

## Resumo

Esta pesquisa teve por objetivos: Mapear os padrões de Resiliência dos graduandos de enfermagem diante do estressada vida acadêmica e levantamento do perfil sociodemográfico. **Método:** Estudo transversal com abordagem quantitativo realizado na Universidade Federal Fluminense, campus Rio das Ostras. Os dados foram coletados através da escala Quest\_Resiliência validada pela Sociedade Brasileira de Resiliência (SOBRARE), em que mapeia os oito Modelos de Crenças Determinantes (MCDs) da população do estudo diante das adversidades da vida. O presente estudo atendeu as normas para a realização de pesquisa em seres humanos, de acordo com a Resolução 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde, sendo iniciado somente após recebimento da aprovação do comitê de ética em pesquisa da UFF/HUAP. Os participantes convidados que aceitarem participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e, foram devidamente esclarecidos sobre a pesquisa e terão seu anonimato garantido. **Resultados:** Participaram 74 acadêmicos, sendo 90, 5% do sexo feminino entre 19 e 36 anos; 89,2% solteiros; 74,3% não falavam outro idioma; 52,7% eram evangélicos; 85, 2% naturais do estado do Rio de Janeiro e 78, 4 % referem a mãe como a pessoa que mais ajudou a vencer na vida. Em relação aos MCDs, seis eram boa na passividade sendo eles: Análise do contexto (33,8%); Autocontrole (33, 8%); Empatia(43,2%); Conquistar e Manter Pessoas (32, 5%); Leitura Corporal (35, 1%); Otimismo com a Vida (39,1%); E os outros dois: Autoconfiança (25,7%) moderada na passividade e Sentido da vida (28,5%) forte na intolerância. **Conclusão:** Percebeu-se a necessidade de medidas no cenário acadêmico para auxiliar esta população visto que tendem a se submeterem as situações estressoras apresentando sentimentos negativos e pessimistas.

**Descritores:** Estudantes de enfermagem. Estresse. Resiliência Psicológica. Saúde mental

## **Introdução**

O estresse é visto como conduta adaptativa do corpo diante dos eventos estressores, sendo chamado de Síndrome de Adaptação Geral, e que caracteriza em três etapas, a primeira ocorre à fase de alerta, que acontece quando o indivíduo nota o agente estressor ou se vê diante dele, a segunda a fase da resistência ocorre quando o estressor permanece por um período extenso e a terceira a exaustão é quando o estresse se torna intenso e gera um esgotamento da energia do organismo <sup>(1)</sup>.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o estresse atinge 90% da população mundial. No Brasil, cerca de 70% sofrem desse mal na população e aproximadamente 30% apresentam altos níveis de estresse. Apesar, desse alarmante número, raramente os sintomas são percebidos facilmente <sup>(2)</sup>.

O desejo de ingressar na universidade gera certas inquietações para o estudante por ter que escolher a sua futura profissão. Ao ser introduzido nesse meio acadêmico é marcado como um significativo acontecimento para o mesmo, sendo vista com um alto grau de importância pela sociedade e familiares <sup>(3)</sup>.

As situações geradas pelo estresse são vivenciadas em várias áreas da vida, seja pessoal, social, profissional e durante o percurso universitário <sup>(4)</sup>. Ao ingressar na universidade os alunos precisam aprender a lidar com as situações e emoções que surgem no decorrer dos dias, sendo que cada um deles manifesta um obstáculo específico em relação a sua cultura, situação econômica, psicológico por exemplo <sup>(5)</sup>. Além do mais, vivenciam ocasiões de mudança, desenvolvimento, frustração, crescimento, temores e angústias. Por conseguinte, o ambiente que deveria colaborar na construção do conhecimento e ser o alicerce para o crescimento na formação profissional, ocasionalmente se torna o provocador de distúrbios patológicos, quando o estresse é acentuado nesses estudantes <sup>(4)</sup>.

A resiliência é entendida como um sentimento que vai além da razão, se contrapondo aos impactos negativos diante das adversidades. Portanto, refere-se às atitudes, conceitos e ações que podem ser geradas pelas pessoas diante dos problemas se transformando e vencendo-as. Por isso, não pode ser entendida como algo padronizado em que o indivíduo tem ou não <sup>(6)</sup>.

A Psicologia Positiva é apontada para o potencial humano, ou seja, virtudes de si e da vida, e a Teoria Cognitiva são situações que geram a capacidade de interpretação e de significado as circunstâncias e as experiências, oferecendo um novo sentido para as suas próprias crenças <sup>(7)</sup>.

Os Modelos de Crenças Determinantes (MCDs) que dominam os comportamentos dos resilientes são a empatia, conquistas e boa relação com as pessoas, análise do texto; leitura corporal; autocontrole; autoconfiança; otimismo para a vida e sentido da vida <sup>(8)</sup>. São esses princípios que conduzem as ações dos resilientes, permitindo que os indivíduos passem por problemas adversos dominando-os e trazendo um novo sentido à vida.

A partir do exposto ressaltam-se a importância em se estudar demandas relacionadas à saúde mental dos graduandos de enfermagem, abordando as seguintes questões norteadoras:

- Quais os padrões de Resiliência dos graduandos de enfermagem diante do estresse da vida acadêmica?
- Qual perfil sociodemográfico de graduandos de enfermagem da UFF campus Rio das Ostras?

Foram delineados os seguintes objetivos visando esclarecer os questionamentos expostos anteriormente:

- Mapear os padrões de Resiliência dos graduandos de enfermagem diante do estresse da vida acadêmica;
- Levantar o perfil sociodemográfico de graduandos de enfermagem da UFF campus Rio das Ostras;

- Identificar os padrões de Resiliência dessa população.

Este estudo justifica-se, pelas reduzidas publicações na literatura trazendo essa temática e pela relevante necessidade em mapear o perfil desses estudantes, enfatizando a importância de entender as circunstâncias adversas que o graduando enfrenta durante toda a graduação.

### **Método**

Pesquisa transversal com abordagem quantitativa, realizado no segundo semestre de 2018 e primeiro semestre de 2019, com acadêmicos de enfermagem da Universidade Federal Fluminense (UFF), campus Rio das Ostras do Instituto De Humanidades e Saúde (IHS). Os dados foram coletados através do Quest\_Resiliência validado pela Sociedade Brasileira de Resiliência (SOBRARE) após contrato para pesquisa acadêmica com instituição de ensino superior (IES).

Em relação aos modelos de crenças determinantes foram obtidos pela escala Quest\_Resiliência, sendo apresentadas no quadro 1, tendo como propósito mapear os oito Modelos de Crenças Determinantes (MCD) sendo elas: Autoconfiança, Autocontrole, Empatia, Sentido da Vida, Conquistar e Manter Pessoas, Leitura Corporal e Otimismo com a Vida, onde são avaliados os padrões de comportamento de excelência, passividade e intolerância, que apontam as condições de fraca, moderada, boa, forte e excelente de resiliência diante das adversidades ao estresse na vida acadêmica dos graduandos de enfermagem.

Quadro 1: Modelos de crenças determinantes (MCDs) e Crenças mapeadas

MCDs	Crenças mapeadas Intensidade para
Autocontrole	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ter o comportamento afetado</li> <li>➤ Controlar o comportamento de modo flexível</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Controlar o temperamento</li> <li>➤ Controlar a determinação nos projetos</li> <li>➤ Controlar o impulso de agir</li> </ul>
Leitura Corporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Habilidade para descansar</li> <li>➤ Solução para o desgaste corporal</li> <li>➤ Identificar reações corporais no outro</li> <li>➤ Atenção às reações no corpo</li> <li>➤ Ter ciência das alterações corporais</li> </ul>
Análise de Contexto	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Identificar consequências nas decisões</li> <li>➤ Prioridades de vida</li> <li>➤ Interpretar de forma correta</li> <li>➤ Planejar soluções</li> <li>➤ Analisar as razões e motivos</li> </ul>
Otimismo para com a vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Capacidade de finalizar tarefas</li> <li>➤ Confiar no desempenho</li> <li>➤ Habilidade de contornar problemas</li> <li>➤ Olhar de modo positivo</li> <li>➤ Cultivar esperança</li> </ul>
Autoconfiança	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Segurança ao dividir responsabilidades</li> <li>➤ Capacidade de dividir responsabilidades</li> <li>➤ Habilidades para superação</li> <li>➤ Encontrar soluções na resolução de problemas</li> <li>➤ Sentir-se seguro</li> </ul>
Conquistar e manter Pessoas	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Preservar amizades</li> <li>➤ Conhecer pessoas</li> <li>➤ Frequentar ambientes</li> <li>➤ Competência de manter relacionamentos</li> <li>➤ Preocupar-se com o outro</li> </ul>
Empatia	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Expressar de modo claro</li> <li>➤ Facilidade de conversar</li> <li>➤ Identificar o sentimento de outro</li> <li>➤ Aproximar de pessoas</li> </ul>

	➤ Interagir bem
Sentido de vida	➤ Razão de viver ➤ Colocar-se em segurança ➤ Fé na vida ➤ Avaliar riscos ➤ Ter significado para a vida

Fonte: SOBRARE, 2014

O universo do presente estudo foi constituído por 74 graduandos de enfermagem matriculados no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal Fluminense (UFF).

No que tange aos critérios de inclusão: os indivíduos da amostra foram de ambos os sexos, matriculados no curso de Graduação em Enfermagem da UFF Campus Rio das Ostras, ter idade igual ou superior a 17 anos e no máximo 55 anos, que apresentem alterações nos níveis de estresse psicológico detectado pela Quest\_Resiliencia. E considerado critério de exclusão os graduandos que não estão matriculados no curso, ou aqueles com idade acima de 55 anos e abaixo de 17anos.

Para a análise dos dados foi criado um banco dados em programa em formato Excel e inserção dos resultados, utilização do programa R<sup>®</sup> de acesso gratuito para análise dos dados encontrados. Análise estatística e descritiva. Descrição dos resultados a partir da compilação dos dados captados pelo instrumento de pesquisa e discutidos subsidiados pelo referencial da abordagem resiliente e da teoria cognitiva comportamental e psicologia positiva.

O presente estudo atendeu as normas para a realização de pesquisa em seres humanos, de acordo com a Resolução 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde de 07/04/2016, sendo somente iniciado após recebimento da aprovação do comitê de ética em pesquisa da UFF/HUAP. Aprovado no dia 31 de agosto de 2018, sob o número do

parecer: 2.865.314 e CAAE: 91528518.3.0000.8160. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

## Resultados

As Características sociodemográficas dos graduandos de enfermagem da Universidade Federal Fluminense, Campus Rio das Ostras, representados por 74 estudantes de enfermagem participaram da pesquisa, dos quais 67 (90,5%) do sexo feminino, nas faixas etárias de 19 e 36 anos. Em relação ao estado civil, 66 (89,2%) dos estudantes eram solteiros e 55 (74,3%) informaram não ter domínio de outro idioma. No que se refere à religião 39 (52,7 %) são evangélicos e no que concerne a naturalidade dos participantes 63 (85,2%) são do estado do Rio de Janeiro (RJ) e 58 (78, 4%) se referem a mãe como a pessoa que mais ajudou o graduando a vencer na vida. (Tabela 1).

**Tabela 1** – Distribuição das variáveis sociodemográficas dos graduandos de enfermagem da UFF- Rio das Ostras, 2019.

Variáveis		
Faixa etária	N	%
19 a 24	62	83,8
25 a 29	9	12,2
30 a 36	3	4,0
Sexo	N	%
Feminino	67	90,5
Masculino	7	9,5
Estado civil	N	%
Casado	7	9,5
Solteiro	66	89,2
União Estável	1	1,3
Religião	N	%
Católico	19	25,7
Espírita	4	5,4
Evangélico	39	52,7
Outro	12	16,2
Outro Idioma	N	%
Sim	19	25,7
Não	55	74,3

<b>Naturalidade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
AC	4	5,5
MG	3	4,0
RN	1	1,3
RJ	63	85,2
SP	3	4,0
<b>Pessoas que mais te ajudaram a vencer na vida</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Mãe	58	78,4
Pai	22	29,8
Amigos	18	24,4
Avós	15	20,3
Parceiro (a)	9	12,2
Irmãos	4	5,5

**Tabela 2:** Modelo de Crenças Determinantes dos graduandos de enfermagem da UFF-Rio das Ostras, 2019.

No MCD Análise do contexto o estilo comportamental no padrão passividade na condição de fraca resiliência não foi identificado nenhum participante, na moderada resiliência três (4%), boa resiliência vinte e cinco (33,8%), forte resiliência treze (17,6%). Na condição de excelente resiliência foi representada por vinte e dois (29,8%) e no estilo comportamental na intolerância na condição de fraca resiliência foram encontrados dois (2,8%) e as condições moderada, boa e forte corresponderam a três (4%) (Tabela 2).

