

ESTRESSE E ESPIRITUALIDADE EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Barbosa Rodrigues ¹
Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues ²
Regina Cláudia de Oliveira Melo ³

INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade provoca imediatamente mudanças na vida, acrescentam-se inúmeras responsabilidades novas que podem ser esperadas ou não. Tais mudanças obrigam o estudante a tentar se adaptar, caso isso não seja possível facilmente, diversos problemas emocionais podem surgir durante a graduação, afetando a saúde mental (CHAVES *et al.*, 2015).

Geralmente nos cursos da área da saúde, há tradicionalmente uma exigência rigorosa quanto ao ritmo de estudos, conseqüente ao imenso e complexo conteúdo abordado. Com o prolongamento do desgaste físico e mental dos estudos e cobranças relacionadas, o graduando se vê em um ambiente estressante, que pode causar muitos impactos negativos na qualidade de vida caso não tenha a preparação e acompanhamento adequado para enfrentar a situação (KLEIVELAND *et al.*, 2015).

Desta forma, já se sabe que a espiritualidade é parte essencial da saúde, sendo um desses caminhos alternativos e também capaz de influenciar os resultados da assistência médica. Com isso, segundo HSIAO *et al.*, (2010), estudos afirmam a possibilidade de que uma espiritualidade ativa possa melhorar o estado de saúde, ajudando na recuperação, por exemplo, da depressão e protegendo de outras doenças (apud BRAAM *et al.*, 1997).

Cabe salientar que, religião não é o mesmo que espiritualidade, embora constantemente usadas como sinônimos. Enquanto as religiões podem ser descritas como organizações de pessoas com crenças em comum, a espiritualidade se delimita de forma mais ampla, sendo a busca do sentido da vida. Esta última procura caminhos de expressão da individualidade com a insistência para conseguir transcender, que pode ter como ferramenta a religião (DAALEMAN *et al.*, 2002).

1Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará - UFC, aninhabarbosarodrigues@gmail.com

2Graduanda pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará - UFC, hillarybvr@gmail.com

3Professora orientadora: doutora em enfermagem, coordenadora do Núcleo Acadêmico de Enfermagem Clínica(NAEC), reginadodt@yahoo.com.br

Estudos evidenciam que na realidade acadêmica, universitários que priorizam sua espiritualidade são também pessoas com melhor auto-estima, são em geral mais esperançosos e mais sociáveis. Além disso, são jovens com menor tendência ao uso de álcool e outras drogas se comparados a outros com espiritualidade pouco desenvolvida (SILVA *et al*, 2013).

Em razão disso, o presente trabalho busca esclarecer a relação da espiritualidade no ambiente acadêmico, com o desempenho dos estudantes no enfrentamento da nova dinâmica de vida que protagonizam, levando em conta o bem-estar e o desempenho social dos mesmos. A espiritualidade do discente auxilia no enfrentamento dos desafios da vida acadêmica? Qual a relação do estresse em estudantes de enfermagem com a espiritualidade?

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa em andamento, que tem considerado artigos acerca da espiritualidade, qualidade de vida no ambiente acadêmico. A coleta iniciou-se em junho de 2019, nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scopus.

O trabalho será conduzido a partir das fases metodológicas estabelecidas no estudo de Mendes, Silveira e Galvão (2008). Foram realizadas as seguintes fases: Escolha e definição do tema; elaboração da questão norteadora; critérios de busca da amostragem; critérios para coleta de dados. Estabeleceu-se a seguinte pergunta norteadora: “Qual a relação do estresse em estudantes de enfermagem com a espiritualidade?”. Como critérios de inclusão, foi adotado artigos originais escritos em português, inglês ou espanhol indexados em qualquer período de tempo que falem sobre o estresse em estudantes de enfermagem e a espiritualidade. Foram excluídos os editoriais, cartas ao editor, estudos reflexivos, relatos de experiência, publicações duplicadas, bem como estudos que não abordassem temática relevante ao objetivo da revisão.

