



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA-UnB  
FACULDADE DE CEILÂNDIA-FCE  
CURSO DE FISIOTERAPIA

AMANDA SANT'ANNA TELES  
GABRIEL FERNANDES GONÇALVES

ESTUDO SOBRE A AUTOPERCEPÇÃO DE  
ESTRESSE E HÁBITOS DE VIDA DE  
ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE DA  
FACULDADE DE CEILÂNDIA, UNIVERSIDADE  
DE BRASÍLIA.

AMANDA SANT'ANNA TELES  
GABRIEL FERNANDES GONÇALVES

ESTUDO SOBRE A AUTOPERCEPÇÃO DE  
ESTRESSE E HÁBITOS DE VIDA DE  
ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE DA  
FACULDADE DE CEILÂNDIA, UNIVERSIDADE  
DE BRASÍLIA.

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Universidade de Brasília –  
UnB – Faculdade de Ceilândia como  
requisito parcial para obtenção do título de  
bacharel em Fisioterapia.

Orientador (a): **Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Ana Clara  
Bonini Rocha**

BRASÍLIA  
2021

AMANDA SANT'ANNA TELES  
GABRIEL FERNANDES GONÇALVES

ESTUDO SOBRE A AUTOPERCEPÇÃO DE  
ESTRESSE E HÁBITOS DE VIDA DE  
ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM SAÚDE DA  
FACULDADE DE CEILÂNDIA, UNIVERSIDADE  
DE BRASÍLIA.

Brasília, 29 / 10 / 2021

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup>. Ana Clara Bonini Rocha  
Faculdade de Ceilândia - Universidade de Brasília-UnB  
Orientadora

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup>. Priscila Almeida Andrade  
Faculdade de Ceilândia - Universidade de Brasília-UnB

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup>. Aline Araujo do Carmo  
Faculdade de Ceilândia - Universidade de Brasília-UnB

## ***Dedicatória***

*Este trabalho é dedicado aos nossos pais,  
familiares, professores e amigos.*

## **AGRADECIMENTOS**

*Em primeiro lugar gostaríamos de agradecer a nossa orientadora Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Ana Clara Bonini Rocha, que não apenas nos orientou durante esse projeto de conclusão de curso, mas desde o início da graduação. Quando ainda éramos imaturos e inexperientes a doutora teve a gentileza e carinho de nos guiar por todos os desafios e conquistas encontrados na graduação. Além de uma orientadora e professora, ela foi e é uma inspiração de fisioterapeuta, de pesquisadora e de pessoa; e se chegamos a esse momento foi porque ela esteve ao nosso lado a todo o tempo. Querida professora, obrigado por todo o tempo dedicado à nossa formação, você não apenas forma Fisioterapeutas, mas é peça fundamental na construção de homens e mulheres que podem fazer a diferença em nossa sociedade.*

*Agradecemos também aos professores que compõem hoje a nossa banca examinadora, constituída pela Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Priscila Almeida Andrade, Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Aline Araujo do Carmo e Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Jamila de Oliveira Reis. A professora Priscila, nos inspira porque acreditamos que em você encontramos o perfeito equilíbrio entre as habilidades que queremos levar para a clínica: o cuidado e compaixão pelo sofrimento do outro aliado ao conhecimento e sabedoria. A professora Aline, que esteve de mãos dadas conosco em diversos momentos da graduação e que deixa em nossos corações a marca do poder transformador do ensino e ciência. Obrigado, por participarem de um passo tão importante para nós. A professora Jamila, que nunca mediu esforços para transformar a vida de seus alunos através da educação.*

*Gostaríamos de agradecer a UnB, Faculdade de Ceilândia e todos que tornam possível o bom funcionamento dessa instituição, pois será nessa universidade que nos tornaremos fisioterapeutas bem-preparados, e, além disso, foi nela que nos tornamos pessoas mais conscientes, batalhadoras e maduras.*

*Agradecemos também a nossos amigos, Lara Godoy, Maria Luiza Sousa e Lucas Nicácio, por tornarem toda essa graduação mais animada, tranquila e feliz. Vocês estavam presentes em momentos de incerteza e insegurança que nós tivemos e foram a energia, o conselho e a âncora necessária para que permanecêssemos em nossa jornada, esperamos que essa amizade perdure por toda a vida.*

.....

*Eu, Amanda, gostaria primeiramente de agradecer aos meus pais, Gilce e Osvaldo, pois sem eles nada que conquistei hoje seria possível. Eles que já se sacrificaram várias vezes em prol da minha educação, e que nunca mediram esforços para me oferecer o melhor. Eles que jamais duvidaram do meu potencial, até mesmo quando eu duvidei, e não permitiram que eu desistisse em nenhum momento. Por tudo isso agradeço profundamente por ter pais como vocês.*

*Gostaria de agradecer também a minha irmã, Gabriella, por ter sido durante toda minha vida a inspiração de força, poder, inteligência e resiliência. Você me preparou a vida toda para essa conquista e todas as outras que virão, sempre me dando bons conselhos e coragem para realizar os meus objetivos, então obrigada por ser a melhor irmã que eu poderia ter.*

*Gostaria de agradecer a meus avôs que estão agora vendo essa conquista ao lado de Deus, Abraão e Gilda, a humildade, carisma, autenticidade e devoção aos seus princípios foram de suma importância para a formação do meu caráter como pessoa e como futura profissional, então independentemente de onde estejam no momento vocês realizaram com maestria a tarefa de construir o meu caráter.*

*Agradeço também a minha avó, Margarida, que está ao meu lado sempre dando continuidade a essa tarefa tão bem-feita por vocês três ao longo da minha vida.*

*Gostaria de agradecer ao meu namorado, Lucas, que sempre esteve ao meu lado quando precisei de ajuda para conciliar todas as demandas da faculdade e da vida, além de sempre me oferecer afeto e carinho nos momentos difíceis, obrigado por ser esse parceiro de vida.*

*Por fim, gostaria de agradecer e minha dupla e grande amigo, Gabriel, por estar junto e possibilitar essa conquista. “you are my person”.*

.....

*Eu, Gabriel, gostaria de agradecer aos meus familiares, que nunca deixaram de acreditar no meu potencial e nunca soltaram a minha mão.*

*Pai, você se foi cedo demais, mas ao fechar os meus olhos eu consigo imaginar o quão feliz você estaria por mim. Obrigado por todo amor e todo carinho. Te amo, até no céu! Mãe, já faz algum tempo que você faz papel de mãe e pai, muito obrigado por nunca desistir de mim. Minha eterna gratidão por todas as noites mal dormidas, por todos os puxões de orelha, por todo o cuidado. Você é minha mãe, minha inspiração, meu amor, meu pedaço de Céu na Terra, você é a melhor mãe do mundo. Este é mais um passo rumo aos nossos sonhos.*

*Mazé e Tiquinho, vocês me apoiaram desde o meu primeiro dia de aula, foram meu conforto e minha segurança no momento em que mais precisei. Obrigado por acreditarem nos meus sonhos. Amo vocês.*

*Obrigado aos meus avós, José e Josefa, as minhas tias, Vania e Vanessa, vocês são minha fortaleza, onde encontro forças para nunca desistir do caminho de meus sonhos.*

*Muitos são aqueles que passaram por minha jornada, mas sempre há quem deixe marcas que nem mesmo o tempo será capaz de apagar. Agradeço a minha amiga e orientadora Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Jamila Reis de Oliveira, que nunca mediu esforços para me ver brilhar e crescer, que me deu condicional apoio em um dos momentos mais difíceis de minha vida e que me mostrou que o caminho certo é aquele que nosso coração manda. Agradeço também as minhas preceptoras, Gabriela Delvaux e Juliana Muniz, vocês não fazem ideia do quanto transformaram os meus dias, minha vida e minha jornada apenas por serem quem são.*

*Agradeço também a minha amiga e dupla no presente trabalho. Amanda, como sou grato por tê-la em minha vida, em meus dias e em meu coração. Desde sempre você esteve comigo. Nos dias felizes, você segurou minha mão e se alegrou por minhas vitórias. Nos dias tristes, você deixou a sua dor de lado para me ajudar a enfrentar a minha. Fico feliz por poder viver o que há muitos anos foi escrito no livro de Eclesiastes:*

*“Um amigo fiel é uma poderosa proteção, quem o achou, descobriu um tesouro.”*

.....