No MCD Autoconfiança o estilo comportamental da passividade nas condições de resiliência foram encontrados: fraca com quatro (5,4%); moderada com dezenove (25,7%); dezessete com boa (23%) e forte com cinco (6,7%). Na condição de excelente resiliência foram identificados quatorze (19%) participantes e no padrão comportamental de intolerância, foram evidenciados em relação à resiliência: fraca um (1,3%); moderada seis (8,2%); boa três (4%) e forte com cinco (6,7%) (Tabela 2).



No MCD Autocontrole o estilo comportamental na passividade foram identificados nas condições de resiliência: três (4%) fraca; cinco (6,7%) moderada; vinte e cinco (33,8%) boa; sete (9,5%) forte. Já no excelente nove (12,2%) e na intolerância seis (8,2%) fraca; 10 (13,5%) moderada; quatro (5,4%) boa e cinco (6,7%) forte (Tabela 2).

No MCD Conquistar e manter pessoas o estilo comportamental na passividade, não foi identificado nenhum acadêmico em condição de fraca resiliência; sete (9,5%) na condição de moderada resiliência, 24 (32,5%) na condição de boa e cinco (6,7%) na condição de forte resiliência. Na condição de excelente resiliência foi apresentada por vinte (27%) e na intolerância: de um (1,3%) fraca, oito (10,9%) moderada, quatro (5,4%) boa e cinco (6,7%) forte (Tabela 2).

No MCD Empatia o estilo comportamental da passividade foram encontrados: três (4%) fraca resiliência; oito (10,9%) moderada resiliência; trinta e dois (43,2%) boa resiliência e cinco (6,7%) na condição de forte resiliência. Já na condição de excelente resiliência foi apresentada por doze (16,2%) e na intolerância foram reveladas as condições em relação à resiliência de nas (4%) nas condições de fraca e moderada; seis (8,2%) boa e dois (2,8%) forte (Tabela 2).

No MCD Leitura Corporal o estilo comportamental da passividade, os graduandos apresentaram condições perante resiliência de um (1,3%) fraca, doze (16,2%) moderada, vinte e seis (35,1%), cinco (6,7%) forte. A condição de excelente resiliência foi apresentada por dezessete (23%) e no estilo comportamental na intolerância, foi identificado que seis (8,2%) dos participantes apresentam condição de fraca resiliência e não foi encontrado nenhum na condição de moderada resiliência. Na condição de boa e forte resiliência foram encontrados cinco (6,7%) e dois (2,8%) (Tabela 2).

No MCD Otimismo com a vida o estilo comportamental da passividade, os acadêmicos apresentaram em relação à resiliência, 7 (9,5%) fraca, 8 (10,9%) moderada; 29 (39,1%) boa e 5 (6,7%) forte e na condição de excelente resiliência foi apresentada por 9 (12,2%). No padrão comportamental na intolerância, foram reveladas as condições em relação à resiliência de 10 (13,5%) fraca, 3 (4%) moderada, 1 (1,3%) boa e 2 (2,8%) forte (Tabela 2).

No MCD Sentido da Vida o estilo comportamental da passividade, foram identificados que 3 (4%) estavam na condição de fraca resiliência; 5 (6,7%) demonstraram na condição de moderada resiliência, 20 (27%) em condição de boa resiliência e 3 (4%) na condição de forte resiliência. Foram identificados que 7 (9,5%) participantes apresentam um equilíbrio em suas crenças, contribuindo para o fortalecimento da resiliência. No padrão comportamental de intolerância, foram identificados em relação à resiliência que 4 (5,4%) na condição de fraca, 3 (4%) na condição de moderada, 8 (10,9%) na condição de boa e 21 (28,5%) na condição de forte resiliência.

Com relação ao mapeamento dos modelos de crenças determinantes (MCDs), os dados a seguir expressam o maior porcentual encontrado em cada MCD : Empatia 32 (43,5%) boa na passividade; Otimismo com a vida 29 (39,1%) boa na passividade; Leitura Corporal 26 (35,1%) boa na passividade; Análise do contexto 25 (33,8%) boa na passividade; Autocontrole 25 (33,8%) boa na passividade; Conquistar e Manter pessoas 24 (32,5%) boa na passividade; Sentido da Vida 21 (28,5%) forte na intolerância e Autoconfiança 19 (25,7%) moderada na passividade (Tabela 2).

<b>MCD - Análise do Contexto</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	0	0

Moderada	3	4
Boa	25	33,8
Forte	13	17,6
Excelente	22	29,8
<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	2	2,8
Moderada	3	4
Boa	3	4
Forte	3	4
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>
<b>MCD - Autoconfiança</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	4	5,4
Moderada	19	25,7
Boa	17	23
Forte	5	6,7
Excelente	14	19
<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	1	1,3
Moderada	6	8,2
Boa	3	4
Forte	5	6,7
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>
<b>MCD - Autocontrole</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	3	4
Moderada	5	6,7
Boa	25	33,8

Forte	7	9,5
Excelente	9	12,2
<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	6	8,2
Moderada	10	13,5
Boa	4	5,4
Forte	5	6,7
Total	74	100%
<b>MCD - Conquistar e manter pessoas</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	0	0
Moderada	7	9,5
Boa	24	32,5
Forte	5	6,7
Excelente	20	27
<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	1	1,3
Moderada	8	10,9
Boa	4	5,4
Forte	5	6,7
Total	74	100%
<b>MCD – Empatia</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	3	4
Moderada	8	10,9
Boa	32	43,2
Forte	5	6,7
Excelente	12	16,2

<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	3	4
Moderada	3	4
Boa	6	8,2
Forte	2	2,8
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>

#### **MCD - Leitura Corporal**

<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	1	1,3
Moderada	12	16,2
Boa	26	35,1
Forte	5	6,7
Excelente	17	23

<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	6	8,2
Moderada	0	0
Boa	5	6,7
Forte	2	2,8
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>

#### **MCD - Otimismo com a Vida**

<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	7	9,5
Moderada	8	10,9
Boa	29	39,1
Forte	5	6,7
Excelente	9	12,2

<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	10	13,5

Moderada	3	4
Boa	1	1,3
Forte	2	2,8
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>
<b>MCD- Sentido da Vida</b>		
<b>Padrão Passividade</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	3	4
Moderada	5	6,7
Boa	20	27
Forte	3	4
Excelente	7	9,5
<b>Padrão de Intolerância</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Fraca	4	5,4
Moderada	3	4
Boa	8	10,9
Forte	21	28,5
<b>Total</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>

Fonte: Sociedade Brasileira de Resiliência 2019.

## Discussão

O perfil sociodemográfico é composto em sua maioria pelo sexo feminino. O que pode ser justificada por uma questão histórica estabelecida pela predominância da força da ação feminina nas tarefas que envolvem o cuidado <sup>(9)</sup>.

No que se refere a faixa etária a prevalência no presente estudo foi da faixa etária entre 19 e 24 anos. Essas estatísticas podem estar relacionadas ao fato que o ingresso de jovens estudantes na universidade tenha um predomínio nesse intervalo etário, já que o curso ocorre em horário integral. Desse modo impossibilita a flexibilização em trabalhar e estudar <sup>(10)</sup>.

Em relação ao estado civil, a maior parte da população do estudo é constituída por solteiros, indicando que boa parte dos graduandos não tinham obrigações familiares. E o fato de estarem em outra cidade, distante da família pode ser um dos desencadeadores do estresse nos acadêmicos <sup>(11)</sup>.

A maior parte dos estudantes não fala outro idioma, o que prejudica na qualificação do indivíduo, tanto na vida acadêmica quanto na carreira profissional <sup>(11)</sup>.

Dentre as variáveis analisadas foi possível constatar que a maior parte se denomina como evangélicos, ou seja, estão vinculados a uma religião de doutrina cristã. A espiritualidade está relacionada ao propósito de vida, conferindo ao indivíduo valores, condutas e costumes, assim constituem ao seu modo de agir perante a sociedade e na maioria das vezes está relacionada a religiosidade. A religião tem por definição a maneira como uma pessoa crê, cultua e coloca em ação uma doutrina <sup>(13)</sup>. Desse modo, diante de um evento estressor os hábitos espirituais podem ser considerados como um mecanismo de auxílio no enfrentamento das adversidades.

