

Estudo da relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de Medicina

Study of the relationship between stress and life style of Medical Students

Elizabete Maria Ferraz Loureiro

RESUMO

O presente trabalho pretende (1) caracterizar as principais fontes de stress académico dos estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP) e a intensidade com que são experienciadas, (2) investigar as variações no stress académico e variáveis psicossociais associadas, como o sexo, ciclo de formação e deslocação da residência de origem e, (3) contribuir, pela primeira vez, para o estudo aprofundado do stress e estilos de vida dos estudantes de Medicina de uma das mais prestigiadas Faculdades de Medicina Portuguesas. Neste âmbito, apresenta-se uma revisão crítica da literatura através da qual se procura analisar sobre os principais modelos conceptuais de stress e o stress ocupacional, assim como providenciar uma reflexão sobre as questões relacionadas com os aspectos desenvolvimentais dos jovens aquando da transição para o ensino superior, os stressores no contexto universitário bem como os seus estilos de vida. O estudo empírico contou com uma amostra de 251 estudantes dos 6 anos do Curso de Medicina da FMUP avaliados através (1) do Inventário de Fontes de Stress Académico no curso de Medicina (IFSAM), (2) do Inventário de Respostas e Recursos Pessoais (BPS), (3) do Questionário de Hábitos de Saúde, (4) do General Health Questionnaire (GHQ-12) e (5) o Inventário de Comportamento Interpessoal-breve (ICI-breve). Em termos de caracterização dos níveis gerais de stress da amostra, verificou-se uma prevalência de 58,2% de sintomas de stress. Em termos de estilos de vida, verificou-se 47% dos estudantes revelam comportamentos de risco para a saúde, sendo as áreas de maior preocupação os hábitos alimentares, a prática de exercício físico, o consumo de álcool e tabaco e a imagem corporal. O sexo e o ciclo de formação revelam uma influência significativa nas variáveis estudadas, em que são as estudantes do sexo feminino que apresentam maiores níveis de stress académico, respostas de stress e baixa confiança no coping; os estudantes do ciclo básico revelam maiores níveis de stress geral, respostas de stress e mais stress na gestão dos estilos de vida. Encontrou-se uma correlação negativa, significativa entre a intensidade e as respostas de stress, e os recursos de coping e a assertividade, assim como uma correlação positiva e significativa com os estilos de vida e a agressividade. Por fim, constatou-se que, em termos gerais, a intensidade de stress académico, a confiança no coping e as competências interpessoais são preditores de determinadas respostas de stress. Todavia, a variância explicada dos modelos provou ser sempre mais elevada quando as competências interpessoais eram incluídas no modelo. Este estudo alerta para a necessidade de intervir preventivamente junto dos estudantes de Medicina. Os dados também fundamentam a necessidade de rever o ensino da Medicina do ponto de vista do stress académico.

Orientadora

Prof^ª Doutora Teresa McIntyre

Co-Orientador: Prof. Doutor Rui Mota Cardoso

Defesa da Dissertação de Mestrado:

Instituto de Educação e Psicologia – Universidade do Minho

Braga, Portugal, em 11 de Julho de 2006.

Disponível para consulta: Biblioteca Central da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Centro de Educação Médica da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Biblioteca Central da Universidade do Minho

Disponível on line em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/6407>

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Elizabete Maria Ferraz Loureiro

Centro de Educação Médica – Piso 6

Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Alameda Hernâni Monteiro

4200-319 Porto – Portugal

E-mail: gemp psico@med.up.pt

Recebido em: 22/01/2008

Aprovado em: 23/01/2008