Para realizar a busca foram utilizados os seguintes descritores “estudantes de enfermagem”(“*students, nursing*”), “espiritualidade”(“*spirituality*”), “estresse psicológico”(“*stress, psychological*”), “saúde mental”(“*mental health*”) e “saúde do estudante”(“*student health*”). Durante as buscas realizadas, foi utilizado o caractere Booleano “and” e os descritores também foram sendo alternados nas buscas.

Até o presente momento, foram encontrados 72 artigos, em que 22 foram considerados relevantes, conforme critérios estabelecidos, e analisados apenas 9 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os trabalhos analisados, percebe-se como limitação a conceitualização de espiritualidade e de religiosidade, visto que não existe um consenso entre autores e os respectivos conceitos ainda são equivocadamente confundidos.

A espiritualidade foi interpelada junto aos acadêmicos de enfermagem com o objetivo de conhecer e discutir se estava sendo abordada nas graduações em vista de sua abordagem e inserção na prática clínica (ESPINHA et al., 2013; LUCCHETTI et al., 2011).

Almeida *et al.*, (2017) afirmam que as condições do estresse acabam estando presentes durante o curso de graduação em enfermagem e que tornam a se intensificar à medida que o estudante é inserido nos campos de prática.

Os fatores geradores de estresse são, por vezes, contemplados nas atividades que compõe a instituição de ensino superior, como a relação com os professores, a estrutura curricular do curso e a infraestrutura. Além disso as atividades que envolvem desempenho e concentração de esforços em rotinas de estudos foram identificados como fonte potencial de estímulos estressores (COSTA *et al.*, 2018).

A enfermagem é formada para tratar seu paciente com cuidado holístico, considerando-o como um todo, espiritualmente, fisicamente e psicologicamente. O cuidado de si mesmo, do estudante de enfermagem, também não deve ser diferente disso. Não se pode ignorar a saúde espiritual. Sugere-se que os currículos das graduações em Enfermagem sejam revisados em vista da inclusão de programas e treinamentos sobre saúde espiritual e educação espiritual integrando à educação em enfermagem (HSIAO *et al.*, 2010).

Um indivíduo saudável pressupõe um desenvolvimento equilibrado no bem-estar físico, emocional e social. Além disso, o comportamento espiritual, as relações interpessoais e o controle do estresse compõe o bem estar psicológico (LEE *et al.*, 2005).

Estudantes por meio da prática religiosa e filantrópica, esta por meio de ações sociais, conseguem diminuir os impactos negativos da vida universitária (JUREMA et al., 2018).

A qualidade de vida do acadêmico de enfermagem deve ser uma preocupação relevante e sempre presente para aqueles que trabalham na formação profissional desses indivíduos. Nisso, faz-se necessário a adoção de medidas em vista de prevenir, identificar e auxiliar as situações de estresse. Tais intervenções, portanto, precisam visar o cuidado físico e mental do

aluno e estarem baseadas nas reais necessidades dos estudantes em vista de resultados produtivos (CORREIA *et al.*, 2018).

Tendo em vista todos esses resultados, percebe-se que o presente estudo encontra-se com muita limitações. Como afirmado, a espiritualidade ainda é pouco trabalhada e discutida abertamente, principalmente no Brasil, país de origem desta pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na análise inicial desta revisão, é necessário incorporar as idéias de Florence, considerada precursora da Enfermagem moderna, considerando o homem como ser biopsico-sócio-espiritual, existindo além de seu aspecto biológico.

