

PERCEPÇÃO DE ESTRESSE EM ACADÊMICOS DO CURSO DE PSICOLOGIA

SOUZA, A. E. A.¹; PEREIRA, A. G. N.¹; GONÇALVES, W. S.¹; PRETO, V. A.²

¹ Acadêmico do curso de Psicologia do centro universitário católico UniSalesiano Auxilium – Araçatuba- SP, Brasil.

² Enfermagem, Doutorado em Enfermagem Psiquiátrica- Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - USP, Especialização em preceptoria do SUS. Docente do Centro Universitário Católico Auxilium – Campus Araçatuba (SP), Brasil.

O trabalho visou investigar a percepção de estresse em acadêmicos do primeiro e do último ano do curso de Psicologia. Este trabalho enquadra-se em um estudo quantitativo, transversal e descritivo, cujo objetivo foi verificar as características sociodemográficas dos acadêmicos, a média de percepção de estresse em baixa, média e alta percepção do primeiro e último ano de psicologia e comparar as médias de percepção de estresse entre as turmas. Este trabalho foi aprovado pelo CEP, com o número do parecer 3.190.980. Foram coletadas 54 amostras, nas quais obtinham o questionário sociodemográfico e o PSS-14 respondidos pelos acadêmicos, ao que tange as variáveis sociodemográficas deste estudo, foi possível observar que em sua maioria, são compostas por mulheres solteiras 44 (81,48%), morando em cidades da região 40 (74,07%), tendo como percurso de até 30 minutos até a faculdade 32 (57,41%), foi compreendido que em relação às médias de percepção de estresse, o primeiro ano apresenta maiores números referente à média de percepção (52,9%) que o último ano (45%), entretanto o último ano demonstra maiores números sobre alta percepção (32,5%) que o primeiro ano (29,4%). Portanto, aponta-se que o estresse está presente em ambas às turmas, porém no primeiro ano a maioria tem média percepção de estresse, sendo importante atuar agora para não atingir estágios maiores, então foi proposto como resolução dessa problemática o desenvolvimento de práticas que auxiliem os acadêmicos a desenvolver repertórios de prevenção e técnicas de enfrentamento do estresse com o intuito de obter uma melhor qualidade de vida.

Descritores: Estresse Psicológico; Estresse Fisiológico; Estudante.