relativos aos períodos de final de semestre, o acúmulo de provas e de trabalhos e as cobranças de professores. Estas situações resultam, muitas vezes, em repercussões de ordem individual, familiar e social na vida dos acadêmicos.

Os resultados desta análise evidenciam, também, que há estresse na qualidade de vida dos acadêmicos, sendo que seus principais predisponentes são problemas de saúde na família, a morte de um filho e o fato de morar em outra cidade. Isso tudo acaba dificultando o desempenho dos acadêmicos e sugere que os mesmos merecem atenção, tanto física quanto psicológica, para diminuir e evitar o estresse e, desta forma, melhorar sua qualidade de vida.

Cada vez mais fica demonstrada a necessidade de desenvolver estudos e divulgar os conhecimentos acerca do estresse entre universitários a fim de instrumentalizá-los para o enfrentamento destas situações ao longo da formação profissional. O autoconhecimento quanto à percepção de estresse e as manifestações oriundas do mesmo é um grande passo para a conquista das possibilidades de uma qualidade de vida melhor, sem causar danos físicos e psicológicos nos acadêmicos de enfermagem.

## REFERÊNCIAS

1. Costa ALS, Polak C. Construção e validação de instrumento para Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE). Rev Esc Enferm USP. 2009 dez; 43(esp): 1017-026.
2. Martino MMF, Miski MD. Estados emocionais de enfermeiros no desempenho profissional em unidades críticas. Rev Esc Enferm USP. 2004 jun; 38(2):161-67.
3. Fidlarczyk D, Silva LR. Nurses' feelings on becoming a nurse. Rev enferm UFPE on

Binotto M, Schaurich D.

line[periódico na internet]. 2009 jul/set[acesso em 2009 Nov 3];3(3):144-51. Disponível em: <http://www.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/viewFile/167/167>

4. Mauro MYC, Santos CC, Oliveira MM, Lima PT. O estresse e a prática de enfermagem: quando parar e refletir? Uma experiência com estudantes de enfermagem. *Acta Paul Enferm*. 2000 dez; 13(esp): 44-48.

5. Monteiro CFS, Freitas JFM, Ribeiro AAP. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da universidade federal do Piauí. *Esc Anna Nery Rev Enferm*. 2007 jan/mar; 11(1): 66-72.

6. Musso LB, Vargas BA, Torres MB, Del Canto MJC, Meléndez CG, Balloqui FK et al. Fatores derivados dos laboratórios intra-hospitalares que provocam estresse nos estudantes de enfermagem. *Rev Latino-am Enferm*. 2008 set/out; 16(5): 805-11.

7. Jorge MSB. Situações vivenciadas pelos alunos de enfermagem, durante o curso, no contexto universitário, apontadas como norteadoras de crises. *Rev Esc Enferm USP*. 1996 jan/maio; 30(1): 138-48.

8. Borges AMB, Carlotto MS. Síndrome de burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. *Aletheia*. 2004 jun; 19: 45-56.

9. Polo A, Hernández J, Poza C. Evaluación estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad Estrés*. 1996 jun/dez; 2(2-3): 159-72.

10. Huaquin V. Estrés y afrontamiento en la formación integral de estudiantes universitarios [dissertação]. Santiago de Chile: Departamento de Educación; Universidad Santiago de Chile; 2000.

11. Lakatos EM, Marconi MA. Técnicas de pesquisa. 7ª ed. São Paulo: Atlas; 2008.

12. Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 2002.

13. Brasil. Ministério da Saúde. Comissão Nacional de Ética e Pesquisa. Conselho Nacional de Saúde. Manual Operacional para Comitês de Ética em Pesquisa. Série CNS – Cadernos Técnicos, série A, Normas e Manuais Técnicos, n. 133. Brasília; 2002. 83-91p.

14. OIT. Empleo y condiciones de trabajo y de vida del personal de enfermería. Informes. Ginebra: OIT; 1977.

15. Burgos ACGF, Neri AL. Estresse no desenvolvimento adulto e na velhice: uma revisão. *RBCEH*. 2008 jan/jun;5(1): 103-14.

16. Paiva KCM, Deusdedit Júnior M, Silva MAL, Valença MCA. Situação de trabalho, qualidade de vida e stresse no ambiente acadêmico:

Stress in undergraduate nursing course: a qualitative...

comparando professores de instituições pública, privada e confessional. Disponível em:

<http://www.anpad.org.br/enanpad/2002/dwn/enanpad2002-cor-610.pdf>. Acesso em 2009 out 28.

17. Humphrey JN, Humphrey JH. Coping with stress in teaching. New York: AMS Press; 1986.

Sources of funding: No

Conflict of interest: No

Date of first submission: 2009/02/04

Last received: 2010/03/13

Accepted: 2010/03/22

Publishing: 2010/07/01

### Address for correspondence

Diego Schaurich

Centro Universitário Franciscano

Curso de Enfermagem

Silva Jardim, 1175 – Centro

CEP: 97010-491 – Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil