

**D. Ciências da Saúde - 3. Saúde Coletiva - 4. Saúde Pública**

**SINTOMATOLOGIA DE ESTRESSE EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Eric Francelino Andrade<sup>1,2</sup>  
Hellena Camilo Assumpção<sup>1,2</sup>  
Priscila Carneiro Valim-Rogatto<sup>1,3</sup>  
Gustavo Puggina Rogatto<sup>1,4</sup>

1. Universidade Federal de Lavras - UFLA
2. PIVIC – LIEMEF
- 3 Professora Doutora do Departamento de educação Física - LAPPEX
4. Professor Doutor do Departamento de Educação Física – LIEMEF - Orientador

**RESUMO:**

O estresse pode ser definido como uma resposta orgânica advinda de um estímulo psíquico ou físico, cuja finalidade é recuperar a homeostase. Quaisquer eventos, de ordem interna ou externa, que amedrontem, excitem, confundam ou estimulem excessivamente um indivíduo podem provocar desequilíbrio no organismo, que por sua vez, apresentará a necessidade de adaptação mediante a estas circunstâncias. Sendo o meio universitário um ambiente propício ao desencadeamento de sintomas de estresse, o presente estudo avaliou a sintomatologia de estresse em 253 estudantes do curso de Educação Física (idade:  $21 \pm 2,6$  anos), sendo 124 homens e 129 mulheres. Os voluntários responderam ao Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL) para identificar a presença, a fase e os sintomas de estresse que os mesmos poderiam apresentar. Para a classificação dos participantes foram seguidas as orientações do Manual do ISSL. Foi utilizada estatística descritiva, com os resultados sendo apresentados como porcentagem, média e desvio padrão. Dos 253 estudantes que responderam ao ISSL, 37,5% foram identificados como estressados. Considerando as diferentes fases de estresse, observou-se que o grupo estudado apresentava, nas últimas 24 horas,  $4,5 \pm 2,5$  sintomas totais, sendo  $3,6 \pm 2,0$  de origem física e  $0,9 \pm 1,0$  psicológica. Considerando os sintomas apresentados no último mês foi encontrada pontuação total de  $6,6 \pm 2,5$  ( $4,2 \pm 1,8$  físicos e  $2,3 \pm 1,3$  psicológicos). Já com relação aos sintomas apresentados nos últimos três meses foram observados  $6,6 \pm 3,9$  sintomas totais, sendo  $2,0 \pm 1,7$  de ordem física e  $4,6 \pm 2,7$  psicológica. A partir dos resultados pode-se concluir que, nos sintomas apresentados nas últimas 24 horas, houve a mesma proporção relativa tanto para sintomas físicos quanto psicológicos. Para os sintomas apresentados no último mês, proporcionalmente, houve maior contribuição de sintomas psicológicos em comparação com sintomas físicos para o quadro geral de estresse. Já na fase correspondente aos sintomas apresentados nos últimos três meses, os sintomas psicológicos tiveram maior contribuição relativa ao serem comparados aos sintomas físicos.

Palavras-chave: estresse, sintomatologia, universitários.