

CUIDADO É FUNDAMENTAL

Escola de Enfermagem Alfredo Pinto – UNIRIO

ARTIGO ORIGINAL

DOI: 10.9789/2175-5361.rpcfo.v17.13587

FATORES DE ESTRESSE PERCEBIDOS E COMPORTAMENTOS DE ENFRENTAMENTO DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM NA PRÁTICA CLÍNICA: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Perceived stress factors and coping behaviors of nursing students in clinical practice: a cross-sectional study
Factores de estrés percibidos y conductas de afrontamiento de estudiantes de enfermería en la práctica clínica: un estudio transversal

Inci Mercan Annak¹
Buse Nur Doganay²
Cansu Dincel³

RESUMO

OBJETIVO: o objetivo deste estudo foi determinar o nível de estresse vivenciado por estudantes de enfermagem na prática clínica, os estressores que contribuem para esse estresse e os comportamentos de enfrentamento que os estudantes de enfermagem utilizam para lidar com o estresse. **Método:** o estudo adotou um delineamento descritivo. Os dados foram coletados por meio do Google Forms entre 8 de dezembro de 2022 e 2 de junho de 2023. **Resultados:** a idade média dos participantes foi de $20,83 \pm 1,62$ anos, sendo que 28,1% eram estudantes do segundo ano de enfermagem. A forma mais prevalente de estresse relatada foi o estresse relacionado ao cuidado com os pacientes, seguido pelo estresse relacionado a professores e profissionais de enfermagem. A estratégia de enfrentamento mais frequentemente relatada entre os participantes foi a evitação. **Conclusão:** educadores e enfermeiros devem reconhecer que os erros fazem parte do processo de aprendizagem, compreender o estresse vivenciado pelos estudantes e oferecer suporte para que consigam focar na aprendizagem positiva.

DESCRITORES: Estresse; Comportamentos de enfrentamento; Estudante de enfermagem; Prática clínica.

^{1,2,3} Gazi University, Ankara, Turkey.

Recebido em: 10/10/2024. **Aceito em:** 26/03/2025

AUTOR CORRESPONDENTE: Inci Mercan Annak

E-mail: incimercanannak@gmail.com incimercan@gazi.edu.tr

Como citar este artigo: Annak IM, Doganay BN, Dincel C. Fatores de estresse percebidos e comportamentos de enfrentamento de estudantes de enfermagem na prática clínica: um estudo transversal. Rev Pesqui Cuid Fundam [Internet]. 2025 [acesso em dia mês ano];17:e13587. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v17.13587>.



ABSTRACT

OBJECTIVE: the objective of this study was to determine the level of stress experienced by nursing students in clinical practice, the stressors that contribute to this stress, and the coping behaviors that nursing students employ to manage stress

Method: the study employed a descriptive design. The data were collected via Google Forms between December 8, 2022, and June 2, 2023. **Result:** the mean age of the participants was 20.83 ± 1.62 years and 28.1% were second-year nursing students. The most prevalent form of stress reported by the participants was the stress from taking care of patients, which was followed by the stress from teachers and nursing personnel and The most frequently reported coping strategies among the participants were avoidance. **Conclusions:** educators and nurses should recognize that errors are an inherent part of the learning process, understand the stress experienced by students, and provide support to enable them to focus on positive learning.

DESCRIPTORS: Stress, Coping behaviors; Nursing student; Clinical practice.

RESUMEN

OBJETIVO: el objetivo de este estudio fue determinar el nivel de estrés experimentado por los estudiantes de enfermería en la práctica clínica, los factores estresantes que contribuyen a este estrés y las conductas de afrontamiento que emplean para manejarlo. **Método:** el estudio utilizó un diseño descriptivo. Los datos se recopilaron mediante formularios de Google entre el 8 de diciembre de 2022 y el 2 de junio de 2023. **Resultados:** la edad media de los participantes fue de $20,83 \pm 1,62$ años y el 28,1% eran estudiantes de segundo año de enfermería. La forma más prevalente de estrés reportada fue el estrés por el cuidado de los pacientes, seguido por el estrés generado por docentes y personal de enfermería. La estrategia de afrontamiento más comúnmente mencionada fue la evitación. **Conclusión:** los educadores y enfermeros deben reconocer que los errores son parte inherente del proceso de aprendizaje, comprender el estrés que experimentan los estudiantes y brindar apoyo para que puedan centrarse en el aprendizaje positivo.

DESCRIPTORES: Estrés; Conductas de afrontamiento; Estudiante de enfermería; Práctica clínica.

INTRODUÇÃO

A educação em enfermagem é uma forma integrada de educação que compreende duas componentes principais: a educação teórica e a prática clínica.¹⁻² A prática clínica proporciona aos estudantes de enfermagem um ambiente no qual podem ganhar experiência nas competências e técnicas cognitivas, emocionais e psicomotoras que lhes são exigidas, com o apoio de práticas clínicas, ao mesmo tempo que desenvolvem os seus conhecimentos teóricos.³⁻⁴ A prática clínica representa um aspeto crucial do currículo, oferecendo aos estudantes a oportunidade de aplicar os seus conhecimentos teóricos num contexto clínico, melhorar as suas capacidades de resolução de problemas e de pensamento crítico, e cultivar uma perspetiva holística.^{2,3,5} O ambiente de aprendizagem para os estudantes de enfermagem engloba normalmente uma variedade de contextos clínicos, cada um com as suas próprias características distintivas, incluindo diferentes ambientes, culturas, oportunidades e instalações.¹

A literatura existente indica que a prática clínica é uma experiência mais stressante do que a formação teórica. A percepção da falta de conhecimentos e de competências é identificada como um fator de stress comum a muitos estudantes.⁴⁻⁶

