



VIDA DE ESTUDANTE: A RELAÇÃO ENTRE ESTRESSE E ATENÇÃO EM UNIVERSITÁRIOS

LIFE OF STUDENT: THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND ATTENTION IN UNIVERSITY STUDENTS

Esrom Galvão Mota

Pós-graduação *Lato sensu* pela Faculdade Unyleya
 Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)
 Dirceu Arcoverde - Piauí
 Email: esrom.g.m@gmail.com

Marluce Silva de Lima

Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)
 Jacobina - Bahia
 Email: marluce80@hotmail.com

Jackeline Maria de Souza

Mestrado em Psicologia Social pela Universidade Federal de Sergipe (UFS)
 Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF)
 São Paulo – São Paulo
 Email: jackeline.souza1@gmail.com

RESUMO

Este estudo analisa a correlação entre os níveis de estresse e atenção concentrada em estudantes nas condições de início e fim do período letivo buscando conhecer as diferenças dessas variáveis em estudantes que realizam atividades distintas. A amostra considera dois grupos - início (50 participantes) e fim (51 participantes) de período - e é formada por estudantes de cursos diferentes, sendo 65,4% dos participantes do sexo feminino. A análise dos dados foi feita através da 19ª versão do *software* IBM SPSS *Statistics*, o qual permitiu a realização de estudos descritivos e inferenciais. Os resultados mostraram que o estresse e a atenção no início e fim do período não se correlacionam ($p > 0,05$). Contudo, consideráveis variações entre grupos foram observadas como a variação de estresse e atenção entre os estudantes de diferentes cursos, diferenças quanto ao estresse entre os que trabalham e exercem trabalho voluntário, e os que têm filhos ou não.

Palavras-chave: Atenção Concentrada, Estresse, Estudantes Universitários.

ABSTRACT

This study analyzes the correlation between stress levels and concentrated attention in students in the beginning and end conditions of the school period seeking to know the differences of these variables in students who perform different activities. The sample

Recebido em 02.08.2019. Publicado em 11.10.2019



Licensed under a Creative Commons Attribution 3.0 United States License

considers two groups - beginning (50 participants) and ending (51 participants) of period - and consisting of students from different courses, being 65.4% of participants female. Data analysis was performed using the 19th version of the IBM SPSS Statistics software, which allowed for descriptive and inferential studies. The results showed that stress and attention at the beginning and end of the period do not correlate ($p > 0.05$). However, considerable variations between groups were observed as the variation of stress and attention among students of different courses, differences in stress between those who work and volunteer, and those who have children or not.

Keywords: Concentrated Attention, Stress, University Students.

Caracterizada como recuso fundamental às mais diversas atividades humanas, a atenção se destaca como um dos fatores determinante na nossa capacidade de discernir entre estímulos do ambiente e assim respondermos de forma adequada aos estímulos do meio (STERNBERG, 2000). No âmbito universitário tal premissa não seria diferente, haja vista que tal recurso possibilita maior domínio e precisão na resposta acerca de um dado assunto. Contudo, diferentes momentos, como início e fim de semestre letivo, podem expor o estudante a diferentes fatores estressores, o que nesse sentido traz uma questão acerca da influência que esses diferentes momentos e cargas de estresse podem exercer sobre os níveis de atenção concentrada desses estudantes e possivelmente no seu rendimento.

Partindo da suposição de que há maior prevalência de fatores estressores no final do semestre em virtude do número maior de atividades e que estas podem ter influência sobre o desempenho de estudantes em atividades que exigem o uso de atenção concentrada, estabelecemos um plano de análise que vise verificar o grau de variação entre os níveis de atenção concentrada, nas condições iniciais e finais do período, levando em consideração o grau de estresse dos estudantes.

Em muitos casos, o ingresso na Universidade representa para o estudante uma etapa de grandes desafios, principalmente no que concerne às dificuldades (TEIXEIRA et. al. 2008). Tendo que lidar com novas responsabilidades, regras desconhecidas, diferenças culturais e novas perspectivas de relacionamento interpessoal, o estudante se vê em um turbilhão de acontecimentos que de certa forma estão diretamente relacionados com todas as suas esferas constitutivas, sejam elas, biológica, psíquica ou social.

Como hipótese, presume-se que no contexto universitário muitos são os fatores que se fazem problemas e que prejudicam o desempenho acadêmico do estudante. Tais fatores como preocupações com exames, problemas de adaptação, dificuldade financeiras e de tomar decisões emergem na vida da maioria dos universitários como eventos estressores, e que por assim se caracterizarem ocasionam altos níveis de estresse nesse público (TEIXEIRA et. al., 2008; LUZ et. al., 2009; RAMOS e CARVALHO, 2007). Presumimos ainda, como agravante dessa carga estressora, as condições socioambientais de início e fim do período letivo, que de certa forma sempre guardam algumas particularidades como, por exemplo, alta carga de exigências por parte dos exames finais, que aliadas a outras condições acumuladas ao longo do período, acabam que resultando em grandes problemas para o estudante, o que em tese provocaria uma baixa capacidade atencional e conseqüentemente poderia acabar afetando o rendimento escolar do estudante.

Precursos teóricos da ciência psicológica já tinham a temática da atenção como alvo de indagações e proposições. Célebres autores como Willian James já propunham uma forma de funcionamento dos processos cognitivos que guiavam a atividade atencional. Contudo, foi Broadbent que impulsionou a área com a sua teoria do filtro, a qual basicamente propunha a

existência de um filtro seletivo dos estímulos, permitindo que apenas uma parte desses atinja a etapa de processamento perceptivo (BRAGA, 2007).

Para Atkinson et. al., atenção se define pela “*capacidade de selecionar algumas informações para exame mais detalhado e ignorar outras*” (2002, p. 194). Nesse sentido, dentro das perspectivas teóricas, enfatiza-se a existência de uma seletividade na tarefa de atenção, e tal processo seletivo se molda de acordo com as condições sob as quais o sujeito está interagindo no ambiente. O estresse como fator que afeta a percepção dos sujeitos pode influenciar significativamente na capacidade de atenção, devido à dificuldade em focalizá-la em uma única direção (STERNBERG, 2000).

No âmbito da caracterização do estresse, Atkinson et. al. colocam que esse construto refere-se à experimentação de “*situações que são percebidas como ameaçadoras ao nosso bem-estar físico e/ou psicológico*” (2002, p. 509), fato que caracteriza essas dadas situações como estressoras e que nesse estudo são abordadas como condições de relacionamentos interpessoais, carga de estudos e exigências em diferentes momentos do semestre letivo, situação financeira e familiar, além de outras situações que possam vir a se caracterizar como tais.

Nesse sentido, o estudante universitário lida com questões e problemas diversos que acabam reverberando em situações de estresse, sejam pela ansiedade e expectativas causadas pelos exames, a preocupação com seu rendimento acadêmico geral, relacionamentos interpessoais, ou mesmo pela adaptação aos novos processos sociais ou mudanças no modo de vida, pode ter a sua capacidade atencional comprometida principalmente pelo maior acúmulo desses fatores estressores em momentos específicos da sua carreira universitária (RAMOS e CARVALHO, 2007).

Segundo Gertsenchtein (2011), a atenção pode ser descrita tanto em nível consciente, quando ligada a processos controlados; quanto em nível pré-consciente e automático. Essa autora ressalva ainda, que tal processo psicológico pode sofrer influências de fatores internos como externos, destacando nesse último caso as particularidades das condições ambientais como determinante no sentido e estabilidade da atenção. O estresse, visto como condições ou situações que se mostram ameaçadoras ao bem-estar biopsicossocial do indivíduo pode perturbar a competência em se manter concentrado em uma tarefa, fator que aplicado ao contexto universitário implica grandes consequências, já que esses naturalmente devido a causas relacionadas às mudanças de estilo de vida e exigências acadêmicas acabam por deter uma maior carga de estresse (RAMOS e CARVALHO, 2007).

Vista como um processo bastante complexo e passível de influências que possam ser oriundas tanto do ambiente interno como externo ao organismo, a atenção é em algum grau afetada pelos eventos estressores que acometem, como por exemplo, o estudante universitário. Dentre as reações psicológicas aos fatores que se caracterizam como eventos interferentes na nossa capacidade atencional, estão situações de ansiedade, cansaço físico e psíquico, sonolência, entre outros (MICHAEL *apud* STERNBERG, 2000).

