



O stress dos estudantes de Enfermagem: a scoping review

1. Introdução

Devido à complexidade do Curso de Licenciatura em Enfermagem, os estudantes frequentemente desenvolvem sentimentos de incapacidade frente às atividades exigidas durante a sua formação profissional¹. O ensino clínico, pela sua componente exigente, potencia o stress nos estudantes de Enfermagem². Os estudantes de Enfermagem desenvolvem competências e habilidades em momentos significativos e integram processos de mobilização de conhecimento. Pelo desconhecimento do contexto clínico, vivenciam momentos de transição que podem ser indutores de stress e que desencadeiam a necessidade de desenvolver estratégias de coping^{3,4}. O coping é uma ferramenta para o desenvolvimento dos cuidados de Enfermagem⁵ e para a potencialização da qualidade dos mesmos, pelo que estudar os seus efeitos a este nível constitui um assunto atual e oportuno⁶.

2. Objetivo

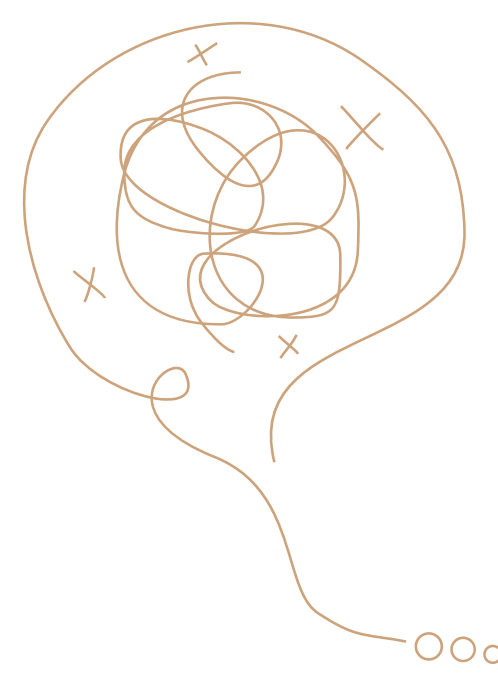
Mapear o conhecimento disponível sobre estratégias de gestão do stress dos estudantes de Enfermagem.

3. Metodologia

?? Questão de investigação ??

Qual é o conhecimento disponível sobre as estratégias de gestão do stress dos estudantes de Enfermagem?

Joanna Briggs Institute (JBI)



- P** nursing student
- C** intervention, strategy, coping
- C** stress

Plataforma EBSCOhost
CINAHL Complete
MEDLINE Complete

Critérios de inclusão

- Estudantes de Enfermagem do curso de Licenciatura (ou equivalente);
- Contexto de ensino clínico;
- Foco no stress;
- Estudos primários observacionais, transversais, longitudinais, quasi-experimentais ou experimentais;
- Texto completo para literatura integral, em inglês, português ou espanhol.