Além disso, a experiência inicial na prática clínica engloba uma multiplicidade de factores de stress, incluindo a apreensão em relação a potenciais erros, a necessidade de responder a situações inesperadas, inconsistências nos procedimentos clínicos, exposição à violência, desafios com os instrutores e interações com enfermeiros clínicos e doentes.^{4,6-9} Adicionalmente, os estudantes podem sentir stress devido a vários factores, incluindo físicos, químicos, biológicos, ergonómicos, ambientais e psicossociais perigos; problemas pessoais; assumir novas responsabilidades; e trabalhar com indivíduos diversos.¹⁰⁻¹¹ Uma análise crítica de vinte e cinco artigos realizada por McCarthy et al. (2018) revelou que, embora as questões clínicas, académicas e financeiras constituam factores de stress, a principal fonte de stress para os estudantes de enfermagem foi o ambiente clínico.¹²

A prática clínica representa uma fonte significativa de stress para os estudantes de enfermagem.⁴ Embora se tenha demonstrado que níveis baixos ou moderados de stress aumentam a motivação dos estudantes e facilitam a sua capacidade de estudar e atingir os seus objetivos académicos, níveis elevados de stress têm demonstrado exercer um impacto prejudicial no bem-estar dos

estudantes.^{2,13} A incapacidade de gerir eficazmente os problemas encontrados na prática clínica pode ter resultados adversos, incluindo depressão e desesperança nos estudantes, atitudes negativas em relação profissão, deterioração da saúde física, falta de motivação, fraco desempenho académico, declínio do conhecimento e do nível de competências e uma redução da qualidade da profissão e do ensino de enfermagem.^{3,7,12,14,15} Em conclusão, níveis elevados de stress têm impacto não só no desempenho académico dos estudantes, mas também na sua saúde física e mental.^{6,12,15}

O stress é um fenómeno inevitável que pode ser difícil de ultrapassar em muitos casos. No entanto, a probabilidade destes resultados desfavoráveis pode ser reduzida através da implementação de mecanismos eficazes de gestão do stress. A eficácia das estratégias de gestão do stress depende da capacidade de discernir e adaptar-se através da implementação de mecanismos de coping.⁴ Em geral, o coping é definido como o ato de lidar com emoções ou comportamentos com a intenção de reduzir os efeitos físicos ou psicológicos do stress excessivo.¹² Um estudo realizado por Admi et al. (2018) revelou que o ano inicial ou subsequente dos estudos académicos é o período durante o qual os estudantes experimentam o maior stress.¹⁶ Num estudo separado, determinou-se que o terceiro ano é o mais stressante devido à presença de tarefas clínicas.¹⁷

No entanto, a literatura indica que os níveis de stress tendem a aumentar de acordo com o nível de educação ou ano académico e, subsequentemente, diminuem à medida que os estudantes atingem níveis de educação mais elevados.⁶ Além disso, as estratégias específicas de coping utilizadas pelos Os comportamentos de lidar com o stress são diferentes de acordo com as características dos indivíduos e o contexto dos factores de stress. Os comportamentos mais comuns de gestão do stress referidos pelos estudantes incluem a resolução de problemas, a manutenção de uma perspectiva otimista e a transferência.^{15,18} Estas estratégias foram identificadas como um dos métodos mais eficazes para lidar com o stress. A implementação de comportamentos para lidar com o stress tem sido associada a melhores resultados em termos de saúde física e psicológica dos estudantes. É, por conseguinte, imperativo avaliar os níveis de stress e as estratégias de coping dos estudantes de enfermagem envolvidos na prática clínica na Turquia, com o objetivo de reduzir o stress e promover uma experiência clínica positiva.

Apesar dos elevados níveis de stress experimentados pelos estudantes de enfermagem, em comparação com outros profissionais de saúde, há uma escassez de dados empíricos sobre o stress na prática clínica entre estes estudantes na Turquia.^{3,7,10}

Assim, o presente estudo foi realizado para obter uma compreensão abrangente dos níveis de stress e dos comportamentos de enfrentamento do stress exibidos pelos estudantes de enfermagem durante a prática clínica, com o objetivo de fornecer evidências que possam informar o desenvolvimento de estratégias eficazes de educação clínica.

MATERIAIS E MÉTODOS

Objetivo

O objetivo deste estudo foi determinar o nível de stress experimentado pelos estudantes de enfermagem na prática clínica, os factores de stress que contribuem para esse stress e os comportamentos de confronto que os estudantes de enfermagem utilizam para gerir o stress. Além disso, o estudo procurou examinar a relação entre estes factores.

Conceção do estudo

O estudo utilizou um desenho descritivo. Este estudo foi relatado de acordo com a declaração Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE).

População e amostragem

A população do estudo foi constituída por 1037 estudantes de enfermagem inscritos no Departamento de Enfermagem de uma universidade estatal em Ancara durante o semestre da primavera de 2022-2023 ano letivo. Foi utilizada uma técnica de amostragem de conveniência para determinar a dimensão da amostra. A dimensão da amostra necessária foi calculada utilizando o G* power versão 3.1. O tamanho da amostra necessário foi calculado em 134 para um poder de 80%, critérios de tamanho de efeito médio, nível de confiança de 95% e intervalo de confiança de 5%. O estudo incluiu estudantes voluntários que tinham completado pelo menos um estágio clínico. Foram excluídos os estudantes que não preencheram os instrumentos de recolha de dados ou que quiseram desistir do estudo. O estudo foi concluído com a participação de 430 estudantes.

Medições

Formulário de informação descritiva, Escala de Stress Percebido e Inventário de Comportamentos de Coping.

Formulário de informação descritiva

O formulário foi desenvolvido pelos investigadores de acordo com a literatura existente.^{3,4,7,19,20} Era composto por sete perguntas sobre a idade, o sexo e o grau de escolaridade.

