

Estresse em adolescentes: estudo com escolares de uma cidade da região metropolitana de Porto Alegre/RS

Sofia Rieth¹, Thamires Casarotto Carafini¹
Jorge Beria², Maria Helena Vianna Metello Jacob³
Guilherme Arossi⁴ Lígia Braun Schermann⁵
Mariana Canellas Benchaya⁶, Nadia Krubskaya Bisch⁶

¹Bolsista de Iniciação Científica, Curso de Psicologia e PPGProSaúde, ULBRA.
Professor Adjunto Curso de ²Medicina ³Educação Física ⁴Odontologia, ⁵Psicologia e PPGProSaúde, ULBRA.

⁶Psicóloga, Doutoranda em Ciências da Saúde da Universidade de Ciências da Saúde de Porto Alegre.

Estresse em adolescentes: estudo com escolares de uma cidade da região metropolitana de Porto Alegre/RS

RESUMO

Estudo transversal com objetivo de avaliar a prevalência e os fatores associados ao estresse em adolescentes escolares de Canoas/RS. Participaram do estudo 475 adolescentes, de 14 a 18 anos, que responderam a Escala de Stress para Adolescentes (ESA) e a um questionário sobre dados sócio-demográficos, relações familiares, sexualidade, uso de drogas e comportamento de risco. Os resultados apontaram prevalência de estresse de 10,9 %. Além do ambiente familiar, os fatores associados a níveis mais elevados de estresse foram ‘achar possível contrair AIDS’, ‘ter sofrido acidente no último ano’, ‘não ter usado camisinha na primeira e na última transa’ e ‘já ter tido alguma DST’. Conclui-se que especialmente o ambiente familiar e as práticas sexuais são significativos ao aumento de estresse em jovens e, portanto, necessitam de intervenções que promovam comportamentos saudáveis para o adolescente.

Palavras-chave: adolescente, estresse, sexualidade

INTRODUÇÃO

Os adolescentes têm sido confrontados com inúmeros componentes estressores da vida diária na sociedade atual altamente competitiva, além das mudanças emocionais, cognitivas e fisiológicas características do seu estágio do desenvolvimento

(Bluth e Blanton, 2014). O estresse pode ser definido como um conjunto de reações corporais a determinado estímulo que ameaça o seu equilíbrio, constituindo um mecanismo de defesa fisiológico inato do homem. Este evento pode ser positivo ou negativo e pode desencadear respostas hormonais e comportamentais (Wosiski-Kuhn & Stranaha, 2012; Margis, Picon, Cosner & Silveira, 2003).

A presente pesquisa objetivou conhecer a prevalência de estresse em adolescentes escolares e os fatores associados, enfatizando-se os aspectos relacionados à família, à sexualidade, ao uso de drogas e comportamentos de risco. Esta pesquisa faz parte de um estudo mais amplo sobre “Sexualidade na Adolescência em Tempos de Aids”, no município de Canoas/RS (Bielenki, 2008; Rolim, 2008)

MÉTODOS

O estudo possui um delineamento transversal, sendo realizado com adolescentes de 14 a 18 anos matriculados nas 13 escolas estaduais de Ensino Fundamental e Médio da cidade de Canoas/RS, região metropolitana de Porto Alegre, no ano de 2007, sendo, portanto, caracterizado como estudo transversal de base escolar. Ao todo, 475 adolescentes, com idades entre 14 e 18 anos, participaram do estudo.

Os instrumentos utilizados foram a Escala de Stress para Adolescentes (ESA) e um questionário. A ESA, elaborada por Tricoli & Lipp (2005), é composta por 44 itens e verifica a existência, ou não, do sintoma de estresse, bem como a fase do estresse, em adolescentes de 14 a 18 anos e de ambos os sexos.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos e Animais da Universidade Luterana do Brasil, sob o número 2005-384H, estando de acordo com as normas vigentes da Resolução número 196-96 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde.

RESULTADOS

A prevalência de estresse na amostra estudada foi de 10,9 %, sendo 10,3% nos rapazes e 11,4% nas moças. Em relação às características dos adolescentes, a maioria é do sexo feminino (58,9%), possui entre 14 e 15 anos (48,6%), está cursando o ensino médio (84,2%), é solteiro (95,1%), pratica alguma religião (60,2%), não trabalha

(79,9%) e mora com os pais (95,6%). O pai é quem possui a maior renda em casa (63,1%) e 42,7% deles tem o ensino médio como escolaridade. A Tabela 1 apresenta a comparação das variáveis sócio-demográficas entre os adolescentes com e sem estresse. Não foi observada diferença significativa em nenhuma análise realizada.

No que concerne ao ambiente familiar (Tabela 2), a maioria dos adolescentes estudados manifestou bom relacionamento com o pai (70,9%) e com a mãe (85,2%), bom ambiente em casa (79,8%) e pais que se interessam pelo desempenho escolar (97,2%). Quando comparados os adolescentes com e sem estresse, observa-se uma maior prevalência de estresse nos adolescentes que classificaram seu relacionamento com o pai e com a mãe como regular/ruim e naqueles que manifestaram ser o ambiente em casa regular/ruim. Ainda, os pais dos adolescentes com estresse são percebidos como se interessando menos pelo desempenho escolar de seus filhos do que os pais dos adolescentes sem estresse. Um pouco menos da metade dos adolescentes (41,2%) relatou morte de alguém significativo no último ano.