É comum relatos sobre as condições que se tornam fontes de estresse, sejam elas relacionadas aos processos de organização e dinâmica das grandes cidades, a alta carga de trabalho, ou até mesmo a rotina de estudante, que geralmente são jovens que dentre outras situações precisam decidir entre inúmeras opções a sua carreira profissional, estudar para exames finais, ou mesmo, resolver problemas de relacionamentos sociais com os seus coespecíficos (ATKINSON et. al., 2002).

Em suma, com base na literatura analisada fatores como estresse e condições socioambientais podem atuar de forma paralela e com mesma direção sobre a atenção

concentrada, já que essa se configura conceitualmente como um construto de bases cognitivas e que está explicitamente sujeita as condições do ambiente, seja ele interno ou externo.

MÉTODO

Delineamento de Estudo

Esta pesquisa trata de um estudo descritivo que visa identificar a relação entre os níveis de atenção concentrada sob as condições iniciais e finais do período, utilizando para tal, uma abordagem transversal em procedimento quase experimental de coleta de dados, que ocorreu em dois momentos distintos, sendo um no início e outro no final do semestre letivo de uma universidade pública do interior do Nordeste.

Quanto ao levantamento de informações foi desenvolvido de um estudo de campo de natureza quantitativa que objetou levantar dados acerca dos níveis de atenção concentrada e de estresse percebido em condições iniciais e finais de período, utilizando para isso, instrumentos padronizados e validados tecnicamente. Além disso, objetivou-se identificar possíveis fatores que possam estar atuando com eventos estressores e que por sua vez, poderiam interferir no desempenho de atenção concentrada.

O presente estudo atende os pré-requisitos do Comitê de Ética e Deontologia em Estudos e Pesquisa da Universidade Federal do Vale do São Francisco, registrado sob o protocolo de nº. 0003/140414 CEDEP/UNIVASF.

Participantes

Foi utilizada uma amostra de 101 estudantes universitários de diversos cursos, escolhidos pelo processo de amostragem não probabilístico por conveniência. A amostra total foi dividida entre as duas condições do estudo, início e fim do semestre. Participaram da pesquisa estudantes com idades entre 18 e 45 anos, configurando uma média de 23 anos. Foi mais prevalente a participação do público feminino, que representou 65,4% da amostra total.

Ainda como característica da amostra destaca-se: estado civil, 10,3% casados e 89,7% solteiros; filho(s), 7,7 não têm e 92,3% tem filho(s); trabalho remunerado, 16,7% não trabalha e 82,1% trabalha; trabalho voluntário, 34,6% não exercem trabalho voluntariado e 65,4% prestam trabalho voluntário; problemas de saúde, 9% não tem problemas e 91% tem algum tipo de problema de saúde; e origem domiciliar com 50% cada alternativa.

Como critério de inclusão do participante foi requerido: a categoria universitária, ter idade superior a 18 anos e estar nas condições de início ou fim de período. Entre os cursos frequentados pelos participantes observou-se: Administração (14,1%), Ciências Farmacêuticas (9%), Enfermagem (34,6%), Medicina (11,5%) e Psicologia (30,8%).

Instrumentos

Para coleta de informações foram utilizados: o Teste AC de Suzy Cambraia (1967), escala de estresse percebido Cohen et. al. (1983), e um questionário de levantamento sociodemográfico.

O questionário sociodemográfico teve como objetivo levantar informações pessoais acerca da vida do sujeito, tais como idade, estado civil, curso de graduação frequentado, situação ocupacional e condições de vínculo afetivo familiar e de saúde.

A Escala de Estresse Percebido utilizada foi produto de um estudo de Luft, Sanches, Mazo e Andrade, que traduziu e validou essa escala para o contexto brasileiro. O inventário apresenta quatorze itens distribuídos em uma escala do tipo *likert* de 5 pontos, com opções de resposta que variaram de nunca a sempre (LUFT et. al. 2007)

O Teste de Atenção Concentrada (AC), um instrumento validado e amplamente utilizado em contextos de seleção de pessoal, é uma atividade que desafia o participante a encontrar três figuras de formato triangular e posições diferentes que estão distribuídas de

modo aleatório em uma sequência de 21 figuras na horizontal e 21 linhas na vertical, totalizando 441 figuras. No topo da folha ficam expostas as três figuras estímulo que devem ser assinaladas pelo participante, que tem um tempo de cinco minutos para a realização do teste (CAMBRAIA, 2003).