*Acima de tudo gostaríamos de agradecer a Deus pois sem ele nada disso seria possível.*

*“Eu não sei, eu não posso saber  
Mas enquanto houver amor  
Eu mudarei o curso da vida  
Farei um altar pra comunhão  
Nele, eu serei um com o mundo até ver  
O ponto da emancipação  
Porque eu descobri o segredo que me  
faz humano  
Já não está mais perdido o elo  
O amor é o segredo de tudo.”*

*(Pastor Henrique Vieira)*

## RESUMO

Acadêmicos de Saúde estão expostos a diversos agentes estressores durante toda a graduação, o que preocupa, pois o nível de estresse é um importante preditor de qualidade de vida, bem-estar e saúde mental. O objetivo desse estudo foi pesquisar e descrever o perfil de estresse autopercebido de estudantes de graduação em saúde da Faculdade de Ceilândia (FCE). Este é um estudo descritivo e transversal onde analisou-se as frequências, percentuais e as médias e desvios-padrão sobre idade, sexo, hábitos de vida e Escala Visual (EV) de percepção de estresse. A amostra foi composta por 54 participantes com médias de idade de 21,09 anos ( $\pm 2,14$ ); e de EV = 4,67 pontos ( $\pm 2,09$ ). Quatro estudantes (7,41%) apresentaram ausência de estresse, 19 (35,19%) baixo nível de estresse, 09 (16,67%) moderado nível de estresse, 21 (38,89%) alto nível de estresse, um estudante (1,85%) máximo nível de estresse. Quanto aos hábitos de vida: 32 estudantes (59,26%) relataram não praticar atividade física; 45 (83,33%) declararam não fumar; 28 (51,85%) não consomem bebida alcoólica. Concluiu-se que os estudantes da FCE apresentaram níveis de estresse de moderado a alto; que a maioria não realiza atividade física e consome moderadamente bebida alcoólica.

Palavras-chave: Estresse, Estudantes, Saúde.



## ABSTRACT

College students are exposed to various stress factors throughout the course, which is concerning, as the level of stress is an important predictor of quality of life, well-being and mental health. The purpose of this study was to seek and describe the self-perceived stress profile of students at the Faculdade de Ceilândia (FCE). This is a descriptive and cross-sectional study where it is analyzed as frequencies, percentages, means and standard deviations on age, gender, lifestyle habits and Visual Scale (VE) of perceived Stress. The study consisted of 54 participants, around 21.09 years old ( $\pm 2.14$ ) and EV = 4.67 points ( $\pm 2.09$ ). Four students (7.41%) stress dissipation, 19 (35.19%) low stress level, 09 (16.67%) moderate stress level, 21 (38.89%) high stress level, one student (1.85%) maximum stress level. As to the lifestyle: 32 students (59.26%) did not practice physical activity weekly; 45 (83,33%) did not smoke; 28 (51,85%) did not consumed alcoholic beverages, Thus, FCE's health area seniors students through moderate and high levels of stress; that most do not perform physical activity, and consume moderately alcoholic beverages

Keywords: Psychological Stress, Students, Health.

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1.</b> Frequência e percentual da pontuação declarada na Escala Visual (EV) de estresse autopercebido.....	19
<b>Tabela 2.</b> Frequência de pontuação, médias e desvios-padrão da autopercepção de estresse relatada na Escala Visual (EV) (de 0 a 10) por curso de graduação: Enfermagem (ENF); Farmácia (FAR); Fisioterapia (FT); Fonoaudiologia (FN); Saúde Coletiva (SC); Terapia Ocupacional (TO).....	20
<b>Tabela 3.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Fisioterapia (FT).....	20
<b>Tabela 4.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Enfermagem (ENF).....	21
<b>Tabela 5.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Farmácia (FAR).....	21
<b>Tabela 6.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Fonoaudiologia (FN).....	21
<b>Tabela 7.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Saúde Coletiva (SC).....	21
<b>Tabela 8.</b> Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Terapia Ocupacional (TO).....	22

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

CAAE: Certificado de Apresentação de Apreciação Ética

CEP: Código de Endereçamento Postal

DP: Desvio Padrão

ENF: Enfermagem

EV: Escala Visual

F: Feminino

FAR: Farmácia

FCE: Faculdade de Ceilândia

FN: Fonoaudiologia

FT: Fisioterapia

ISSL: Inventário De Sintomas De Stress Para Adultos De Lipp

M: Masculino

PSS: Escala de Estresse Percebido

SC: Saúde Coletiva

TCLE: Termo de Consentimento Livre Esclarecido

TO: Terapia Ocupacional

TLS: Transport Layer Security

UnB: Universidade de Brasília

WHO: World Health Organization

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	13
2. METODOLOGIA .....	16
2.1. Aspectos éticos.....	16
2.2. Participantes .....	17
2.3. Desenho do estudo e cenário .....	17
2.4. Análise estatísticas .....	18
3. RESULTADOS .....	18
4. DISCUSSÃO .....	22
5. CONCLUSÃO .....	31
6. REFERÊNCIAS .....	31
APÊNDICES .....	38
APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido .....	38
APÊNDICE B – Ficha de Dados Pessoais .....	41
ANEXOS .....	42
ANEXO A – Normas da Revista Científica .....	42
ANEXO B – Parecer de Aprovação em Comitê de Ética .....	45
ANEXO C – Escala Visual Analógica (EV) .....	56

## 1. INTRODUÇÃO

A saúde mental de universitários é uma pauta que surgiu na Europa e América do Norte há mais de sete décadas, e que ganhou força no Brasil em 1957, com a criação do serviço de higiene mental e psicologia clínica na Universidade Federal do Pernambuco, que oferecia assistência psiquiátrica e psicológica para os estudantes (Diego de Assis & Guimarães Bottaro de Oliveira, 2011). O ingresso em uma faculdade é uma importante fase no desenvolvimento humano, principalmente para jovens que estão transitando para a fase adulta, pois esta transição carrega diversos desafios e que variam em cada indivíduo (Machová et al., 2020). Neste contexto, a literatura é clara em dizer que o ingresso e a permanência em cursos de educação de nível superior representa um predito para o estresse, especialmente nos cursos da área da saúde (Graner & Cerqueira, 2019; Halboub et al., 2018).

O estresse foi estudado pela primeira vez em 1936 por Hans Selye, um médico endocrinologista que realizou pesquisas com ratos expostos a diversos agentes nocivos e que, conseqüentemente, apresentaram diferentes alterações corporais como esforço do organismo para se adaptar à nova condição induzida. Selye definiu o estresse como parte da experiência diária do ser humano, que exige seu esforço, associado a problemas emocionais, físicos e mentais. O autor classificou o estresse em três fases que se sucedem: a primeira fase de alerta, a segunda de resistência e uma terceira de exaustão (Selye, 1976). A fase de alerta foi caracterizada como positiva e necessária para o organismo responder corretamente às situações do cotidiano; a fase de resistência acontece quando o estímulo estressor não é eliminado e ocorre um acúmulo de tensão que mantém o organismo pronto a resistir ao desgaste sofrido; e a fase de exaustão, que ocorre quando o estressor é mantido

por muito tempo, que cronicamente desgasta o organismo emocionalmente, físico e mentalmente pela tentativa de superar o(s) estímulo(s) estressante(s). Tais desgastes podem causar dificuldade de concentração, vulnerabilidade a doenças, queda de produtividade, irritabilidade, instabilidade emocional, insônia, fadiga, depressão, esquecimentos e vínculos de dependência (Geraldo Pomer-escher, 2016; Graner & Cerqueira, 2019; Lameu et al., 2014).