As características sobre comportamentos de risco, uso de drogas e abuso estão apresentados na Tabela 3. A maioria dos adolescentes classifica seu conhecimento sobre sexo como bom (75,9%), diz proteger-se contra a AIDS (61,2%), faz uso eventual do álcool e não sofreu abuso sexual (97,1%). Não considerar possível pegar AIDS e não ter sofrido acidentes com atendimento médico no último ano aparecem como fatores de proteção com, respectivamente, 46% e 54%. menos prevalência de estresse no adolescente. Apenas dois adolescentes com estresse utilizaram drogas injetáveis.

No que se refere às práticas sexuais (Tabela 4), os dados mostram que, no momento da coleta, 50,1% do total da amostra ainda não havia mantido relação sexual. Dentre aqueles que já haviam transado, 94,8% preferiam manter relação sexual com pessoas do sexo oposto. A maioria usou camisinha na primeira e na última transa (82,1 e 74,3% respectivamente), não engravidou (95,1%), transou no último mês (53,2%), transou a última vez com alguém que já conhecia (90,4%), nos últimos três meses transou com somente uma pessoa (60,3%), conversa com seu parceiro sobre AIDS (56,3%), não teve nenhuma doença sexualmente transmissível (91,8%) e não engravidou (94,8%). Quando comparados os adolescentes com e sem estresse, aqueles que não usaram camisinha na primeira e na última transa apresentaram, respectivamente, 4 e 2,4 vezes mais chance de apresentar estresse e os que não tiveram nenhuma DST apresentaram 94% menos prevalência de estresse.

DISCUSSÃO

A prevalência total de estresse na população adolescente de 14 a 18 anos do presente estudo foi de 10,9%. Esse dado está próximo ao obtido por Machado, Veiga e Alves (2011), que identificou 13% de prevalência de estresse entre alunos do 3º ano do ensino médio do Distrito Federal. Outros estudos identificaram maiores níveis de estresse em crianças e pré-adolescentes de 8 a 14 anos (18,2%) (Sbaraini & Schermann, 2008), bem como em estudantes de medicina (49,7%), (Aguiar, Vieira, Vieira, Aguiar & Nóbrega, 2009).

As características sócio-demográficas não mostraram associação significativa com o estresse dos adolescentes na presente pesquisa. Este dado discorda de relatos da literatura, onde as meninas aparecem como mais estressadas que os meninos, especialmente por mostrarem-se mais preocupadas e insatisfeitas com sua estética e beleza (Caires, 2011; Calais, Andrade & Lipp, 2003; Sbaraini & Schermann, 2008).

REFERÊNCIAS

- Aguiar, S. M., Vieira, A. P. G. F., Vieira, K. M. F., Aguiar, A. M. & Nóbrega, J. O. (2009). Prevalence os stress symptoms among medical students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 58(1), 34-38.
- Bielenki, C.R.Z. (2008). *Sexualidade na adolescência em tempos de Aids: um estudo com escolares de um município da região metropolitana de Porto Alegre/RS*. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Luterana do Brasil, Canoas, RS, Brasil.
- Bluth, K. & Blanton, P. W. (2014). Mindfulness and Self-Compassion: Exploring Pathways to Adolescent Emotional Well-Being. *J Child Fam Stud.*, 23(7), 1298-1309.
- Caires, S. & Silva, C. (2011). Fatores de stress e estratégias de coping entre adolescentes no 12º ano de escolaridade. *Estudos de Psicologia/Campinas*, 23(3), 295-306.

- Calais, S. L., Andrade, L. M. B. & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de Sexo e Escolaridade na Manifestação de Stress em Jovens Adultos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(2), 257-263.
- Faria Jr, J. C., et al. (2009). Comportamentos de risco à saúde em adolescentes no Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Pan Am J Public Health*, 25(4), 344-352.
- Rolim, S. R. (2008). *Conhecimento e acesso aos programas de educação sexual e prevenção da Aids: um estudo com adolescentes escolares em uma cidade da região metropolitana de Porto Alegre – RS*. Dissertação de mestrado, Universidade Luterana do Brasil, Canoas, RS, Brasil.
- Sbaraini, C. R. & Schermann, L. B. (2008). Prevalence of childhood stress and associated factors: a study of schoolchildren in a city in Rio Grande do Sul State, Brazil. *Cad. Saúde Publica*, 24(5), 1082-1088.
- Tricoli, V. A. C. & Lipp, M. E. N. (2005). *ESA: Escala de Stress para Adolescentes*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Wosiski-Kuhn, M., Stranaha, A. M. (2012). Opposing effects of positive and negative stress on hippocampal plasticity over lifespan. *Ageing Research Reviews*, 11(3), 399-403.