Procedimentos de coleta de dados

Os instrumentos da pesquisa foram aplicados em sala de aula, um ambiente tranquilo e silencioso em que o participante pudesse se sentir confortável. O procedimento consistia na aplicação do teste de atenção concentrada (AC) tanto no grupo de início como de fim de período. As aplicações ocorreram de forma individual ou coletiva com os estudantes que se dispuseram a participar de forma voluntária. Antes da realização dos testes foi dada pelos dois pesquisadores responsáveis uma breve explicação sobre a realização da pesquisa, assim como instruções para a efetivação de cada atividade.

O procedimento implicou, respectivamente, na leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), na aplicação de questionário sócio demográfico, Escala de Estresse Percebido e Teste de Atenção Concentrada (AC), que tiveram uma duração aproximada de dez minutos. Como suporte para a realização dessas tarefas foram utilizadas canetas esferográfica e celular com aplicativo de cronômetro. Ressalta-se ainda a adequação dessa pesquisa aos parâmetros normativos éticos da resolução nº. 466/12.

Procedimento de análise dos dados

A análise dos resultados foi baseada nos métodos de análise das escalas psicométrica, que permitiram avaliar quantitativamente o nível de estresse e a capacidade de atenção concentrada nas condições iniciais e finais do período. Os dados e escores foram analisados através do *software IBM SPSS Statistics*, que nos permitiu aplicar métodos estatísticos descritivos e inferenciais, sendo utilizadas nesse caso: tabelas de frequência, percentagem e médias; análises de correlação bivariada com base no coeficiente de correlação de Pearson; e análises de comparações de médias, utilizado tanto o teste *t* de Student quanto o teste de análise de variância (ANOVA).

RESULTADOS

Início e fim do período: resultados observados

Com base nos resultados obtidos através da Correlação de Pearson, constatou-se que, sob as condições em que se realizou o estudo, estresse e atenção não se correlacionam nem no início nem no final do semestre letivo ($p > 0,05$). Nesse sentido, as variações dos níveis de atenção e de estresse não ocorrem como eventos dependentes, atuando nessa amostra do contexto universitário como fatores distintos e isolados.

Por outro lado, através da comparação de médias dos níveis de estresse dos estudantes no início e final de período, percebe-se que significativas diferenças podem ser constatadas. Como mostra a Tabela 1, com escores médios menores os estudantes no final do período mostraram-se consideravelmente menos estressados do que os estudantes do momento inicial do período.

Diferenças entre grupos

Outro parâmetro de análise considerado nesse estudo refere-se às diferenças existentes entre os grupos, analisando pela comparação de médias as variações existentes entre os níveis de atenção e estresse.

Sob essa perspectiva de estudo, os resultados indicaram, pela aplicação do teste *t*, que não houve nenhuma relação entre a atenção e os grupos de estudantes que desempenham ou não atividades remuneradas, contudo, evidenciou diferenças quanto ao nível de estresse entre esses estudantes. Os escores listados na Tabela 1 revelam que os participantes que estudam e

trabalham tendem a ser mais estressados do que àqueles que apenas estudam. A tabela mostra ainda que os participantes, que além de estudarem e trabalharem também possuem filhos são mais estressados que estudantes que não são pais.

Ainda na Tabela 1 podemos observar que estudantes que engajavam-se em algum tipo de trabalho voluntários obtiveram escores de estresse significativamente menores, o que equivale dizer que esses participantes são menos estressados do que os participantes que não desempenhavam trabalho voluntário.

Tabela 1. Resultados do teste t na comparação nos níveis de estresse e atenção entre os grupos da amostra.

	(N)	Estresse		Atenção	
		Média	(DP)	Média	(DP)
Início de semestre	50	2,24*	0,64	32,35	4,58
Fim de semestre	51	2,01*	0,48	27,11	3,80
Tem filho	94	2,16*	0,54	87,12	29,48
Não tem filho	7	1,68*	0,84	104,57	33,34
Trabalha	86	2,20**	0,54	87,92	3,09
Não trabalha	15	1,66**	0,53	90,67	9,62
Faz trabalho voluntário	70	2,05*	0,55	85,60	3,63
Não faz trabalho voluntário	31	2,30*	0,59	94,48	4,96

* $p < 0,05$

** $p < 0,01$

No que concerne às variações entre cursos, os resultados mostram que relevantes diferenças podem ser verificadas. As elevadas discrepâncias nos levam ainda a pensar uma maior ou menor incidência de estresse ou atenção em distintos cursos de graduação.