Assim, considera-se o estresse não como um desequilíbrio ou uma patologia, mas como uma qualidade de defesa do organismo que permite respostas adequadas em situações de necessidade, entretanto, quando em excesso, por longos períodos e repetidas vezes, pode ser fator importante para comprometer o bem estar e o estado de saúde geral (Selye, 1976) (Costa, 2018). O agente estressor pode ser de maior ou menor grau dependendo da percepção do indivíduo e pode ser externo quando estiverem envolvidos com atividades de rotinas diárias, como por exemplo problemas financeiros, notícias de interesse, fatalidades, dentre outros fatores; ou interno quando relacionados a personalidade e a percepção de experiências da própria vida (Geraldo Pomer-escher, 2016; Yosetake et al., 2018).

O estresse autopercebido está entendido como a percepção que um indivíduo tem sobre o equilíbrio/desequilíbrio entre suas demandas de vida e a capacidade de produzir respostas às determinadas demandas, de modo que um mesmo evento pode ser estressante para uma pessoa e não ser para outra, o que vai depender das suas crenças, estilo de vida e ocupação (Halboub et al., 2018). Uma avaliação cognitiva do indivíduo determinará em que medida o evento estressor estará sendo percebido como relevante e qual a estratégia ele utilizará para administrar a(s) demanda(s) interna(s) e/ou externa(s) (Machado et al., 2014). A quantidade de estresse que um indivíduo experimenta é diferente da percepção de quanto aquele evento estressor

está afetando a sua saúde, ou seja, um indivíduo pode relatar que experimentou pouco estresse, mas, ainda assim, aquele agente estressor ter um grande impacto sobre a sua saúde. Portanto, uma auto avaliação sobre o evento estressor é relevante para a qualidade de vida do indivíduo, já que o evento afetará sua(s) demanda(s) interna(s) ou externa(s) (Opoku-Acheampong et al., 2017).

A avaliação subjetiva do estresse autopercebido é realizada na maioria das vezes por psicólogos que utilizam questionários longos e complexos. Nesse contexto, a Escala Visual (EV) de percepção do estresse, no formato Likert (de 0 a 10), constitui-se uma possibilidade facilitada, rápida, simples, reproduzível e universal para a avaliação dessa variável (Flowers & Bernard, 2020; Lesage et al., 2011), inclusive por fisioterapeutas. A EV tem tanta validade de construto quanto a Cohen's Perceived Stress Scale (PSS), um questionário amplamente utilizado pela psicologia na avaliação do estresse, com tão boa confiabilidade entre avaliadores (Lesage et al., 2011; Yosetake et al., 2018). Ambas já foram utilizadas em estudos anteriores para avaliar estresse autopercebido em estudantes universitários (Flowers & Bernard, 2020; Machová et al., 2020).

Graner e Cerqueira (2019) apresentaram diversos fatores de risco associados ao sofrimento psíquico de estudantes de graduação, reforçando que o adoecimento seja multifatorial e que envolva uma esfera biopsicossocial com forte associação entre o adoecimento mental e os aspectos da vida acadêmica (Graner & Cerqueira, 2019). Existem situações próprias da vida acadêmica, individuais e coletivas, que envolvem o desenvolvimento, frustrações, medos e angústias e que se apresentam como eventos estressores para os acadêmicos (Diego de Assis & Guimarães Bottaro de Oliveira, 2011) .

Nos últimos anos o número de pesquisas sobre bem-estar em graduandos tem crescido, com alguns pesquisadores focados especificamente na população dos cursos das ciências da saúde, por acreditar que esta população esteja exposta a um risco singular para saúde mental (Kandola et al., 2019). A prática de atividade física, nutrição e gerenciamento de estresse estão sempre entre os principais hábitos que podem ou não contribuir para a qualidade de vida de estudantes de graduação (Karyotaki et al., 2020).

O objetivo principal desse estudo foi descrever o perfil de estresse autopercebido e os principais hábitos relatados por estudantes de graduação em saúde da Faculdade de Ceilândia (FCE) da Universidade de Brasília (UnB).

## **2. METODOLOGIA**

### **2.1. Aspectos éticos**

Estudo descritivo e transversal.

Utilizou-se do banco de dados de estudo primário: “Avaliação da responsividade ao estresse induzido em alunos de graduação dos cursos de saúde da Universidade de Brasília”. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade de Brasília (UnB), parecer nº. 2.918.387 (CAAE: 82412418.0.0000.0030).

O projeto de pesquisa fez parte do doutoramento da fisioterapeuta Bruna Pereira de Macedo, do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde da Faculdade de Medicina da UnB, orientado pelo professor Jorge Luis Lopes Zeredo e coorientação da professora Ana Clara Bonini Rocha. Os dados foram coletados entre os meses de maio de 2019 e março de 2020, no Laboratório de Fisiologia do Campus Ceilândia, UnB.



Os pesquisadores foram colaboradores na coleta de dados, dando suporte a estudante de doutorado no registro das informações coletadas. Para este estudo, eles realizaram o manuseio documental do banco de dados de modo online nas plataformas da Microsoft. O uso das plataformas Microsoft fornece programas de proteção de dados em trânsito, por meio da criptografia TLS (Transport Layer Security), e de proteção de dados em repouso, por meio do monitoramento contínuo.

## **2.2. Participantes**

A amostra do estudo primário foi composta por conveniência, por estudantes dos cursos de graduação da Faculdade Ceilândia (UnB/FCE), Enfermagem (ENF), Saúde Coletiva (SC), Farmácia (FAR), Fisioterapia (FT), Fonoaudiologia (FN) e Terapia Ocupacional (TO). Os participantes foram recrutados por meio de folder e convites pessoais nas páginas das redes sociais da UnB. Foram aceitos para participar da pesquisa todos os estudantes com idade entre 18 e 30 anos, ambos os sexos, que relataram não fazer uso de medicamentos que afetassem o Sistema Nervoso Central. E excluídos os estudantes com diagnóstico médico de doença mental, psicológica ou neurológica, arritmia cardíaca e utilização de marca-passo cardíaco.

## **2.3 Desenho do estudo e cenário**

A coleta de dados do estudo principal foi realizada por dois pesquisadores no Laboratório de Fisiologia numa sala climatizada com ar-condicionado a 23<sup>o</sup> C.

Após chegar até o Laboratório, os participantes eram instruídos a esperarem confortavelmente por 10 minutos na sala de espera antes de serem convidados a

entrar na sala de experimento e sentar-se numa cadeira confortável, onde faziam a leitura e assinavam o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE) e preenchiam uma ficha com dados de identificação.

Posteriormente, os participantes respondiam a EV utilizando-se o comando: “Marque nesta régua o quão estressado você está neste momento, sendo 0 nenhum estresse e 10 o maior nível de estresse possível.”. Em casos de dúvidas do participante, o pesquisador repetia o comando.

#### **2.4. Análise estatística**

As informações extraídas do banco de dados do estudo primário foram organizadas e arquivadas em planilha do Microsoft Excel® e submetidos à estatística descritiva. Analisou-se as frequências, percentuais e as médias (desvios-padrão) sobre idade em anos e sexo, hábitos de vida (atividade física, alcoolismo e tabagismo), e as pontuações relatadas na EV.

### **3. RESULTADOS**

A amostra foi composta por 54 participantes, sendo 72,22% do sexo feminino (n=39) e 27,78% do sexo masculino (n=15), com idade média de 21,09 anos ( $\pm 2,14$ ). Com relação ao número de estudantes por cursos: Fisioterapia 44,44% (n=24), Enfermagem 16,67% (n=9), Farmácia 11,11% (n=6), Fonoaudiologia 11,11% (n=6), Saúde Coletiva 9,26% (n=5) e Terapia Ocupacional 7,41% (n=4).