A reflexão sobre a temática não pode ser excluída do ambiente acadêmico. Agentes participantes da formação profissional precisam alimentar a espiritualidade dos graduandos como formadores, sem menosprezar este aspecto da vida. Nesse ínterim, a falta de ajuda e preparação pode intensificar o desafio do graduando de conviver com as novas responsabilidades sem prejudicar a sua saúde mental. Entende-se que para cuidar do outro, necessita-se de autocuidado, como afirmado pela teórica Dorothea Orem. Na década de 70, a renomada enfermeira, doutora em enfermagem e filósofa Wanda de Aguiar Horta, já defendia a espiritualidade como uma das necessidades humanas básicas do homem.

Neste sentido, a enfermagem, profissão que requer contato direto com o paciente, precisa que o futuro profissional compreenda o sentido de espiritualidade, seu significado, para oferecer uma assistência ampliada e de qualidade ao cliente.

Entretanto, para que ocorra o planejado, o enfermeiro e o discente devem entender sua própria espiritualidade e ser preparado constantemente para enfrentar os estressores por meio da proteção da saúde mental oferecida por ela.

Palavras-chave: religião; espiritualidade; enfermagem; programas de graduação em enfermagem

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Camila Aparecida Pinheiro Landim et al. Fatores associados ao aparecimento do estresse em uma amostra de estudantes de enfermagem universitários. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.) [online]. 2017, vol.13, n.4, pp. 176-188.

CHAVES EC, Iunes HD, Moura CC, CL Carvalho, Silva AM, CE Carvalho. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. Rev Bras Enferm. 2015; 68 (3): 444-9, 504-9.

COSTA CRB, Oliveira LB, Maynard WHC, Albuquerque MCS, Correia DS et al. Percepções de discentes de enfermagem sobre fatores geradores de estresse durante a graduação. Rev Rene. 2018.

DAALEMAN TP, Frey BB , Wallace D. , Studenski SA. Índice Espiritualidade de escala bem-estar: desenvolvimento e teste de uma nova medida. The Journal of Family Practice , 51 (11) (2002) , p. 952.

ESPINHA DCM, Camargo SM, Silva SPZ, Pavelqueires S, Lucchetti G. Opinião dos estudantes de enfermagem sobre saúde, espiritualidade e religiosidade. Rev Gaúcha Enferm. 2013;34(4):98-106.

GONÇALVES, Jurema Ribeiro Luiz et al . Religiousness is associated with lower levels of anxiety, but not depression, in medical and nursing students. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo , v. 64, n. 6, p. 537-542, June 2018.

HORTA WA. O processo de enfermagem. São Paulo: EPU; 1970.

HSIAO, Y.-C., Chiang, H.-Y., & Chien, L.-Y. et al. (2010a). An exploration of the status of spiritual health among nursing students in Taiwan. **Nurse Education Today**, 30(5), 386–392.

KLEIVELAND B, Natvig GK, Jepsen R. Stress, senso de coerência e qualidade de vida entre os enfermeiros noruegueses após um período de prática clínica. *PeerJ*. 2015; 3: e1286.

LEE, RL, Loke, AJ. Health-promoting behaviors and psychosocial well-being of university students in Hong Kong. *Public Health Nurs* 2005; 22(3): 209–220.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVAO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis , v. 17, n. 4, p. 758-764, Dec. 2008.

NIGHTINGALE F. *Notas sobre enfermagem: o que é e o que não é*. São Paulo: Cortez; 1989.

RONALDSON S, Hayes L, Aggar C, Green J, Carey M. Spirituality and spiritual caring: nurses' perspectives and practice in palliative and acute care environments. *Journal of Clinical Nursing*. 2012; 21:2126-35.

SILVA, Roberta de Paiva et al . Relação entre bem-estar espiritual, características sociodemográficas e consumo de álcool e outras drogas por estudantes. *J. bras. psiquiatr.*, Rio de Janeiro , v. 62, n. 3, p. 191-198, Sept. 2013 .

TOMASSO CS, Beltrame IL, Lucchetti G. Conhecimentos e atitudes de docentes e alunos em enfermagem na interface espiritualidade, religiosidade e saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** [Internet]. set.-out. 2011.