No que tange a naturalidade dos discentes, grande parte é do estado do Rio de Janeiro. Porém, a maioria procede de outras cidades do interior do estado e se mudaram para moradias estudantis, casa de parentes ou repúblicas para realizarem um curso na universidade <sup>(9)</sup>.

No que diz respeito a variável pessoas que mais ajudaram os graduandos a vencerem na vida foi detectar que grande parte se referenciaram a mãe. A mulher ocupa um lugar fundamental na família através do papel da maternidade, além desse ambiente familiar muitas conciliam com a realização profissional, a fim de compor o orçamento familiar ou ser gestora do mesmo <sup>(14)</sup>.

No MCD Empatia encontram-se na Condição de Boa resiliência no Padrão de Comportamental de Passividade para com as crenças. Nesse segmento de Crença

concernente a Empatia, os graduandos de enfermagem apresentam com um alto índice de passividade ao estresse na condição de boa resiliência, atribuindo menor intensidade às suas crenças, em consequência tornam – se flexíveis em suas opiniões ou ideias. Essa característica proporciona maior probabilidade de negociação em seus enfrentamentos para com o estresse.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem estavam na condição boa resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse no MCD Otimismo para a Vida, e esse estilo comportamental leva a se submeter a situação de estresse, sendo atingidos pela negatividade e pessimismo.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem estavam na condição boa resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse no MCD Leitura Corporal, e esse estilo comportamental leva a se submeter a situação de estresse, sendo atingidos pela negatividade e pessimismo. Esse padrão determina que esses integrantes possuem crenças com particularidades de desarticulação entre a dinâmica corporal e a mental, particularmente nos eventos estressantes adversos presentes no ambiente, acometendo distúrbios psicoemocionais.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem estavam na condição boa resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse no MCD Análise do Ambiente, e esse estilo comportamental leva a se submeter a situação de estresse, sendo atingidos pela negatividade e pessimismo. Quando apresentam essa condição comportamental significa que são passivos ao estresse, obtendo vez ou outra segurança para enfrenta- lo.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem com 33,8%, estavam na condição boa resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse no



MCD Autocontrole, e esse estilo comportamental leva a se submeter a situação de estresse, sendo atingidos pela negatividade e pessimismo.

Nesse segmento de Crença os graduandos de enfermagem apresentaram com um alto índice de passividade ao estresse e se mostrando um grupo com dificuldades comprometedoras em se organizar emocionalmente perante os conflitos, significa que precisa de treinamento para a melhora de suas capacidades, comportamento e crenças.

O MCD Alcançar e Manter Pessoas/ Conquistar e Manter Pessoas é a capacidade de se vincular a outras pessoas sem receio ou medo do fracasso em que um indivíduo tem de integrar e manter pessoas em sua rede de relacionamentos, sendo fonte de proteção frente ao estresse <sup>(15)</sup>. As crenças nesse modelo estabelecem o comportamento de aproximação ou afastamento das pessoas e ambientes. Identificando e agindo a favor da vinculação com outro indivíduo <sup>(16)</sup>.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem estava na condição boa resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse. Esse estilo comportamental leva a se submeter a situação de estresse, sendo atingidos pela negatividade e pessimismo. Desse modo, apresentam características de isolamento e timidez obtendo como resultado dificuldades em manter relações em sua cadeia de apoio.

O MCD Autoconfiança é a capacidade de ter convicção de ser eficaz nas ações proposta, acreditar em si mesmo, representa a confiança que um indivíduo tem na sua capacidade nas resoluções dos enfrentamentos e problemas <sup>(15)</sup>. Aborda a intensidade dada as crenças que expressam o senso de ser capaz. Onde o indivíduo tem seu confiança voltado para a habilidade de resolver dificuldades e conflitos, sentindo – se capacitado através de recursos próprios ou aqueles provenientes do ambiente <sup>(16)</sup>.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem estava na condição moderada resiliência do padrão comportamental de passividade frente ao estresse, indicando que tendem a desmerecer o seu potencial.