Os níveis de atenção concentrada nos diferentes cursos de graduação são bastante variáveis, contudo, através do teste ANOVA, diferenças estatisticamente significativas só foram observadas entre os estudantes dos cursos de Enfermagem, Medicina e Psicologia ($p < 0,05$). Entre esses estudantes, os resultados apontam os graduandos em Psicologia (Média = 79,8; Desvio Padrão = 28,9) como os menos atenciosos se comparados aos graduandos em Enfermagem (Média = 93,2; Desvio Padrão = 26,8) e Medicina (Média = 99,2; Desvio Padrão = 28,6).

Significativas diferenças também ficaram evidentes na análise estatística em relação aos níveis de estresse. Novamente considerando a amostra total, ponderáveis variações puderam ser constatadas, se comparando os participantes pelo curso o qual frequentam.

O curso de Administração destaca-se como o curso onde o estresse tem menor prevalência entre os seus estudantes, com um escore médio de 1,75 (Desvio Padrão = 0,6). Na escala de estresse percebido os estudantes deste curso diferenciam-se significativamente dos estudantes dos cursos de Ciências Farmacêuticas (Média = 2,4; Desvio Padrão = 0,7) e Enfermagem (Média = 2,3; Desvio Padrão = 0,4), os quais se mostraram mais “estressados”, se comparados ao grupo anterior ($p < 0,05$).

DISCUSSÃO

Ocorrendo como evento independente ao estresse, a atenção concentrada enquanto uma capacidade de selecionar estímulos e ignorar outros (ATKINSON et. al., 2002), não é afetada pela percepção dos fatores tidos como estressores no contexto universitário dessa amostra. Entretanto, tal resultado ratifica a colação de Gertsenchtein (2011), que aponta a não

unanimidade entre as pesquisas que mostram correlação existente entre fatores como estresse e ansiedade e o desempenho atencional ou cognitivos do sujeito.

Apesar de não corroborar as premissas básicas da literatura, as condições aqui consideradas – início e fim de período – podem não comportar eventos estressores que possam exercer efeitos sobre a atenção, porém, resultados do teste *T* revelam que o início do período tende a caracterizar-se como momento de maior prevalência de estresse em relação ao final ($p < 0,05$). Nesse panorama, Sternberg (2000) indica que fatores como alta carga de atividades e as maiores exigências e cobranças por parte das produções acadêmicas poderiam se configurar como atenuadores do processo atencional, uma vez que, por representarem situações que demandam uma maior dedicação por parte do sujeito podem ser percebidos como eventos causadores de estresse. Nesse sentido, ainda segundo esse autor presume-se que o maior comprometimento da consciência pelas dificuldades vivenciadas, pode repercutir diretamente nos recursos atencionais do sujeito, tornando-os mais limitados, e o fato de boa parte de nossas tarefas estarem sobre o controle da nossa consciência pode justificar tal hipótese.

Uma proposição que também seria aplicável a essa situação seria relativa ao modo como esses estudantes estão percebendo esses eventos ditos “estressores”, pois o modo como tais são percebidos pelo sujeito pode conferir diferentes funcionalidades a essas condições. Como afirma Myers (1999), os eventos estressores quando avaliados como desafios podem convergir à aspectos positivos na vida do sujeito, produzindo, por exemplo, motivação para superar os obstáculos impostos. Por outro lado, se avaliadas como ameaçadoras essas situações podem despertar a outra faceta dessas ocasiões, que nesses casos configuram situações efetivamente estressoras e que em níveis crônicos pode exercer fortes influências sobre a saúde do sujeito (MYERS, 1999).