Escala de stress percebido (PSS)

A PSS foi desenvolvida por Sheu et al. (1997) com o objetivo de investigar os fatores de stress percebidos pelos estudantes de enfermagem durante a prática clínica.²¹ Posteriormente, foi adaptada para turco por Karaca et al. (2015).⁷ A escala é composta por 29 itens, que são pontuados numa escala de Likert de cinco pontos, variando de 0 (nada stressante) a 4 (muito stressante). A EEP é composta por seis subescalas, incluindo o stress decorrente da prestação de cuidados aos doentes, o stress decorrente da falta de conhecimentos e competências profissionais, o stress decorrente das tarefas e da carga de trabalho, o stress decorrente dos professores e do pessoal de enfermagem, o stress decorrente do ambiente clínico, o stress decorrente dos pares e da vida quotidiana. A gama de pontuações possíveis vai de 0 a 116, sendo que as pontuações mais elevadas indicam maior angústia. O coeficiente alfa de Cronbach para a escala original foi de 0,930 e para o nosso estudo foi de 0,972.

Inventário de Comportamento de Enfrentamento (CBI)

A CBI foi desenvolvida por Sheu et al. (2002) para avaliar as estratégias de coping utilizadas por estudantes de enfermagem em resposta a estressores encontrados durante a prática clínica.²² Posteriormente, a escala foi adaptada para turco por Karaca et al. (2015).⁷ A escala inclui 19 itens, que são pontuados numa escala de Likert de cinco pontos, variando de 0 (discordo totalmente) a 4 (concordo totalmente). As subescalas do CBI incluem o coping otimista, a transferência, a resolução de problemas e o evitamento. As pontuações totais variam entre 0 e 76, sendo que as pontuações mais elevadas indicam um maior recurso e eficácia das estratégias de coping. O coeficiente alfa de Cronbach para a escala original foi de 0,76, e para o nosso estudo foi de 0,825.

Recolha de dados

Os dados foram recolhidos através do Google Forms entre 8 de dezembro de 2022 e 2 de junho de 2023. Antes do início, os alunos foram informados sobre o objetivo do estudo numa sala de aula e foi-lhes pedido que preenchessem os instrumentos de recolha de dados, que foram enviados para os seus e-mails. Os alunos tiveram de dar o seu consentimento informado através

do Google Forms. O processo de recolha de dados demorou cerca de 10 a 15 minutos.

Análise de dados

A análise dos dados foi efetuada com recurso ao programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 27.0. Os dados categóricos foram apresentados através da frequência (n) e da percentagem (%), enquanto a média (X), o desvio padrão (DP) e os valores mínimo e máximo foram fornecidos para as variáveis numéricas. Verificou-se que os dados satisfaziam os critérios de distribuição normal, tal como indicado pelos valores de assimetria e curtose. Por conseguinte, foram utilizados métodos paramétricos. O teste t de grupos independentes, a ANOVA unidirecional e o teste de correlação de Pearson foram utilizados para comparar as pontuações obtidas na PSS e no CBI com as características descritivas dos participantes. A significância estatística foi fixada em $p < 0.05$.

Considerações éticas

Foi obtida aprovação ética da Comissão de Ética da Universidade de Gazi (datada de 21/06/2022, com o número 2022-842). Foi obtida autorização institucional da Faculdade de Enfermagem da Universidade de Gazi, Departamento de Enfermagem. O estudo foi realizado de acordo com os princípios estabelecidos na Declaração de Helsínquia. Os participantes foram informados de que o seu envolvimento era inteiramente voluntário e que podiam desistir do estudo. O estudo em qualquer altura. Antes da realização do estudo, foi obtido o consentimento informado de todos os participantes. A confidencialidade e a privacidade dos participantes foram asseguradas.

Caraterísticas descritivas

A Tabela 1 apresenta as caraterísticas descritivas dos participantes. Assim, a idade média dos participantes foi de $20,83 \pm 1,62$ anos, 84,0% (n=361) eram do sexo feminino e 28,1% (n=121) eram estudantes de enfermagem do segundo ano. Os resultados indicaram que 57,2% (n=246) dos participantes tinham completado pelo menos três semestres de prática clínica, enquanto 69,5% (n=299) relataram ter experimentado desafios durante a sua prática clínica.

Tabela 1 - Caraterísticas descritivas (n=430)

Variáveis	Mín-Máx	$\bar{X} \pm SD$
Idade	18-30	20,83± 1,62
	n	%
Género		
Feminino	361	84.0
Masculino	69	16.0
Grau		
1º ano		
2º ano		
3º ano		
4º ano	105	24.4
Duração da prática clínica		
1-2 semestres	184	42.8
≥3 semestres	246	57.2
CGPA		
≤2,50	67	15.6
2,51 - 3,00	131	30.5
3,01 - 3,49	169	37.3
≥3,50	71	16.6
Problemas sentidos durante a prática clínica		
Sim	131	30.5
Não	299	69.5
Perceção da competência na prática clínica		
Sinto-me adequado	90	20.9
Sinto-me parcialmente adequado	296	68.8
Não me sinto adequado	44	10.2

\bar{X} : Média; DP: Desvio padrão; CGPA: Média de pontos acumulados

Pontuações PSS e CBI

A Tabela 2 apresenta as pontuações obtidas na PSS, no CBI e nas suas subescalas. As pontuações médias da PSS e do CBI foram 56,14± 25,60 e 35,98± 10,47, respetivamente. A forma mais prevalente de stress relatada pelos participantes foi o stress causado pelos cuidados prestados aos doentes

(16,17±7,30), seguido do stress causado pelos professores e pelo pessoal de enfermagem (11,24±5,56), e o stress causado pelas tarefas e pela carga de trabalho (9,77±4,76), respetivamente. As estratégias de confronto mais frequentemente referidas pelos participantes foram o evitamento (12,47±4,53) e a resolução de problemas (10,27±3,66), respetivamente.