EV: pontuação média de 4,67 pontos ( $\pm 2,09$ ). A pontuação geral da EV foi organizada por curso e nível de estresse autopercebido (Tabela 1):

7,41% (n=4) apresentaram ausência de estresse;

35,19% (n=19) baixo nível de estresse;

16,67% (n=9) moderado nível de estresse;

38,89% (n=21) alto nível de estresse;

1,85% (n=1) máximo nível de estresse.

Quando os participantes foram separados por curso de graduação a autopercepção de estresse está representada na tabela 2.

Hábitos de vida:

59,26% (n=32) não praticam atividade física;

40,74% (n=22) praticam atividade física semanalmente;

48,15% (n=26) consomem bebida alcoólica;

51,85% (n=28) não consomem bebidas alcoólicas;

83,33% (n=45) não fumam; 16,67% (n=9) tabagistas.

A média (dp) geral da percepção do estresse relatada na EV para o sexo feminino (F) foi de 4,66 (1,99) e para o sexo masculino (M) 4,73 (2,4) e estão apresentadas por cursos nas tabelas 3, 4, 5, 6, 7 e 8.

**Tabela 1.** Frequência e percentual da pontuação declarada na Escala Visual (EV) de estresse autopercebido. Em itálico e negrito valores predominantes.

Pontuação	Estudantes		Nível de estresse
	n	%	
0	2	3,7	Ausência de estresse
1	2	3,7	
2	6	11,11	Pouco estressado
3	5	9,26	
4	8	14,81	
<b>5</b>	<b>9</b>	<b>16,67</b>	<b><i>Estresse moderado</i></b>
<b>6</b>	<b>14</b>	<b>25,93</b>	<b><i>Muito estressado</i></b>
7	3	5,56	
8	4	7,41	
9	1	1,85	Máximo estresse
10	0	0	
<b>Total:</b>	54	100	-

**Tabela 2.** Frequência de pontuação, médias e desvios-padrão da autopercepção de estresse relatada na Escala Visual (EV) (de 0 a 10) por curso de graduação: Enfermagem (ENF); Farmácia (FAR); Fisioterapia (FT); Fonoaudiologia (FN); Saúde Coletiva (SC); Terapia Ocupacional (TO).

Curso	Número de Estudantes	Ausência de estresse		Pouco estressado			Estresse moderado	Muito estressado			Máximo estresse		Média	Desvio-Padrão
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
ENF	9	0	0	2	1	2	1	2	1	0	0	0	4,33	1,8
FAR	6	1	0	0	1	1	0	3	0	0	0	0	4,16	2,4
FT	24	0	2	3	2	1	6	6	2	2	0	0	4,75	2,06
FN	6	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	3,33	2,16
SC	5	0	0	0	0	1	0	1	0	2	1	0	7	2
TO	4	0	0	0	0	2	1	1	0	0	0	0	4,75	0,95

**Tabela 3.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Fisioterapia (FT).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE ESTRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	16	1	6,25	3	18,75	4	25	8	50	0	0	5	2,16
M	8	1	12,5	3	37,5	2	25	2	25	0	0	4,25	1,91

**Tabela 4.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Enfermagem (ENF).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE ESTRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		N	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	7	0	0	5	71,43	1	14,29	1	14,29	0	0	3,71	1,49
M	2	0	0	0	0	0	0	2	100	0	0	6,5	0,71

**Tabela 5.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Farmácia (FAR).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE SETRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		N	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	3	0	0	1	33,33	0	0	2	66,67	0	0	5,33	1,15
M	3	1	33,33	1	33,33	0	0	1	33,33	0	0	3,0	3,0

**Tabela 6.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Fonoaudiologia (FN).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE ESTRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	5	1	20	3	60	1	20	0	0	0	0	2,8	1,92
M	1	0	0	0	0	0	0	1	100	0	0	6	0

**Tabela 7.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Saúde Coletiva (SC).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE ESTRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	4	0	0	1	25	0	0	3	75	0	0	6,5	1,91
M	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	100	9	0

**Tabela 8.** Apresentação das frequências, percentuais, médias e desvios-padrão por sexo no curso de Terapia Ocupacional (TO).

Sexo	N	ESCALA VISUAL DE ESTRESSE AUTOPERCEBIDO										Média	DP
		Ausência de estresse		Pouco estressado		Estresse moderado		Muito estressado		Máximo estresse			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
F	4	0	0	2	50	1	25	1	25	0	0	4,75	0,96
M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

#### 4. DISCUSSÃO

Os resultados desse estudo mostram uma população de estudantes estressados, uma vez que a maioria deles apresentaram um estresse autopercebido com pontuação acima de 4 pontos na escala. Este resultado não é surpreendente de acordo com a literatura. O estudo de Costa (2018) já havia mostrado que estudantes de graduação de saúde da UnB estavam com alto nível de estresse percebido, o que foi relacionado à rotina universitária. Como no estudo de Almhdawi (2018), que utilizou uma escala de estresse percebido que também mostrou um alto nível de estresse em estudantes da área da saúde (Almhdawi et al., 2018; Costa, 2018).

O estudo de Barker (2016) mostrou que na época das provas o estresse autopercebido de estudantes universitários alcançou níveis bem altos, ficando entre 6 e 8 pontos na EV. Os exames são uma grande experiência estressante para os estudantes e com consequências como maior tensão psicológica, estados de depressão, desempenho acadêmico ruim e expectativas mais baixas dos alunos em relação as notas (Barker et al., 2016). Ou seja, durante todo o tempo de graduação os alunos estão em constante contato com provas finais, semestralmente. Depois desses exames o rendimento e a saúde mental dos estudantes universitários ficaram prejudicados. Mesmo que os estudantes não tenham sido avaliados antes das provas finais, ainda assim apresentaram-se estressados (Barker et al., 2016).

O estudo de Amr et al. (2011) trouxe resultados importantes sobre o nível de estresse percebido em estudantes do curso de graduação em enfermagem no Egito. O estudo mostrou que 40,2% dos estudantes estavam com estresse alto e 59,8% estavam com estresse leve/moderado (Amr et al., 2011). Esses dados estão em concordância com os resultados encontrados no presente estudo, uma vez que a maior dos estudantes se mostra com níveis leves/moderados de estresse alcançando pontuações de 4 a 6 pontos.

Yosetake et al. (2018) elucidou que um mesmo agente estressor pode desencadear níveis de estresse diferentes para cada estudante e, apesar de estarem expostos a agente estressores similares, a percepção foi variada (Yosetake et al., 2018). Visto isso, essa pontuação mediana do estresse dos participantes mostra como a estratégia de administrar demandas internas e externas frente a um evento estressor percebido é importante, uma vez que para responder à escala o indivíduo precisa fazer uma autoavaliação de como classifica e administra as suas demandas internas (Machado et al., 2014).

Uma hipótese possível para os resultados obtidos nesse estudo é que os estudantes dessa população já estão em uma fase de resistência ou exaustão, como apresentado no modelo de Selye (1956), onde estudantes se encontravam com níveis moderados de estresse e com queixas fisiológicas, entretanto esse estresse já estava tão inserido em sua realidade (crônico) que não foi percebido como alto. Chegaram a essa conclusão quando foi acrescentado a esses participantes um pequeno indutor de estresse psicológico, como um teste ou uma apresentação com plateia, eles elevaram significativamente o nível de estresse (Geraldo Pomer-escher, 2016; Sant'Anna Teles & Bonini Rocha, 2020; Selye, 1976).

A literatura relata que, para a população de graduandos em saúde, a autopercepção e vivência do estresse está fortemente associada a níveis moderados de ansiedade, manifestações depressivas em diferentes níveis, inabilidade emocional nas relações interpessoais, frustração e impotência. Todas estas alterações relacionadas ao nível de estresse têm influência negativa sobre o desempenho acadêmico dos estudantes, pois este conjunto de sintomas desajusta o funcionamento cognitivo, que fica então mais propenso sofrer com distúrbios da memória, lentificação na resolução de problemas e tomada de decisão ineficiente (Racic et al., 2017).