Resultados bastante diferentes das hipóteses iniciais, mostram que o estresse é mais acentuado em momentos iniciais do período. O fato de estudantes estarem significativamente mais estressados no início do período pode estar relacionado a inúmeros eventos que podem estar sendo percebidos como fontes de estresse, tais como mudanças na vida desses estudantes, atividades de rotina acadêmicas, mudanças e adaptação a novas normas e relações com o curso, colegas e professores. Além disso, a ansiedade também é outro fator que desencadeia o estresse dos estudantes, que chegam à universidade trazendo muitas expectativas que criam acerca do novo momento (ATKINSON et. al., 2002).

Além das variações que ocorram entre as condições iniciais e finais do período, esse estudo considerou ainda, pela análise da amostra total (101 sujeitos), as diferenças existentes entre os grupos, os quais foram possíveis configurar pelas características da amostra. Nesse sentido, os resultados nos permitiram, através de comparações de médias, inferir sobre a variação da atenção e do estresse entre esses grupos, apontando significativas diferenças entre eles.

O trabalho como causador de estresse pode estar atuando entre esses estudantes como um fator a mais entre as suas obrigações, e até mesmo por exercerem atividades que lhe causam sobrecarga física, emocional ou psicológica. Essa condição pode ser decorrente ainda de fatores específicos do trabalho ou até mesmo de situações cotidianas, que podem desencadear o estresse (MYERS, 1999).

Para Maslach (*apud* MYERS, 1999, p. 366), “*os problemas persistentes no trabalho podem levar a uma condição de exaustão mental, física e emocional chamada burnout, uma fadiga ou apatia resultante de estresse prolongado*”. Nesse sentido, o trabalho como condição promotora de estresse chama atenção para o fato de que a exposição prolongada a tais situações podem culminar em sérios prejuízos à saúde desses estudantes.

Nesse sentido destaca-se também o alto nível de estresse entre os estudantes que além de estudar e trabalhar ainda tem filhos. E considerando o dado de que 95,4% dos estudantes que trabalham também são pais, podemos pensar em um maior comprometimento desses sujeitos, que tem de conciliar na sua rotina cotidiana três aspectos (estudar, trabalhar e cuidar de filhos) que potencialmente podem configurar situações causadoras de estresse. Esse dado converge com alguns resultados secundários encontrados no estudo de De Barros e Nahas (2001) realizado com trabalhadores da indústria de Santa Catarina. Os resultados encontrados por esses autores revelaram que os participantes que não tinham filhos possuíam uma percepção de estar expostos a elevados níveis de estresse bem menor do que aqueles possuíam um ou mais filhos.

Por outro lado, o fato de o trabalho voluntário ser caracterizado como atividade não desencadeadora de estresse corrobora algumas pesquisas da área, como por exemplo, um estudo realizado por Moniz e Araujo (2006) com voluntários de serviços de saúde, o qual revelou que 82,1% dos participantes que trabalhavam como voluntários apresentaram baixos níveis de estresse. Para esses autores, apesar de estarem expostos a fatores causadores de estresse, esses sujeitos desenvolvem efetivas estratégias de enfrentamento que amenizam os efeitos do estresse. Dados que também corroboram esses resultados podem ser destacados nas observações de Midlarsky (*apud* MONIZ e ARAUJO, 2006) que coloca a ajuda em condições estressantes como causadora de sensações de bem estar e competência, fazendo com que essas situações sejam reavaliadas como desafios, ao invés de ameaças.

Ver o trabalho voluntário como uma atividade que causa menos estresse do que o trabalho remunerado pode estar associado a diversos fatores que possam estar sendo bem avaliados na perspectiva do sujeito. Tendo que a ocorrência do estresse está estreitamente relacionada ao modo como o indivíduo o percebe, podemos apontar como possíveis aspectos que estejam controlando essas condições, a boa avaliação social que o sujeito constrói acerca de si mesmo, a aceitação e valoração do seu trabalho pelo meio social e também pela própria rede de vínculo. Nessa perspectiva, o apoio social emerge com fator indissociável à boa saúde (MYERS, 1999).

Considerando as diferenças atencionais observadas entre os estudantes de Enfermagem, Medicina e Psicologia, pode-se atribuir o baixo índice atencional desses últimos a fatores motivacionais, de interesse, características internas ou condições biológicas. Assim, considerando os processos biológicos como agentes de interferência na atenção, a baixa atenção e o alto índice de estudantes que afirmam ter algum problema de saúde (92% entre estudantes de Psicologia), pode justificar tais resultados, uma vez que tais condições podem provocar modificações orgânicas ou fisiológicas no sujeito (GERTSENCHTEIN, 2011).