nursing student* AND (interven* OR strateg* OR coping) AND stress*

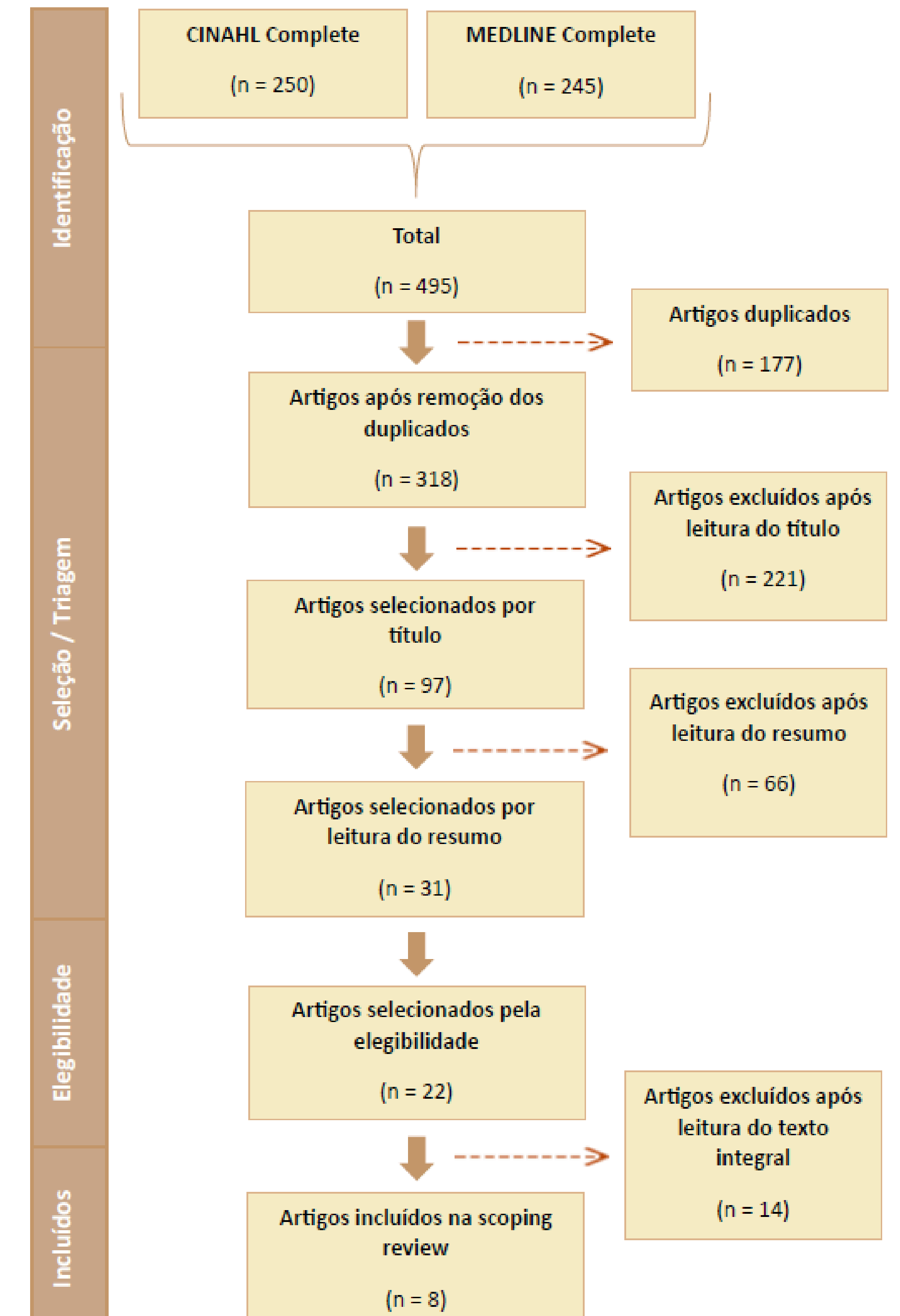


Figura 1 - Fluxograma PRISMA-ScR

4. Resultados

Os artigos incluídos compreendem diversos tipos de estudo, publicados entre 2012 e 2024, com origem na Tailândia⁷, Arábia Saudita⁸, Suécia⁹, Taiwan^{10,11}, Canadá¹², Palestina¹³ e Emirados Árabes Unidos¹⁴.

FONTES DE STRESS PERCEBIDAS PELOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

Estudante de Enfermagem (7,8,9,10,11,13,14)	Falta de conhecimento, habilidades e competências profissionais; percepção de conhecimentos e competências inadequados; incapacidade de juízo crítico; falta de destreza; receio de prestar maus cuidados ao doente; medo de cometer erros nos cuidados prestados ao doente; dificuldades interpessoais; dificuldade de adaptação a novos contextos; problemas de saúde; dificuldade na comunicação; questões linguísticas; adaptação cultural.
Supervisão clínica (7,12,13)	Supervisão inadequada; pressão exercida pelos professores/supervisores; expectativas irrealistas, falta de empatia e erros na comunicação por parte dos supervisores.
Relação interpessoal (7,9,10,13,14)	Preocupação da não aceitação pelos pares ou superiores; falta de empatia; relação com os profissionais de saúde; relação com os doentes; competição/comparação entre colegas; isolamento social; discriminação.
Ensino clínico (7,9,10,13)	Ambiente clínico/hospitalar (pelo medo do desconhecido); fator de avaliação; baixo interesse no ensino clínico, por vezes associado ao campo/área de atuação; sobrecarga de trabalho; exigência da prática clínica; exigência de trabalhos académicos, durante o ensino clínico; lacuna entre a teoria e a prática.

ESTRATÉGIAS DE GESTÃO DE STRESS UTILIZADAS PELOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM (7,8,9,10,11,12,13,14)

- Reflexão da prática clínica;
- Fortalecimento do conhecimento e das habilidades de comunicação;
- Autoconhecimento/ autodeterminação;
- Feedback construtivo;
- Fortalecimento da autoconfiança;
- Confiança nas suas capacidades;
- Confiança nos elementos com mais experiência;
- Autodisciplina, organização e gestão de tempo;
- Definição de objetivos;
- Estabelecimento de prioridades;
- Suporte de apoio social, emocional e instrumental;
- Perspetiva otimista;
- Relaxamento e meditação;
- Padrão de sono reparador;
- Realização de atividades de lazer de interesse.

5. Conclusão

Existem várias fontes responsáveis pelo surgimento do stress nos estudantes de Enfermagem. Cabe ao próprio estudante criar estratégias de coping para lidar com o stress, fortalecendo a resiliência e aumentando o desenvolvimento das suas competências pessoais e profissionais. Os supervisores clínicos foram reconhecidos, em todos os estudos, como importantes influências interpessoais no que concerne o stress dos estudantes de Enfermagem. Sugere-se o desenvolvimento de novos estudos neste âmbito, por forma a aprofundar os resultados obtidos e a tornar os ensinos clínicos momentos de importante aprendizagem e crescimento pessoal e profissional dos estudantes de Enfermagem.

6. Referências bibliográficas