Quando analisadas as médias da EV, por curso, percebe-se os cursos de TO, FT, ENF, FAR apresentaram médias relativamente próximas no limite do pouco estressado para o moderadamente estressado; enquanto os estudantes da SC relataram muito estresse e os de FN pouco estressados. Partindo do princípio de que estudantes de um mesmo curso de graduação, em um mesmo campus, estejam expostos a agentes estressores semelhantes, ao menos nos domínios laboral e produtivo, podemos afirmar que alguns cursos estão enriquecidos negativamente com fatores e agentes externos e internos que aumentam a percepção de estresse da população deste estudo. Estes resultados indicam os agentes estressores podem surtir efeitos muito similares ou muito discrepantes sobre uma mesma população, o que corrobora para confirmar o quão complexa pode ser a interação entre um agente estressor e uma população.

O resultado da média geral de percepção do estresse relatada na EV, demonstra que homens tem uma percepção de estresse maior do que as mulheres. Levando em consideração que a avaliação cognitiva é importante para a percepção do estresse os homens desse estudo tiveram uma maior percepção de eventos estressores como ameaçadores ou relevantes e as demandas internas e externas



frente a esses eventos excederam a capacidade dos homens de administrá-las (Opoku-Acheampong et al., 2017). Uma hipótese para esse resultado é demonstrada por Iwamoto et al. (2018), é a de que a conformidade com normas masculinas, socialmente impostas, pode impactar na saúde mental de homens, principalmente homens jovens que ingressão na graduação. Essas normas formam a identidade masculina e interferem em como os homens lidam com suas demandas, algumas delas são: desejo de múltiplos parceiros sexuais, autossuficiência, desejo de vencer, vontade de lutar se provocado e poder sobre as mulheres. Ao tentar adequar-se as normas há um aumento de demandas internas e externas sobre os homens, o que acaba por aumentar a percepção de estresse sobre si mesmos, podendo desencadear desordens psicoemocionais como depressão. Segundo Mahalik et al. (2005), homens que estão em conformidade moderada com essas normas sofrem menos com o estresse interpessoal (Iwamoto et al., 2018; Mahalik et al., 2005).

De acordo com a American Psychological Association (2013), resiliência seria "o processo de boa adaptação em face de adversidades, traumas, tragédias, ameaças ou motivos significativos de estresse", em complemento, o autor Galvão-Coelho (2015) elucidou que pessoas resilientes manifestam respostas adaptativas aos eventos estressores. Mulheres são introduzidas a eventos estressantes rotineiramente devido as demandas sociais serem maiores que dos homens tais como manutenção dos filhos, da casa, do casamento além das demandas laborais esse fato gera nas mulheres uma maior resiliência a percepção do estresse (Diaz-Comas et al., 2012; Galvão-Coelho et al., 2015). Essa seria outra hipótese para a maior percepção de estresse nos homens no presente estudo.

Nesse estudo os acadêmicos do sexo masculino de ENF em sua maioria relataram uma percepção de muito estresse, em contrapartida as mulheres do mesmo

curso tiveram uma percepção de pouco estresse. O estudo de Oliveira e Magnabosco (2019) mostrou que estudantes de ENF do sexo masculino estavam mais estressados do que as mulheres do mesmo curso nas demandas externas de gerenciamento do tempo e formação profissional. Outras pesquisas mostram que situações relacionadas a questões emocionais afetam mais as mulheres e situações relacionadas ao desconhecimento de conceitos clínicos afetam mais os homens. Como o presente estudo foi realizado dentro da universidade por pesquisadores universitários, pode ter ocorrido uma indução de estresse nos participantes, que acabavam por quantificarem sua percepção de estresse acadêmico, o que levou a uma maior percepção de estresse pelo gênero masculino (López V & López M, 2011; M. A. M. e Oliveira & Magnabosco, 2019). É importante ressaltar que uma das limitações desse estudo se refere a homogeneidade no sexo dos estudantes, devido principalmente ao predomínio do gênero feminino nessa profissão.

No curso de FN assim como o curso de ENF, o integrante do sexo masculino relatou uma percepção de muito estresse, enquanto as participantes do sexo feminino tiveram a percepção de pouco estresse. Esse estudo teve predominância de participantes do sexo feminino, outros estudos já relataram que historicamente essas profissões são atribuídas a mulheres (Eurich & Kluthcovsky, 2008; J. T. de Oliveira & Bittencourt, 2014; Teixeira et al., 2006). O estudo de Guedes-Granzotti (2021) obteve o resultado que o estresse estava mais presente em mulheres estudantes de FN do que em homens, mesmo assim a porcentagem de homens com estresse não foi baixa, 58,3% dos participantes do sexo masculino. Importante ressaltar que o estudo de Guedes-Granzotti (2021) utilizou o Inventário De Sintomas De Stress Para Adultos De Lipp (ISSL), que analisa o estresse em períodos diferentes e com sintomas fisiológicos e emocionais bem específicos, o que pode ser

o motivo da diferença com o presente estudo (Guedes-Granzotti et al., 2021; Oliveira Rossetti et al., 2008).

O curso de SC apresentou resultado semelhante ao de FN e ENF: os homens apresentaram máximo estresse, sendo maior do que as mulheres, entretanto o número de participantes do sexo masculino é menor do que do sexo feminino.

As mulheres do curso de FT pontuaram maior nível de estresse percebido médio que os homens do mesmo curso. Apesar dos participantes do sexo masculino de FT apresentarem menor valor médio de estresse percebido na EV, a maioria dos participantes tem seu estresse classificado entre “pouco estressado” e “muito estressado”. Ao estudar a percepção de estresse em graduandos de FT, Hodselmans et al. (2018), observou que os estudantes deste curso eram estressados e também constatou que as mulheres têm uma maior percepção do seu nível de estresse do que os homens. A diferença entre os níveis de estresse percebido pode estar relacionada ao fato de que os agentes estressores causam maior angústia nas participantes do sexo feminino e, após exposição ao agente estressor, as mesmas tem maior dificuldade para traçar e executar estratégias de gerenciamento do estresse (Hodselmans et al., 2018).

Os participantes de FAR apresentaram resultados semelhantes aos de FT, com maior pontuação média na EV para o sexo feminino. Opoku-Acheampong et al. (2017) também detectou maior estresse em estudantes de FAR do sexo feminino do que do sexo masculino, entretanto, devido ao número de participantes do estudo, o resultado não foi significativo, o que também pode ter ocorrido no presente estudo, já que a amostra não foi numerosa (Opoku-Acheampong et al., 2017).

As participantes de TO tiveram pontuações na EV que correspondem entre pouco e muito estresse percebido, o sexo masculino não compunha a amostra desse curso, limitação que já foi relatada no estudo de Sanches et al. (2018), que avaliou o estresse em alunos de TO (Sanches et al., 2018). Acredita-se que este fato possa, em partes, estar relacionados ao maior número de acadêmicos do sexo feminino estarem matriculadas no curso de TO, mas já é claro que são poucos os estudos que aprofundam-se nas nuances do estresse e adoecimento mental de acadêmicos de TO (Morales-Rodríguez et al., 2019).

Para a população avaliada neste estudo, os níveis de consumo de bebida alcoólica chamou a atenção dos pesquisadores por ser 71,96% maior do que a prevalência de consumo de álcool entre jovens de 20 e 24 anos nas Américas, segundo a World Health Organization (WHO) (Lee & Kim, 2019). Apesar dos níveis de consumo de álcool acima do esperado para os participantes, não foi possível afirmar que este resultado sozinho seja preditor de mal-estar físico, emocional ou estresse, já que a literatura apresenta resultados divergentes sobre os efeitos de abuso de bebidas alcoólicas (Velten et al., 2018). A população de estudantes neste estudo apresentou um nível de estresse autopercebido de moderado e este dado preocupa, já que o uso de álcool em quantidades abusivas, associado a outros fatores psicossociais, pode ser responsável por quadros de depressão, ansiedade, psicose grave e outros, e que acaba por se somar aos diversos fatores de risco para adoecimento mental a que população de graduandos de saúde da Faculdade de Ceilândia está exposta (Lee & Kim, 2019).