Table 2 - PSS and CBI Scores (n=430)

Balanças	X±DP	Mín	Máx
PSS			
Stress devido à falta de conhecimentos e competências profissionais	5.95±2.88	0.00	12,00
Stress causado pela prestação de cuidados a doentes	16.17±7.30	0.00	32,00
Stress devido a tarefas e carga de trabalho	9.77±4.76	0.00	20,00
Stress dos professores e do pessoal de enfermagem	11.24±5.56	0.00	24,00
Stress do ambiente clínico	5.40±2.92	0.00	12,00
Stress dos colegas e da vida quotidiana	7.62±4.00	0.00	16,00
Total	56.14±25.60	0.00	116,00
CBI			
Lidar com o otimismo	6.87±2.83	0.00	16,00
Transferência	6.37±2.23	0.00	12,00
Resolução de problemas	10.27±3.66	0.00	24,00
Evitar	12.47±4.53	0.00	24,00
Total	35.98±10.47	0.00	72,00

Relação entre o PSS e as pontuações do CBI

A Tabela 3 ilustra que os comportamentos de coping otimista, de transferência e de resolução de problemas apresentaram uma correlação positiva estatisticamente significativa com todos os factores de stress ($p < 0,01$). Entre os comportamentos de coping, o comportamento de coping otimista demonstrou uma relação positiva, moderada e estatisticamente significativa com o stress provocado pela falta de conhecimentos e competências profissionais ($r=.364$, $p<0.01$),

o stress provocado pela prestação de cuidados aos doentes ($r=.418$, $p<0,01$), o stress provocado pelas tarefas e pela carga de trabalho ($r=.420$, $p<0,01$), o stress provocado pelos professores e pelo pessoal de enfermagem ($r=.442$, $p<0,01$), o stress provocado pelo ambiente clínico ($r=.373$, $p<0,01$) e o stress provocado pelos pares e pela vida quotidiana ($r=.389$, $p<0,01$). Foi observada uma relação positiva, moderada e estatisticamente significativa entre o comportamento de resolução de problemas e o stress dos professores e do pessoal de enfermagem ($r = .305$, $p < 0,01$).

Tabela 3 - Relação entre a PSS e as pontuações do CBI

Esca	Stress devido à falta de conhecimentos e competências profissionais	Stress causado pela prestação de cuidados a doentes	Stress devido a tarefas e carga de trabalho	Stress dos professores e do pessoal de enfermagem	Stress do ambiente clínico	Stress dos colegas e da vida quotidiana	PSS
Lidar com otimismo	.364**	.418**	.420**	.442**	.373**	.389**	.438**
Transferência	.214**	.269**	.265**	.258**	.241**	.261**	.274**
Resolução de problemas	.229**	.272**	.284**	.305**	.243**	.296**	.296**
Evitar	0.014	0.025	0.043	0.049	0.051	0.052	0.041
CBI	.230**	.276**	.288**	.302**	.259**	.287**	.298**

** p<0.01

Comparação das pontuações do PSS e do CBI de acordo com as características descritivas

A Tabela 4 apresenta uma comparação das pontuações do PSS de acordo com as variáveis descritivas dos participantes. Assim, os participantes do sexo feminino demonstraram pontuações estatisticamente significativas mais elevadas na PSS e nas suas subescalas do que os seus homólogos do sexo masculino ($p < 0,05$). A pontuação média do PSS dos estudantes de enfermagem do terceiro ano ($61,02 \pm 24,82$) foi estatisticamente mais elevada do que a dos outros estudantes ($p < 0,01$). Além disso, as pontuações obtidas pelos estudantes que tinham completado pelo menos três semestres de prática clínica PSS e das suas subescalas foram estatisticamente mais elevadas do que as dos outros participantes ($p < 0,01$).

A Tabela 5 apresenta a comparação das pontuações do CBI de acordo com as variáveis descritivas dos participantes. O estudo revelou que a pontuação média de coping otimista das participantes do sexo feminino ($7,06 \pm 2,74$) foi estatisticamente mais elevada do que a dos seus homólogos do sexo masculino ($p < 0,01$). Os estudantes do terceiro ano demonstraram pontuações estatisticamente significativas mais elevadas nas subescalas de coping otimista ($7,38 \pm 2,98$) e de transferência ($6,90 \pm 2,20$) do CBI ($p < 0,01$). Além disso, os dados indicaram que os indivíduos que enfrentaram desafios na prática clínica ($7,69 \pm 2,97$) demonstraram pontuações estatisticamente mais elevadas na subescala subescalas optimistas de coping do CBI ($p < 0,01$).

Tabela 4 - Comparação das pontuações do PSS de acordo com as características descritivas

Variável	n	Stress - Falta de conhecimentos e competências	Stress - Cuidados a doentes	Stress - Tarefas e carga de trabalho	Stress - Professores e equipe de enfermagem	Stress - Ambiente clínico	Stress - Colegas e vida quotidiana	PSS Total
Gênero								
Feminino	361	6.07±2.80	16.70±7.07	10.07±4.65	11.66±5.40	5.58±2.83	7.82±3.88	57.90±24.78
Masculino	69	5.32±3.17	13.38±7.88	8.19±5.06	9.04±5.94	4.49±3.23	6.54±4.45	46.96±27.96
t		1.986	3.515	3.042	3.626	2.846	2.461	3.290
p		0.048	0.000	0.002	0.000	0.005	0.014	0.001
Ano								
1º ano	99	5.03±2.55	12.89±6.52	7.57±4.35	9.56±5.51	4.44±2.96	6.82±3.86	46.30±24.09
2º ano	121	6.24±2.98	16.78±7.46	10.72±4.76	11.81±5.59	5.79±2.73	7.93±4.05	59.26±25.77
3º ano	105	6.59±2.85	17.93±7.13	10.63±4.67	12.16±5.42	5.68±2.88	8.03±3.97	61.02±24.82
4º ano	105	5.83±2.88	16.80±7.09	9.90±4.61	11.24±5.45	5.59±2.99	7.59±4.05	56.94±25.42
t		5.769	9.822	10.504	4.520	4.818	1.953	7.066
p		0.001	0.000	0.000	0.004	0.003	0.120	0.000
Tempo de prática clínica								
1-2 semestres	184	5.52±2.85	14.42±7.11	8.80±4.73	10.29±5.58	4.90±2.92	7.08±3.91	51.02±25.30
≥3 semestres	246	6.26±2.86	17.48±7.18	10.49±4.66	11.94±5.45	5.78±2.87	8.02±4.03	59.98±25.20
t		-2.668	-4.380	-3.692	-3.073	-3.135	-2.435	-3.641
p		0.008	0.000	0.000	0.002	0.002	0.015	0.000
Média Geral (CGPA)								
≤2,50	67	5.55±3.22	14.93±8.42	9.16±5.22	10.37±6.38	5.00±3.23	7.36±4.79	52.37±29.84
2,51 - 3,00	131	5.90±2.98	15.82±7.42	9.67±4.83	11.25±5.59	5.50±2.94	7.71±4.11	55.86±26.14
3,01 - 3,49	160	5.95±2.77	16.42±6.97	9.77±4.75	11.07±5.42	5.31±2.87	7.42±3.83	55.93±24.54