Nesse estudo, em especial entre universitários do curso de Psicologia, a atenção enquanto um processo seletivo moldado pelas variáveis condições do ambiente (ATKINSON et. al., 2002), pode estar sob influência de outros fatores ou condições que estejam para além das variáveis aqui descritas e consideradas, tais como o cansaço (BRAGA, 2007), ansiedade, motivação, ou mesmo o uso de substâncias psicoativas (GERTSENCHTEIN, 2011).

Tal como aponta Shinohara (*apud* GERTSENCHTEIN, 2011), ações não controladas voluntariamente, sejam elas fatores de ordem emocional ou psicológica, podem reverberar em registros somáticos no corpo, e a ansiedade como uma representante dessas ações, deixa o indivíduo apreensivo afetando a sua capacidade de concentração, raciocínio e percepção cognitiva. Por outro lado, aspectos motivacionais ou o de uso de substâncias, afetam no sentido de não direcionar e tornar o sujeito menos disposto à atividade ou mesmo reduzir os seus recursos atencionais pelo possível comprometimento químico de suas estruturas cognitivas. Nessa perspectiva, a necessidade de uma análise mais aprofundada e clara acerca

dos motivos que possam ter influenciado na atenção desses estudantes, faz-se indispensável para a melhor compreensão desse fenômeno.

Os níveis de estresse obtidos também evidenciaram consideráveis diferenças entre os grupos, destacando nesse caso os estudantes do curso de Administração como os menos “estressados”, principalmente considerando os estudantes dos cursos de Ciências Farmacêuticas e Enfermagem, que apresentaram níveis de estresse significativamente mais elevados.

Diversos estudos com vistas à identificação das variáveis relacionadas à ocorrência de estresse e *burnout* em estudantes da área de saúde trazem consideráveis colocações que poderiam justificar a maior prevalência dessa condição entre os estudantes de Enfermagem e Ciências Farmacêuticas. O *burnout*, como um sub produto da exposição prolongada a situações estressoras (MYERS, 1999), pode ser mais comum entre esses estudantes pelo fato de desses estarem mais engajados com a prática de prestação de cuidado e promoção de saúde à população, o que implica em sua atividade profissional um maior desgaste emocional e mental (CARLOTTO et. al., 2010; SILVA et. al., 2011).

Essa constatação nos leva a refletir sobre possíveis prejuízos que tal condição pode vir a representar para esses estudantes, pois além de prejudicar a adaptação e comprometer a saúde física e emocional, o estresse pode influenciar diretamente no rendimento acadêmico desses estudantes (LUZ et. al., 2009).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como apontam os resultados, variáveis como atenção e estresse não se correlacionam no contexto universitário, e os níveis de estresse podem sofrer maior influência de fatores ou variáveis de maior prevalência no início do semestre letivo. Por outro lado, esse estudo corrobora pesquisas relacionadas ao trabalho voluntário, responsabilizando esse pela mudança na forma com os indivíduos percebem as situações estressoras, desenvolvendo ainda novas formas de enfrentamento do estresse (MONIZ e ARAUJO, 2006).

Talvez, muitos dos resultados obtidos possam ter sofrido influências das condições sobre as quais atualmente estão sendo realizadas as atividades acadêmicas da Universidade onde foi desenvolvida tal pesquisa. A greve das IES (Instituições de Ensino Superior) entre o primeiro e segundo semestre do ano de 2012, deixou o calendário dessas instituições bastante conturbado, com intervalos entre períodos muito corrido e mutável, tornando a situação ainda mais “atípica” para esses estudantes.

A generalização desses resultados se limita a aspectos relativos à composição da amostra, que foi composta por estudantes de apenas uma Universidade; o método amostral utilizado foi o não probabilístico, que pode configurar vieses de amostra; e também pela sua abordagem de corte transversal e correlacional, que impossibilita estabelecer uma relação causal entre os fenômenos estudados (BRAUN e CARLOTTO, 2013).