O tabagismo foi um hábito comum para 16,67% de estudantes, o que está muito próximo a prevalência esperada para jovens com mais de 15 anos nas Américas, que é de 17,10%. Apesar dos resultados encontrados em nossa população não estarem

acima da média, a taxa de prevalência supracitada é responsável por quase 1 milhão de mortos por anos nas Américas, causando óbitos por doenças cardiovasculares, cânceres e doenças do trato respiratório (World Health Organization et al., 2018).

A WHO mostra que o consumo de bebidas alcoólicas e o tabagismo, em associação ou não, causam mais danos à saúde e ao bem-estar de pessoas socioeconomicamente desfavorecidas do que a pessoas em condições socioeconômicas de estabilidade (Lee & Kim, 2019; World Health Organization et al., 2018). Segundo a Decanato de Assuntos Comunitários da UnB, entre 2015 e 2018, foram deferidos ao menos 1.116 pedidos de auxílio socioeconômico para fins diversos, para alunos em situação de vulnerabilidade na FCE, o que mostra que parte desta população pode estar em situação de desfavorecimento socioeconômico (Farias Fonseca, 2019).

Apesar do hábito de fumar ter aparecido na minoria dos estudantes avaliados neste estudo, não deixa de ser um dado preocupante, pois, mesmo sem uma relação causal muito bem definida na literatura, sabe-se que os problemas de saúde mental são mais prevalentes em pessoas tabagistas. Existe uma hipótese bem aceita sobre a relação de causalidade de adoecimento mental e fumar cigarros de tabaco. Acredita-se que nas fases iniciais de exposição aos agentes causadores de adoecimento mental o tabagismo seja adotado como uma forma de automedicação, uma vez que a nicotina tem efeitos sobre a recaptação seletiva dos neurotransmissores serotonina e dopamina, reforçando positivamente a atividade destes, que nas situações de estresse podem atuar aumentando o nível de energia do indivíduo e reduzindo os níveis de ansiedade e depressão, entretanto, a longo prazo o uso de nicotina causa dependência, sendo capaz de desencadear um quadro

progressivo de abstinência e contribuir para o agravamento dos quadros de ansiedade e depressão (Plurphanswat et al., 2017).

Com relação a prática de atividade física, 59,26% relataram não ter o hábito de se exercitar, o que atribui a esta população um status majoritariamente sedentário e espera-se que durante o período de vigília esta população gaste várias horas sentadas desenvolvendo atividades acadêmicas (Lee & Kim, 2019). Este resultado está alinhado com os resultados das populações mais sedentárias do planeta, onde aproximadamente 60% da população total não pratica nenhum tipo de atividade física (Lee & Kim, 2019; World Health Organization et al., 2018). A literatura é clara ao mostrar que jovens universitários que adotam comportamentos sedentários tem maior propensão a desenvolver um estilo de vida menos saudável e que favorece ainda mais o adoecimento mental desta população (Kandola et al., 2019).

A prática de atividade física regular pode atuar positivamente de diversas formas sobre o estado geral de saúde do indivíduo, uma delas é via neurobiológica. Pouco mais de quarenta por cento dos estudantes (40,74%) relataram que praticam exercícios físicos o que, segundo a bibliografia, é capaz induzir aumento do fluxo sanguíneo cerebral e estimular a angiogênese, aumentando o aporte de oxigênio e fatores neurotróficos (Kandola et al., 2019). Além dos benefícios neuroplásticos que advém das adaptações vasculares, existem também indícios que o exercício esteja envolvido em mudanças de estrutura e função de diferentes regiões do cérebro, como o hipocampo, uma área fundamental para o armazenamento de memória e aprendizagem (El-Sayes et al., 2019).

Na fase universitária, geralmente os hábitos de vida são mais moldáveis do que na fase de vida adulta, por isso a literatura se debruça sobre o assunto, pois em tese, o melhor caminho é entender o problema dos jovens universitários e traçar caminhos

e soluções para correção destes problemas ainda durante a fase jovem, cultivando bons hábitos que se estendam para a fase adulta (Lee & Kim, 2019).

Os hábitos de vida não saudáveis da população estudada, somados ao nível de estresse que ela relata, dão um parâmetro claro sobre o prognóstico de saúde destes estudantes, que é a cronicidade do estresse. Com isso, fica evidente a necessidade de intervenções que estimulem a mudança de hábitos antes do seu adoecimento ou agravamento de condição já existente.

## 5. CONCLUSÃO

Os estudantes de graduação em saúde da FCE/UnB, no período estudado, apresentaram níveis de estresse de moderado a alto; na maioria não realizam atividade física e consomem moderadamente bebida alcoólica.

## 6. REFERÊNCIAS

- Almhdawi, K. A., Kanaan, S. F., Khader, Y., Al-Hourani, Z., Almomani, F., & Nazzal, M. (2018). Study-related mental health symptoms and their correlates among allied health professions students. *Work (Reading, Mass.)*, 61(3), 391–401.  
<https://doi.org/10.3233/WOR-182815>
- Amr, M., El-Gilany, A.-H., El-Moafee, H., & Jimenez, L. S. C. (2011). Stress among Mansoura (Egypt) baccalaureate nursing students. *PAMJ*. 2011; 8:26, 8(26).  
<https://doi.org/10.11604/PAMJ.2011.8.26.484>
- Barker, S. B., Barker, R. T., McCain, N. L., & Schubert, C. M. (2016). A Randomized Cross-over Exploratory Study of the Effect of Visiting Therapy Dogs on College Student Stress Before Final Exams.  
<https://doi.org/10.1080/08927936.2015.1069988>, 29(1), 35–46.  
<https://doi.org/10.1080/08927936.2015.1069988>

- Costa, L. B. dos S. (2018). *Avaliação do estresse e do o rendimento acadêmico em estudantes da área da saúde da Universidade de Brasília* [Universidade de Brasília]. <https://repositorio.unb.br/handle/10482/32416>
- Diaz-Comas, L., Luthar S, S., Maddi R, S., Saakvitne W, K., & Tedeschi Gienn, R. (2012). *The Road to Resiliencia*. [https://www.uis.edu/counselingcenter/wp-content/uploads/sites/87/2013/04/the\\_road\\_to\\_resilience.pdf](https://www.uis.edu/counselingcenter/wp-content/uploads/sites/87/2013/04/the_road_to_resilience.pdf)
- Diego de Assis, A., & Guimarães Bottaro de Oliveira, A. (2011). Vida universitária e Saúde Mental: Atendimento às demandas de saúde e Saúde Mental de estudantes de uma universidade brasileira | Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Healt*, 2(4–5), 163–182. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/68464>
- El-Sayes, J., Harasym, D., Turco, C. V., Locke, M. B., & Nelson, A. J. (2019). Exercise-Induced Neuroplasticity: A Mechanistic Model and Prospects for Promoting Plasticity. *The Neuroscientist: A Review Journal Bringing Neurobiology, Neurology and Psychiatry*, 25(1), 65–85. <https://doi.org/10.1177/1073858418771538>
- Eurich, R. B., & Kluthcovsky, A. C. G. C. (2008). Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas. *Revista de Psiquiatria Do Rio Grande Do Sul*, 30(3), 211–220. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082008000400010>
- Farias Fonseca, S. (2019). *Relatório de Gestão da Diretoria de Desenvolvimento Social - DDS do ano de 2018*. [http://dds.dac.unb.br/images/Relatorios-DDS/Relatrio\\_2018.pdf](http://dds.dac.unb.br/images/Relatorios-DDS/Relatrio_2018.pdf)



Flowers, D. W., & Bernard, A. (2020). Part of the Physical Therapy Commons, and the Scholarship of Teaching and Learning Commons Recommended Citation Recommended Citation Flowers DW, Bernard A. Make Changes Early! High Stress Levels Predict Lower Academic Performance in First-Year Physical Th. *Internet Journal of Allied Health Sciences Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice and Practice*, 18(4), 15.