Variável	n	Stress - Falta de conhecimentos e competências	Stress - Cuidados a doentes	Stress - Tarefas e carga de trabalho	Stress - Professores e equipe de enfermagem	Stress - Ambiente clínico	Stress - Colegas e vida quotidiana	PSS Total
≥3,50	71	6.44±2.53	17.54±6.52	10.59±4.13	12.48±4.85	5.85±2.68	8.18±3.34	61.07±22.16
t		1.119	1.645	1.086	1.776	1.077	0.719	1.373
p		0.341	0.178	0.355	0.151	0.359	0.541	0.250
Problemas durante a prática clínica								
Sim	131	6.82±2.76	18.82±6.79	11.48±4.37	13.18±5.18	6.32±2.80	8.85±3.97	65.47±23.84
Não	299	5.56±2.85	15.01±7.22	9.02±4.74	10.38±5.52	5.00±2.89	7.08±3.90	52.05±25.31
t		4.274	5.122	5.076	4.931	4.406	4.308	5.150
p		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
p		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

Tabela 5 - Comparação das pontuações do CBI de acordo com as características descritivas

Variável	n	Lidar com o otimismo	Transferência	Resolução de problemas	Evitar	CBI Total
Gênero						
Feminino	361	7.06±2.74	6.45±2.19	10.32±3.51	12.40±4.37	36,24±9,90
Masculino	69	5.83±3.06	5.94±2.44	10.00±4.38	12.86±5.32	34,62±13,05
t		3.374	1.749	0.580	-0.670	0.977
p		0.001	0.081	0.564	0.504	0.331
Ano						
1º ano	99	6.15±2.93	5.74±2.39	9.90±4.01	11.97±4.74	33,76±11,50
2º ano	121	7.26±2.59	6.31±2.02	10.59±3.57	12.16±4.38	36,31±9,33
3º ano	105	7.38±2.98	6.90±2.20	10.56±3.73	12.57±4.50	37,42±10,76

Variável	n	Lidar com o otimismo	Transferência	Resolução de problemas	Evitar	CBI Total
4º ano	105	6.57±2.68	6.50±2.23	9.97±3.32	13.21±4.51	36,26±10,22
t		4.532	4.933	1.099	1.548	2.233
p		0.004	0.002	0.349	0.201	0.084
Tempo de prática clínica						
1-2 semestres	184	6.57±2.75	6.04±2.23	10.27±3.66	12.30±4.55	35,17±10,34
≥3 semestres	246	7.09±2.86	6.62±2.21	10.28±3.67	12.60±4.53	36,59±10,54
t		-1.910	-2.700	-0.028	-0.663	-1.385
p		0.057	0.007	0.977	0.508	0.167
Média Geral (CGPA)						
≤2,50	67	7.15±3.08	6.43±2.44	10.91±3.88	11.85±4.88	36,34±11,02
2,51 - 3,00	131	6.65±2.88	6.39±2.28	10.06±4.06	12.30±4.72	35,40±11,63
3,01 - 3,49	160	6.96±2.73	6.48±2.14	10.31±3.50	12.67±4.32	36,41±9,87
≥3,50	71	6.77±2.74	6.06±2.20	9.94±2.97	12.94±4.36	35,72±9,12
t		0.559	0.602	1.021	0.837	0.266
p		0.643	0.614	0.383	0.474	0.850
Problemas durante a prática clínica						
Sim	131	7.69±2.97	6.40±2.27	10.60±3.67	11.92±4.40	36,61±10,37
Não	299	6.51±2.68	6.36±2.22	10.13±3.65	12.71±4.58	35,71±10,52
t		4.065	0.152	1.243	-1.663	0.825
p		0.000	0.879	0.215	0.097	0.410

Os estudantes de enfermagem são vulneráveis a factores de stress que podem surgir durante a sua prática clínica universitária e deparam-se frequentemente com desafios na gestão desses factores de stress. Os resultados do presente estudo indicam que os níveis de stress percebidos por todos os participantes envolvidos na prática clínica foram moderados. Este resultado é consistente com os de outros estudos.^{4,23,24,25} Além disso, o presente estudo identificou como principais fontes de stress a prestação de cuidados aos doentes e as interações com os professores e o pessoal de enfermagem, respetivamente. Os resultados do estudo realizado por Wang et al. (2019) também estão alinhados com esse achado.¹³ Sun et al. (2016) constataram que a maioria dos estudantes de enfermagem estava em relacionamento tenso devido às atitudes de os seus professores, particularmente quando exibiam uma “atitude pouco amigável”, o que estava associado a um aumento dos níveis de stress percebidos.²⁶ Em contraste com estes resultados e com os nossos, outros estudos identificaram as tarefas e a carga de trabalho como as principais fontes de stress para os estudantes de enfermagem.^{4,25,27}

As conclusões do presente estudo e a literatura existente podem ser explicadas pelo elevado rácio aluno/educador, pelos desafios associados ao pessoal docente e pelo stress causado pelos enfermeiros devido às suas condições de trabalho insuficientes e a uma carga de trabalho intensa. Na Turquia, os enfermeiros são confrontados com uma multiplicidade de circunstâncias desafiadoras e desfavoráveis, incluindo condições de trabalho pouco favoráveis, escassez de pessoal, apoio de gestão inadequado e recursos limitados. A exposição dos estudantes de enfermagem a ambientes complexos durante a prática clínica resulta inevitavelmente na experiência de uma multiplicidade de factores de stress. Este resultado realça a importância de examinar as relações estudante-instrutor e a carga de trabalho dos estudantes no âmbito do sistema educativo.