O MCD Sentido da Vida é a capacidade de entendimento de um propósito vital da vida, está relacionada com a razão de viver e a fé e do significado da vida diante das adversidades oriundos das situações de estresse <sup>(17)</sup>. O indivíduo que apresenta essa crença acredita em um sentido maior para a vida, transcendendo os limites humanos. Onde a clareza desse propósito essencial gera um enobrecimento do valor da vida, corroborando a preservação da vida, por conseguinte evita se colocar em situações de risco e busca áreas para favorecer os fatores de proteção <sup>(18)</sup>.

O maior quantitativo dos graduandos de enfermagem com 28,5%, estavam na condição forte resiliência do padrão comportamental de intolerância. Desse modo evidencia um alto índice de intolerância ao estresse na condição de forte resiliência, revelando o quanto esse grupo manifesta crenças que estruturam o comportamento de uma posição segura, contudo, com leve prejuízo em decorrência da frágil ênfase na condição de vida, principalmente nos momentos de adversidades.

Ao analisar todos os MCDs, foi possível observar que a análise do Contexto foi a crença com maior incidência comparado aos outros MCDs em que os se encontravam no padrão de excelência. Este padrão se encontra entre o da passividade e impulsividade revelando a existência do equilíbrio entre as situações de pessimismo e na falta de tolerância, fragilidade e segurança diante do estresse <sup>(19)</sup>.

Diante desse estudo foi possível constatar que sete dos oito modelos de crenças determinantes foram no padrão da passividade. Isso significa que os indivíduos que se enquadram nessa amostra são descritos pelo comportamento emocional de pessimismo e tendem a se submeter ou aceitar os impactos provenientes do estresse <sup>(19)</sup>. Já o padrão

de intolerância foi encontrado apenas um modelo, quer dizer que o indivíduo tem predominância em “rejeitar” ou reagir contra (atacar) aos impactos provenientes das adversidades <sup>(20)</sup>.

## **Conclusão**

Na abordagem resiliente, os indivíduos que através da resiliência encontram o equilíbrio conseguem entender, que independente das situações vivenciadas, mesmo sendo negativas, possuem possibilidades de obter o que de fato é importante.

Considerando que o acadêmico experimenta no decorrer da vida acadêmica alterações biológicas, psicológicas e sociais, o sofrimento psíquico nesse grupo está conectado à concepção negativa do cenário acadêmico apresentando ansiedade, medo, preocupação, frustração, e baixa autoestima o que conseqüentemente gera a queda na qualidade de vida. Por outro lado, os que revelam fatores de proteção tendem a reduzir os efeitos advindos desse contexto o que conseqüentemente reduz a possibilidade de sofrimento psíquico.

Nessa circunstância, as instituições de ensino têm um papel importante promovendo através de um planejamento intervenções o bem estar dos alunos e vivências mais positivas no ambiente educacional, de modo a ampliar e aperfeiçoar seus níveis de resiliência.

A resiliência ainda é um tema pouco explorado, sendo recomendado novos estudos acerca da temática, posto que é extrema importância compreender o comportamento humano nas adversas situações estressoras e os mecanismos para o fortalecimento da conduta resiliente.

## Referências

1. Selye, H. Stress – a tensão da vida. 2a ed. *F* (Bronco, trad.) São Paulo: Ibrasa; 1965.
2. O Berro [Internet]. Pernambuco: Viver em Sociedade; c2016 [acesso em 28 mai. 2019]. Disponível em:<http://www.unicap.br/oberro/viveremsociedade/v2/index.php/2016/10/12/estresse-atinge-90-da-populacao-mundial/>.
3. Martincowski T M. A inserção do aluno iniciante de graduação no universo autoral: a leitura interpretativa e a formação de arquivos. [Caderno da Pedagogia]. 2013; 6 (12): 129-140.
4. Monteiro CF, Freitas JF, Ribeiro AA. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Esc. Anna Nery Rev. Enferm.* 2007; 11 (1): 66-72. doi.10.1590/S1414-81452007000100009.
5. Reis TA, Maia SMS, Sória DAC. Resiliência em graduandos dos dois últimos períodos do curso de enfermagem. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J. Online)*. 2010; 2: 213-216. Disponível em: [http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/870/pdf\\_118](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/870/pdf_118).
6. Sociedade Brasileira de Resiliência. E-book: Desenvolvendo uma cultura Resiliente nas organizações. SOBRARE; 2015.
7. Sociedade Brasileira de Resiliência. E- book: Resiliência nos projetos de vida. SOBRARE; 2015.
8. Sociedade Brasileira de Resiliência. Modelos de crenças da abordagem resiliente. SOBRARE; 2013.
9. Lima CA, Vieira M.A, Costa FM. Caracterização dos estudantes do curso de graduação em Enfermagem de uma universidade pública. *Rev Norte Mineira de Enferm.* 2014; 3 (2): 33- 46. Disponível em: <http://www.renome.unimontes.br/index.php/renome/article/view/72/98>.
10. Wetterich NC, Melo MRAC. Perfil sociodemográfico do aluno do curso de graduação em enfermagem. *Rev. Latinoam. Enferm.* 2007; 15 (3). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692007000300007>.