Como sugestão para estudos futuros, pode-se colocar a necessidade de análises descritivas que melhor identifiquem as variáveis interferentes nos processos atencionais, já que nesse estudo ela não se correlacionou com nenhuma das variáveis mensuradas. Além disso, seria importante também realizar pesquisas intra grupos longitudinal, principalmente em relação aos cursos de graduação, o que possibilitaria um conhecimento mais claro e profundo acerca das especificidades que esses estudantes enfrentam.

REFERÊNCIAS

ATKINSON, R. L.; ATKINSON, R. C.; SMITH, E. E.; BEM, D. J.; e NOLEN-HOEKSEMA, A. **Introdução à Psicologia de Hilgard**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2002.

- BRAGA, J. L. **Atenção concentrada e atenção difusa: elaboração de instrumentos de medida**. 2007. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/3485/1/2007_JulianaLeaoBraga.PDF>. Acesso em: 23 dez. 2014.
- BRAUN, A.C. Síndrome de *Burnout* em Professores de Ensino Especial. **Barbarói**, n.39, 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/barbaroi/n39/n39a04.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2014.
- CAMBRAIA, S. V. **Teste AC**. São Paulo: Vetor, 2003.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; OTTO, F.; e KAUFFMANN, P. Síndrome de *Burnout* e *Coping* em estudantes de Psicologia. **Boletim de Psicologia**, v. 59, 2010. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a04.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2014.
- COHEN, S, KARMACK, T, MERMELSTEIN, R. A global measure of perceived stress. **Journal of Health and Social Behavior**. 1983.
- DE BARROS, M. V. G; e NAHAS, M. V. Comportamentos de risco, auto-avaliação do nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. **Revista Saúde Pública**. 35(6), 2001. Disponível em: <www.fsp.usp.br/rsp>. Acesso em: 12 mar. 2016,
- GERTSENCHTEIN, L. I. P. S. **Correlação entre ansiedade e o desempenho em atenção concentrada: um estudo psicofisiológico**. 2011. Disponível em: <http://ibict.metodista.br/tedeSimplificado/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=3042>. Acesso em: 23 dez. 2014.
- LUFT, C. D. B.; SANCHES, S. de O.; MAZO, G. Z. ; e ANDRADE, A. Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. **Revista Saúde Pública**, v. 41, ano 4. 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v41n4/5932.pdf>>. Acesso em: 11 jun. 2014.
- LUZ, A.; CASTRO, A.; COUTO, D.; SANTOS, L.; e PEREIRA, A. Stresse e Percepção do Rendimento Académico no Aluno de Ensino Superior. In: CONGRESSO INTERNACIONAL GALEGO- PORTUGUÊS DE PSICOPEDAGOGIA, 10, 2009. **Actas Eletrônicas**. Disponível em: <<http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/Xcongreso/pdfs/t9/t9c346.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2014.
- MONIZ, A. L. F.; e ARAUJO, T. C. C. F. de. Trabalho Voluntário em Saúde: Auto-Percepção, Estresse e *Burnout*. **Interação em Psicologia**, v.10, 2006. Disponível em: <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/psicologia/article/viewFile/7680/5472>>. Acesso em 27 dez. 2014.
- MYERS, D. G. Estresse e Saúde. In: _____. **Introdução a Psicologia Geral**. Rio de Janeiro: ABPDEA, 1999, p. 362-385.
- RAMOS, S. I. V.; e CARVALHO, A. J. R. de. Nível de Stress e Estratégias de Coping dos Estudantes do 1º ano do Ensino Universitário de Coimbra. **Rev. Interações**. 2007. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0368.pdf>>. Acesso em: 23 dez. 2014.
- SILVA, V. L. dos S.; CHIQUITO, N do C.; ANDRADE, R. A. P. de O.; BRITO, M. de F. P.; e CAMELO, S. H. H. Fatores de estresse no último ano do curso de Graduação em

Enfermagem: Percepção dos estudantes. **Revista de Enfermagem da UERJ**. n. 1, v. 9, 2011. Disponível em: <www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a20.pdf>. Acesso em: 29 jul. 2015.

STERNBERG, R. J. Atenção e Consciência. In: STERNBERG, R. J. **Psicologia Cognitiva**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G.; WOTTRICH, S. H.; e OLIVEIRA, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional – ABRAPEE**. v. 12, n. 1, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v12n1/v12n1a13.pdf>>. Acesso em: 12 mar. 2016.