Para facilitar uma aprendizagem óptima e atenuar a percepção do stress, os educadores devem reconhecer que a aprendizagem significativa ocorre em ambientes que promovem o respeito mútuo, a partilha de expectativas e a interação recíproca. Recomenda-se também que esta questão seja abordada nas formações em serviço para enfermeiros, a fim de garantir uma comunicação e interação positivas com os estudantes.

Os estudantes de enfermagem não têm uma compreensão clara das estratégias eficazes de gestão do stress. No presente estudo, a estratégia de coping mais frequentemente utilizada foi o evitamento, seguido da resolução de problemas e do coping otimista. Os nossos resultados são diferentes dos de investigações anteriores sobre comportamentos de coping, que

identificaram o evitamento como a estratégia de coping mais prevalente.^{4,14,15} Uma revisão de 25 estudos revelou que a resolução de problemas, a manutenção de uma perspectiva otimista e a transferência foram os comportamentos de coping mais frequentemente utilizados pelos estudantes de enfermagem, respetivamente.¹² Em um estudo de Labrague et al. (2017), a resolução de problemas foi identificada como a abordagem mais prevalente para lidar com o estresse entre estudantes de graduação.²⁸ Conforme relatado por Sun et al. (2016), os alunos empregaram comportamentos de transferência, incluindo compartilhar seus sentimentos com familiares, amigos e colegas de classe.²⁶ Uma revisão da literatura revela que alguns estudantes de enfermagem utilizam comportamentos de coping positivos,^{14,29} enquanto outros se envolvem em comportamentos de coping negativos.^{12,29}

As estratégias de evitamento e de otimismo, que são consideradas como a abordagem menos eficaz para a gestão do stress, não abordam a causa principal do stress.²⁸ Consequentemente, pode propor-se que os estudantes recebam instruções sobre comportamentos alternativos positivos, tais como técnicas de gestão do stress e métodos de libertação segura das suas emoções, com o objetivo de reduzir os seus níveis de stress.

Tal como os resultados do presente estudo, a revisão sistemática realizada por Chaabane et al. (2021) chegou à conclusão de que existe uma potencial ligação entre os factores de stress e os comportamentos de coping utilizados pelos estudantes de enfermagem.²⁰ Ab Latif et al. (2019) demonstraram que os factores de stress percebidos durante a prática clínica exibiram uma correlação estatisticamente significativa com os comportamentos de coping.¹⁹ Os nossos resultados indicam uma relação positiva, moderada e significativa entre os comportamentos de coping otimistas e todos os factores de stress.

Por conseguinte, pode recomendar-se que os orientadores académicos e os instrutores clínicos incentivem os seus estudantes a aprender e a utilizar comportamentos de coping eficazes para aliviar os factores de stress clínico. Acredita-se que esta abordagem melhore a preparação mental e psicológica dos estudantes para a prática clínica, reduzindo assim os seus níveis de stress.

Os resultados do nosso estudo sugerem que a prevalência de stress entre as estudantes de enfermagem do sexo feminino durante a prática clínica é mais elevada do que a observada entre os seus colegas do sexo masculino. Foi demonstrado que os estudantes de enfermagem do sexo masculino são mais propensos a empregar estratégias de evitamento para lidar com o stress do que os seus homólogos do sexo feminino. Shaban et al. (2012) referiram que as estudantes de enfermagem do sexo feminino apresentavam níveis de stress mais elevados

do que os seus colegas do sexo masculino.¹⁵ A maioria dos participantes no presente estudo era do sexo feminino. Devido às diferenças de papéis entre os géneros, espera-se geralmente que os estudantes de enfermagem do sexo masculino sejam mais fortes e corajosos. Isto pode explicar o facto de hesitarem em falar com os outros ou em pedir ajuda para lidar com a situação e de demonstrarem mais frequentemente comportamentos de evitamento.

O estudo concluiu que o terceiro ano do curso de enfermagem é o período mais stressante da prática clínica. Além disso, os estudantes deste ano académico demonstraram uma propensão para empregar comportamentos de coping otimistas e de transferência em maior grau do que os estudantes de outros anos académicos. Da mesma forma, Edwards et al. (2004) uma maior prevalência de stress devido à prática clínica entre os estudantes de enfermagem do terceiro ano.¹⁷ Em contraste, Admi et al. (2018) relataram que os níveis mais altos de stress foram observados entre os estudantes de enfermagem do primeiro e do segundo ano.¹⁶ Enquanto Onieva-Zafra et al. (2020) observaram um declínio nos níveis de stress entre os estudantes com o aumento da escolaridade, Al Rasheed et al. (2017) relataram um aumento do stress entre os estudantes de enfermagem à medida que avançavam nos seus programas educativos.³⁰ Além disso, o nosso estudo e outros estudos^{6,16,30} demonstraram que os estudantes com elevado rendimento académico apresentam níveis de stress mais baixos. Por conseguinte, recomenda-se que os estudantes de todos os níveis sejam aceites como tendo diferentes níveis de stress e que sejam incentivados comportamentos de coping eficazes através da determinação destas diferenças.

Os resultados deste estudo fornecerão um enquadramento para a realização de estudos experimentais sobre a redução dos níveis de stress e o desenvolvimento de comportamentos de coping saudáveis, com o objetivo de facilitar a aprendizagem dos estudantes durante a prática clínica e assegurar a sua participação voluntária na prática.