11. Cestari VR. Et al. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. *Acta paul. enferm.* 2017; 30 (2): 190-196. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201700029>.
12. Iglesias SRA, Batista NA. A língua inglesa e a formação de mestres e doutores na área da Saúde. *Rev. bras. educ. med.* 2010; 34 (1): 74-81. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0100-55022010000100009>.
13. Harmuch C, Cavalcante MDMA, Zanoti-Jeronymo DV. Religião e espiritualidade no ensino e assistência de enfermagem na visão dos estudantes: uma revisão. *RevUninga.* 2019; 56 (2): 243-254. Disponível em: <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/938/1917>.
14. Psicologia.PT [Internet]. O papel da mulher no contexto familiar: uma breve reflexão. [citado 13 jun. 2008]. O portal dos psicólogos. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Cristiane\\_Feil/publication/303208368\\_O\\_PAP EL\\_DA\\_MULHER\\_NO\\_CONTEXTO\\_FAMILIAR\\_UMA\\_BREVE\\_REFLEXAO/links/5738f27308ae9f741b2bde8f/O-PAP-EL-DAMULHER-NO-CONTEXTO-FAMILIAR-UMA-BREVE-REFLEXAO.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Cristiane_Feil/publication/303208368_O_PAP EL_DA_MULHER_NO_CONTEXTO_FAMILIAR_UMA_BREVE_REFLEXAO/links/5738f27308ae9f741b2bde8f/O-PAP-EL-DAMULHER-NO-CONTEXTO-FAMILIAR-UMA-BREVE-REFLEXAO.pdf).
15. Soares RJO. Resiliência e danos à saúde do docente de enfermagem: contribuições para a saúde do trabalhador [Internet]. Rio de Janeiro: Núcleo de Pesquisa Enfermagem e saúde do trabalhador da UFRJ; 2016 [citado em 09 nov. 2019]. Disponível em: <http://objdig.ufrj.br/51/teses/855286.pdf>.
16. Silva RSG. Resiliência: uma estratégia de comando para o CBMDF [Internet]. Brasília; 2017 [citado 10 nov. 2019]. Disponível em: [http://sobrare.com.br/Uploads/20180903\\_monografia\\_Raquel\\_gomes\\_-\\_resilincia\\_-\\_uma\\_estrategia\\_de\\_comando\\_para\\_o\\_cbmdf.pdf](http://sobrare.com.br/Uploads/20180903_monografia_Raquel_gomes_-_resilincia_-_uma_estrategia_de_comando_para_o_cbmdf.pdf)
17. Barbosa, G. S. Resiliência: Desenvolvendo e ampliando o tema no Brasil. 1ª Ed. São Paulo: SOBRARE; 2014.
18. Barbosa, G.S. Marcadores para intervenções a partir da abordagem resiliente. São Paulo: SOBRARE; 2017.
19. Barragan, M.R. Resiliência em gestão de pessoas: Identificando o perfil de resiliência de gestores a partir da aplicação da pesquisa quest\_resiliência. 2016. Disponível em:

[http://sobrare.com.br/Uploads/20161014\\_artigo\\_resilincia\\_em\\_gesto\\_de\\_pessoas\\_-\\_marcelo\\_rodrigues\\_barragan.pdf](http://sobrare.com.br/Uploads/20161014_artigo_resilincia_em_gesto_de_pessoas_-_marcelo_rodrigues_barragan.pdf).

20. Barbosa, G. S. Roteiro dos índices de resiliência: uma introdução de como analisar os resultados de pesquisas em resiliência. 1ª ed. São Paulo: SOBRARE; 2014.