CONCLUSÕES

Este estudo centrou-se no stress vivido pelos estudantes de enfermagem durante a sua prática clínica e nos comportamentos de confronto que utilizam em resposta a esse stress. A natureza do ensino clínico gera níveis elevados de stress entre os estudantes de enfermagem, impedindo a sua capacidade de lidar eficazmente com o stress. Os resultados do estudo indicam que os níveis de stress dos estudantes de enfermagem envolvidos na prática clínica se situam a um nível moderado. A fonte de stress mais prevalente para estes estudantes foi a

expectativa de um elevado desempenho por parte dos professores e do pessoal de enfermagem. Utilizaram comportamentos otimistas para gerir o stress.

O estudo revelou que os estudantes de enfermagem sofrem frequentemente de stress, sobretudo por parte dos seus professores e colegas enfermeiros. Cabe aos formadores e aos enfermeiros assumir a responsabilidade pela gestão do stress dos estudantes e pela prestação de orientação e apoio. É da responsabilidade dos educadores académicos e clínicos estarem conscientes das fontes de stress vividas pelos estudantes durante a prática clínica e compreenderem as consequências mentais, físicas, psicológicas e sociais dessas experiências negativas para os estudantes. Além disso, os educadores têm de reconhecer o impacto do stress clínico no desempenho dos estudantes, na segurança dos doentes e nos resultados dos doentes.

Por conseguinte, recomenda-se que os educadores e os enfermeiros reconheçam que os erros são uma parte inerente do processo de aprendizagem, compreendam o stress sentido pelos estudantes e lhes deem apoio para que se possam concentrar na aprendizagem positiva. Além disso, deve ser dada formação em serviço aos profissionais de saúde sobre a importância das interações positivas com os estudantes de enfermagem. Recomenda-se também que os educadores incentivem os seus estudantes a aprenderem sobre os factores de stress clínico e os comportamentos eficazes para lidar com eles, de modo a reduzir os níveis de stress. Além disso, os educadores devem reorganizar o currículo para reduzir os factores de stress e os níveis de stress, garantindo assim que os estudantes estão psicologicamente preparados para a prática clínica.

Tendo em conta estes resultados, propomos a realização de mais investigação qualitativa para determinar os níveis de stress e as experiências dos estudantes. Além disso, recomendamos a realização de estudos qualitativos para examinar as perspectivas dos formadores e dos enfermeiros, com especial destaque para as barreiras e os factores facilitadores para os estudantes na prática clínica.

AGRADECIMENTOS

Obrigado a todos os estudantes de enfermagem que participaram nesta investigação.

REFERENCES

1. Kurt Ş, Öztürk H. Hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin klinik uygulama yaşantıları: günlük incelemesi-nitel bir araştırma. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*. [Internet]. 2019 [cited 2022 aug 19];21(3).

- Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hemarge/issue/73049/1190687>.
2. Khater WA, Akhu-Zaheya L, Shaban IA. Sources of stress and coping behaviours in clinical practice among baccalaureate nursing students. *International Journal of Humanities and social science*. [Internet]. 2014 [cited 2022 aug 11];4(6). Available from: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=a03ee600f177437e65676652f893a4f4910e17ba>.
 3. Bayır B, Özdemir D, Palaz G, Kaleli HB, Özcan SK, Ayvaz S. Konya ilinde okuyan hemşirelik lisans öğrencilerinin klinik uygulamalarda karşılaştıkları zorlukların belirlenmesi. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. [Internet]. 2020 [cited 2022 aug 19]; 1(2). Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ktokusbd/issue/56866/785676>.
 4. Alanazi MR, Aldhafeeri NA, Salem SS, Jabari TM, Khalid Al MR. Clinical environmental stressors and coping behaviors among undergraduate nursing students in Saudi Arabia: A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Sciences*. [Internet]. 2023 [cited 2024 mar 18];10(1). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.12.007>.
 5. Özşaban A, Bayram A. Türkiye’de hemşirelik öğrencilerinin klinik uygulama deneyimlerini etkileyen faktörler: sistematik derleme. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*. [Internet]. 2020 [cited 2023 aug 19];9(2). Available from: <https://www.doi.org/10.46971/ausbid.750585>.
 6. Onieva-Zafra MD, Fernández-Muñoz JJ, Fernández-Martínez E, García-Sánchez FJ, Abreu-Sánchez A, Parra-Fernández ML. Anxiety, perceived stress and coping strategies in nursing students: a cross-sectional, correlational, descriptive study. *BMC Medical Education*. [Internet]. 2020 [cited 2023 aug 19];20(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02294-z>.
 7. Karaca A, Yıldırım N, Ankaralı H, Açıkgöz F, Akkuş D. Hemşirelik öğrencileri için algılanan stres, biyo-psiko-sosyal cevap ve stresle başetme davranışları ölçeklerinin türkçe’ye uyarlanması. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. [Internet]. 2015 [cited 2024 aug 20];6(1). Available from: <https://doi.org/10.5505/phd.2015.40316>.
 8. Öner H, Karabudak S. Hemşirelik öğrencilerinin klinik uygulamalar sırasında yaşadıkları olumsuz duygular ve baş etme deneyimleri: Odak Grup Görüşmesi: *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. [Internet]. 2021 [cited 2023 aug 20];12(3). Available from: <https://dx.doi.org/10.14744/phd.2021.59480>.
 9. Wang W, Xu H, Wang B, Zhu E. The mediating effects of learning motivation on the association between perceived stress and positive-deactivating academic emotions in nursing students undergoing skills training. *Journal of Korean Academy of Nursing*. [Internet]. 2019 [cited 2023 aug 20];49(4). Available from: <https://doi.org/10.4040/jkan.2019.49.4.495>.
 10. Çakar M, Şişman YN, Oruç D. Hemşirelik öğrencilerinin klinik uygulamalarında karşılaştıkları sağlık riskleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*. [Internet]. 2019 [cited 2024 aug 19];12(2). Available from: <https://dergipark.org.tr/en/pub/deuhfed/issue/54241/735038>.
 11. Ulutaşdemir N, Şahan O, Tuna H. Hemşirelik öğrencilerinin uygulamada karşılaştıkları risk faktörlerinin anksiyete düzeyine etkisi. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi*. [Internet]. 2020 [cited 2024 Mar 10];7(2). Available from: <https://doi.org/10.5222/SHYD.2020.02411>.
 12. McCarthy B, Trace A, O’Donovan M, Brady-Nevin C, Murphy M, O’Shea M, O’Regan P. Nursing and midwifery students’ stress and coping during their undergraduate education programmes: An integrative review. *Nurse Education Today*. [Internet]. 2018 [cited 2024 mar 10];61. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.11.029>.
 13. Wang AH, Lee CT, Espin S. Undergraduate nursing students’ experiences of anxiety-producing situations in clinical practicums: A descriptive survey study. *Nurse Education Today*. [Internet]. 2019 [cited 2024 mar 10];76. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.01.016>.
 14. Hamaideh SH, Al-Omari H, Al-Modallal H. Nursing students’ perceived stress and coping behaviors in clinical training in Saudi Arabia. *Journal of Mental Health*. [Internet]. 2017 [cited 2024 aug 19]; 26(3). Available from: <https://doi.org/10.3109/09638237.2016.1139067>.
 15. Shaban IA, Khater WA, Akhu-Zaheya LM. Undergraduate nursing students’ stress sources and coping behaviours during their initial period of clinical training: A Jordanian perspective. *Nurse Education in Practice*. [Internet]. 2012 [cited 2023 aug 19];12(4). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2012.01.005>.
 16. Admi H, Moshe-Eilon Y, Sharon D, Mann M. Nursing students’ stress and satisfaction in clinical practice along different stages: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*. [Internet]. 2018 [cited 2023 aug 19];68. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.05.027>.
 17. Edwards H, Smith S, Courtney M, Finlayson K, Chapman H. The impact of clinical placement location on nursing

- students' competence and preparedness for practice. *Nurse Education Today*. [Internet]. 2004 [cited 2024 aug 19];24(4). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2004.01.003>.
18. Zhao FF, Lei XL, He W, Gu YH, Li DW. The study of perceived stress, coping strategy and self-efficacy of Chinese undergraduate nursing students in clinical practice. *International journal of nursing practice*. [Internet]. 2015 [cited 2023 aug 19];21(4). Available from: <https://doi.org/10.1111/ijn.12273>.
 19. Ab Latif R, Nor MZM. Stressors and coping strategies during clinical practice among diploma nursing students. *The Malaysian Journal of Medical Sciences*. [Internet]. 2019 [cited 2024 aug 19];26(2). Available from: <https://doi.org/10.21315/mjms2019.26.2.10>.
 20. Chaabane S, Chaabna K, Bhagat S, Abraham A, Doraiswamy S, Mamtani R, Cheema S. Perceived stress, stressors, and coping strategies among nursing students in the Middle East and North Africa: an overview of systematic reviews. *Systematic reviews*. [Internet]. 2021 [cited 2023 aug 19];10(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01691-9>.
 21. Sheu S, Lin H, Hwang S, Yu P, Hu W, Lou M. The development and testing of perceived stress scale of clinical practice. *Nursing Research*. [Internet]. 1997 [cited 2023 aug 19];5. Available from: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:202281700>.
 22. Sheu S, Lin HS, Hwang S-Li. Perceived stress and psychosocial status of nursing students during their initial period of clinical practice: the effect of coping behaviors. *International Journal of Nursing Studies*. [Internet]. 2002 [cited 2023 aug 19];39(2). Available from: [https://doi.org/10.1016/S0020-7489\(01\)00016-5](https://doi.org/10.1016/S0020-7489(01)00016-5).
 23. Ergin E, Çevik K, Çetin SP. Hemşirelik öğrencilerinin eğitimlerine ilişkin algıladığı stres ve stresle baş etme davranışlarının incelenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. [Internet]. 2018 [cited 2024 sep 11];15(1). Available from: <https://doi.org/10.5222/HEAD.2018.016>.
 24. Liu J, Yang Y, Chen J, Zhang Y, Zeng Y, Li J. Stress and coping styles among nursing students during the initial period of the clinical practicum: A cross-section study. *International journal of nursing sciences*. [Internet]. 2022 [cited 2024 sep 11];9(2). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.02.004>.
 25. Yan ATC. Prediction of perceived stress of Hong Kong nursing students with coping behaviors over clinical practicum: a cross-sectional study. *Journal of Biosciences and Medicines*. [Internet]. 2019 [cited 2024 sep 11];7(5). Available from: <https://doi.org/10.4236/jbm.2019.75008>.
 26. Sun FK, Long A, Tseng YS, Huang HM, You JH, Chiang CY. Undergraduate student nurses' lived experiences of anxiety during their first clinical practicum: A phenomenological study. *Nurse Education Today*. [Internet]. 2016 [cited 2024 sep 11];37. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.11.001>.
 27. Devkota R, Shrestha S. Stress among bachelor level nursing students. *Nepal Med Coll J*. [Internet]. 2018 [cited 2024 sep 11];20(1-3). Available from: https://www.researchgate.net/publication/329522489_Stress_among_bachelor_level_nursing_students.
 28. Labrague LJ, McEnroe-Petitte DM, Gloe D, Thomas L, Papathanasiou IV, Tsaras K. A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *Journal of Mental Health*. [Internet]. 2017 [cited 2024 aug 19];26(5). Available from: <https://doi.org/10.1080/09638237.2016.1244721>.
 29. Graham MM, Lindo J, Bryan VD, Weaver S. Factors associated with stress among second year student nurses during clinical training in Jamaica. *Journal of Professional Nursing*. [Internet]. 2016 [cited 2024 aug 19];32(5). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2016.01.004>.
 30. Al Rasheed F, Naqvi AA, Ahmad R, Ahmad N. Academic stress and prevalence of stress-related self-medication among undergraduate female students of health and non-health cluster colleges of a public sector university in Dammam, Saudi Arabia. *Journal of Pharmacy and Bioallied Sciences*. [Internet]. 2017 [cited 2024 aug 19];9(4). Available from: https://doi.org/10.4103/jpbs.JPBS_189_17.