<https://nsuworks.nova.edu/ijahsp/vol18/iss4/15>

Galvão-Coelho, N. L., Silva, H. P. A., & de Sousa, M. B. C. (2015). Resposta ao estresse: II. Resiliência e vulnerabilidade. *Estudos de Psicologia*, 20(2), 72–81.

<https://doi.org/10.5935/1678-4669.20150009>

Geraldo Pomer-escher, A. (2016). *Análise do nível de estresse baseada em sinais de eletroencefalografia e de condutância da pele.*

<http://repositorio.ufes.br/handle/10/1354>

Graner, K. M., & Cerqueira, A. T. de A. R. (2019). Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(4), 1327–1346. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>

Guedes-Granzotti, R. B., Dornelas, R., Galdino, M. K. V. R., Leite, I. S., Oliveira, P. F. de, Moreira, P. P., & Silva, K. da. (2021). Estresse discente em um curso de Fonoaudiologia. *Audiology - Communication Research*, 26, 2335–2336.

<https://doi.org/10.1590/2317-6431-2020-2335>

Halboub, E., Alhaji, M. N., AlKhairat, A. M., Sahaqi, A.-A. M., & Quadri, M. F. A. (2018). Perceived Stress among Undergraduate Dental Students in Relation to Gender, Clinical Training and Academic Performance. *Acta Stomatologica Croatica*, 52(1), 37–45. <https://doi.org/10.15644/asc52/1/6>

- Hodselmans, A.-P., Hemdal, E., Lundberg, S., Bjarnegård, A., Hobbelen, H., & Svantesson, U. (2018). Physiotherapy students' perceived stress, stressors, and reactions to stressors: A comparative study between Sweden and The Netherlands. *Physiotherapy Theory and Practice*, *34*(4), 293–300.  
<https://doi.org/10.1080/09593985.2017.1390805>
- Iwamoto, D. K., Brady, J., Kaya, A., & Park, A. (2018). Masculinity and Depression: A Longitudinal Investigation of Multidimensional Masculine Norms Among College Men. *American Journal of Men's Health*, *12*(6), 1873–1881.  
<https://doi.org/10.1177/1557988318785549>
- Kandola, A., Ashdown-Franks, G., Hendrikse, J., Sabiston, C. M., & Stubbs, B. (2019). Physical activity and depression: Towards understanding the antidepressant mechanisms of physical activity. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *107*(1), 525–539. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.09.040>
- Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R. P., Bantjes, J., Bruffaerts, R., Ebert, D. D., Hasking, P., Kiekens, G., Lee, S., McLafferty, M., Mak, A., Mortier, P., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., & Kessler, R. C. (2020). Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students: Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1759. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01759>
- Lameu, J. do N., 102.495.707-18, & <Http://lattes.cnpq.br/8710365052817294>. (2014). *Estresse no ambiente acadêmico: revisão sistemática e estudo transversal com estudantes universitários*. <https://tede.ufrj.br/handle/jspui/2249>
- Lee, E., & Kim, Y. (2019). Effect of university students' sedentary behavior on stress, anxiety, and depression. *Perspectives in Psychiatric Care*, *55*(2), 164–169.

<https://doi.org/10.1111/ppc.12296>

Lesage, F. X., Berjot, S., & Deschamps, F. (2011). Fidélité inter juge d'une mesure du stress par échelle visuelle analogique. *Psychologie Du Travail et Des Organisations*, 17(1), 85–90. [https://doi.org/10.1016/S1420-2530\(16\)30134-0](https://doi.org/10.1016/S1420-2530(16)30134-0)

López V, F., & López M, M. J. (2011). Situaciones Generadoras De Estrés En Los

Estudiantes De Enfermería En Las Prácticas Clínicas. *Ciencia y Enfermería*,

17(2), 47–54. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532011000200006>

Machado, W. de L., Damásio, B. F., Borsa, J. C., & Silva, J. P. da. (2014).

Dimensionalidade da escala de estresse percebido (Perceived Stress Scale,

PSS-10) em uma amostra de professores. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 27(1),

38–43. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722014000100005>

Machová, K., Procházková, R., Vadroňová, M., Součková, M., & Prouzová, E. (2020).

Effect of Dog Presence on Stress Levels in Students under Psychological Strain:

A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public*

*Health*, 17(7), 49–59. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072286>

Mahalik, J. R., Talmadge, W. T., Locke, B. D., & Scott, R. P. J. (2005). Using the

Conformity to Masculine Norms Inventory to work with men in a clinical setting.

*Journal of Clinical Psychology*, 61(6), 661–674.

<https://doi.org/10.1002/jclp.20101>

Morales-Rodríguez, F. M., Pérez-Mármol, J. M., & Brown, T. (2019). Education

Burnout and Engagement in Occupational Therapy Undergraduate Students and

Its Associated Factors. *Frontiers in Psychology*, 10.

<https://doi.org/10.3389/FPSYG.2019.02889>

Oliveira, J. T. de, & Bittencourt, Z. Z. L. de C. (2014). Atividades extracurriculares e

qualidade de vida de alunos de fonoaudiologia. *Serviço Social e Saúde*, 13(1),

- 141–150. <https://doi.org/10.20396/SSS.V13I1.8634926>
- Oliveira, M. A. M. e, & Magnabosco, P. (2019). Níveis De Estresse Em Estudantes De Enfermagem. In *Discursos, Saberes e Práticas da Enfermagem 3* (pp. 276–286). Atena Editora. <https://doi.org/10.22533/at.ed.76219231224>
- Oliveira Rossetti, M., Mazzaferro Ehlers, D., Bernd Guntert, I., Almeida de Sá Leme, I. F., Sant, I., Rabelo, A., MVeneroso Delphino Tosi, S., Verônica Pacanaro, S., & Leiva Barrionuevo, V. (2008). *Lipp's inventory of symptoms os stress for adults (ISSL) in federal civil servants of São Paulo*. 4(2). <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20080018>
- Opoku-Acheampong, A., Kretchy, I. A., Acheampong, F., Afrane, B. A., Ashong, S., Tamakloe, B., & Nyarko, A. K. (2017). Perceived stress and quality of life of pharmacy students in University of Ghana. *BMC Research Notes*, 10(1), 115. <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2439-6>
- Plurphanswat, N., Kaestner, R., & Rodu, B. (2017). The Effect of Smoking on Mental Health. *American Journal of Health Behavior*, 41(4), 471–483. <https://doi.org/10.5993/AJHB.41.4.12>
- Racic, M., Todorovic, R., Ivkovic, N., Masic, S., Joksimovic, B., & Kulic, M. (2017). Self- Perceived Stress in Relation to Anxiety, Depression and Health-related Quality of Life among Health Professions Students: A Cross-sectional Study from Bosnia and Herzegovina. *Zdravstveno Varstvo*, 56(4), 251–259. <https://doi.org/10.1515/sjph-2017-0034>
- Sanches, B. P., Silva, N. R., & Silva, M. L. (2018). Avaliação do estresse em estudantes concluintes de terapia ocupacional/Evaluation of stress in students graduating from Occupational Therapy. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 26(1), 153–161. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.CTOAO1025>

- Sant'Anna Teles, A., & Bonini Rocha, A. C. (2020, December 2). Tamanho da fonte: Análise de alteração da condutância da pele antes e depois da indução de estresse em alunos de graduação em saúde. *26º Congresso de Iniciação Científica Da UnB e 17º Do DF*.  
<https://conferencias.unb.br/index.php/iniciacaocientifica/26CICUNB17DF/index>
- Selye, H. (1976). Stress in Health and Disease. In *Stress in Health and Disease* (1st ed., Vol. 1). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/C2013-0-06263-9>
- Teixeira, E., Vale, E. G., Fernandes, J. D., & De Sordi, M. R. L. (2006). Trajetória e tendências dos cursos de enfermagem no Brasil. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 59(4), 479–487. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672006000400002>
- Velten, J., Bieda, A., Scholten, S., Wannemüller, A., & Margraf, J. (2018). Lifestyle choices and mental health: a longitudinal survey with German and Chinese students. *BMC Public Health*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/S12889-018-5526-2>
- World Health Organization, OMS, & World Health Organization. (2018). *Global status report on alcohol and health 2018*. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. (V. Poznyak & D. Rekke (eds.)).  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274603/9789241565639-eng.pdf?ua=1>
- Yosetake, A. L., Camargo, I. M. de L., Luchesi, L. B., Gherardi-Donato, E. C. S., & Teixeira, C. A. B. (2018). Estresse percebido em graduandos de enfermagem. *SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 14(2), 117–124.  
<https://doi.org/10.11606/ISSN.1806-6976.SMAD.2018.000336>

## APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



Universidade de Brasília- Faculdade de Ciências da Saúde ( FS)  
**Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE**

Convidamos o(a) participante de pesquisa a participar do projeto de pesquisa Avaliação da responsividade ao estresse induzido em alunos de graduação dos cursos de saúde da Universidade de Brasília., sob a responsabilidade do pesquisador Bruna Ferreira de Macedo e da pesquisa Análise da adaptação dos sinais eletrofisiológicos por meio do EEG em estudantes dos cursos de saúde da UnB após estresse induzido, sob a responsabilidade do pesquisador Camila Etelvina de Sousa Silva. Os projetos irão investigar a responsividade, previsibilidade e adaptação do aparecimento de sintomas através do monitoramento do estresse em estudantes da Universidade de Brasília - UnB, seguindo um estudo quantitativo com esta população no qual o estresse é auto percebido e estar entre os fatores associados aos distúrbios musculoesqueléticos.

O objetivo desta pesquisa é verificar comportamento dos sinais de eletroencefalograma, da condutância da pele, frequência respiratória antes e após período de adaptação. O(a) participante de pesquisa receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a).

A sua participação se dará por meio de questionários e por um aparelho de mensuração do nível de estresse. Serão aplicados questionários que irão mensurar o nível de estresse dos alunos escala visual. Todo o procedimento deve levar cerca de 40 a 60 minutos por voluntário a coleta irá ser realizada no laboratório de fisiologia da FCE (Faculdade de Ceilândia).

Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são reação alérgica ao eletrodo do eletroencefalograma. As regiões da pele em contato com os eletrodos serão monitoradas e em caso de irritação o experimento será interrompido e o pesquisador irá arcar com todos os procedimentos adequados como consulta médica e medicamentos necessários.

- ✓ O exame da Condutância da Pele, Eletroencefalograma e Frequência Respiratória não poderão ser realizados em indivíduos que fazem o uso de marca passo sem indicação médica e que tenham alergia a metais ou hipersensibilidade a adesivos dermatológicos. Caso contrário será excluído.
- ✓ O participante pode se cansar ou sentir-se desconfortável com o experimento. Medida preventiva: o objetivo de cada experimento será explicado aos participante da pesquisa; será claramente oferecida aos participantes a possibilidade de interromper o procedimento por qualquer motivo, sem qualquer prejuízo ou necessidade de explicação.

- ✓ A dificuldade de entendimento do indivíduo em relação aos questionários. Uma das possíveis soluções seria a de questionários de simples de forma visual por exemplo.
- ✓ O indivíduo poderá se recusar a responder (ou participar de qualquer procedimento) qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo. Estes indivíduos serão excluídos da pesquisa.
- ✓ Os participantes que estiverem fazendo uso de medicações deveram comunicar antes de realizar a pesquisa, principalmente os que fazem uso de remédios anti depressivos, relaxantes musculares, anticoagulantes. Caso façam uso serão excluídos da pesquisa, pois irão interferir nos resultados. Se você aceitar participar, estará contribuindo para a ciência e para a sociedade da Universidade de Brasília.

O indivíduo receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo (a). Caso contrário o pesquisador irá se responsabilizar por qualquer transtorno ocorrido. Se você aceitar participar, estará contribuindo para a saúde acadêmica.

O(a) participante de pesquisa pode se recusar a responder (ou participar de qualquer procedimento) qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo para o(a) participante de pesquisa.

Não há despesas pessoais para o participante em qualquer fase do estudo, incluindo (tais como, passagem para o local da pesquisa, alimentação no local da pesquisa ou exames para realização da pesquisa) serão cobertas pelo pesquisador responsável.

Também não há compensação financeira relacionada a sua participação, que será voluntária. Se existir qualquer despesa adicional relacionada diretamente à pesquisa (tais como, passagem para o local da pesquisa, alimentação no local da pesquisa ou exames para realização da pesquisa) a mesma será absorvida pelo orçamento da pesquisa.

Os resultados da pesquisa serão divulgados na Universidade de Brasília podendo ser publicados posteriormente. Os dados e materiais serão utilizados somente para esta pesquisa e ficarão sob a guarda do pesquisador por um período de cinco anos, após isso serão destruídos.

Se o(a) participante de pesquisa tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, por favor telefone para: Bruna Ferreira de Macedo disponível inclusive para ligação a cobrar (061)-3233-2429. E-mail: [brunafisiomacedo@hotmail.com](mailto:brunafisiomacedo@hotmail.com) ou Camila Etelvina de Sousa Silva disponível inclusive para ligação a cobrar (061)-98516-6385. E-mail: [camilas1301@hotmail.com](mailto:camilas1301@hotmail.com).

Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências da Saúde (CEP/FS) da Universidade de Brasília. O CEP é composto por profissionais de diferentes áreas cuja função é defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. As dúvidas com relação à assinatura do TCLE ou os direitos do participante da pesquisa podem ser esclarecidos pelo telefone (61) 3107-1947 ou do e-mail [cepfs@unb.br](mailto:cepfs@unb.br) ou [cepfsunb@gmail.com](mailto:cepfsunb@gmail.com), horário de atendimento de 10:00hs às 12:00hs e de 13:30hs às 15:30hs, de segunda a sexta-feira. O CEP/FS se localiza na Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Universitário Darcy Ribeiro, Universidade de Brasília, Asa Norte.

Caso concorde em participar, pedimos que assine este documento que foi elaborado em duas vias, uma ficará com o pesquisador responsável e a outra com o(a) participante de pesquisa.

---

Nome / assinatura

Bruna Ferreira de Macedo  
Assinatura

Bruna Ferreira de Macedo

Nome e Assinatura do Pesquisador Responsável

Camila Etelvina de Sousa Silva  
Assinatura

Camila Etelvina de Sousa Silva

Nome e Assinatura do Pesquisador Responsável

Brasília, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.



**APÊNDICE B – Ficha de Dados Pessoais**

Universidade de Brasília - Faculdade de Ceilândia (UnB/FCE)

**FICHA DE AVALIAÇÃO****Data:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

CPF: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_ Semestre: \_\_\_\_\_ IRA: \_\_\_\_\_

Horário integral  SIM  NÃODominância Manual:  E  DAtividade Física  SIM  NÃO Qual: \_\_\_\_\_

Quantas vezes na semana? \_\_\_\_\_

Álcool  SIM  NÃO Frequência: \_\_\_\_\_ por semanaFumo  SIM  NÃO Frequência: \_\_\_\_\_ por semana

## ANEXO A – Normas da Revista Científica

# REVISTA Brasileira de TERAPIAS COGNITIVAS



Instructions To Authors



Imprimir

### Important

The Brazilian Journal of Cognitive Therapies (RBTC) is accepting manuscripts for the special issue: *Digital technologies for teaching, prevention and intervention in the Cognitive-behavioral approach*. Continuing the thematic series inaugurated by the RBTC, in the year 2021, until 5th August, manuscripts will be received in the following thematic areas: teaching, training, supervision, mediation, intervention and prevention. Approved papers must be submitted in English and Portuguese by the authors and electively in Spanish. The translations will be the author's responsibility and the deadlines given by the journal must be strictly observed.

### Objectives and editorial policy

The Brazilian Journal of Cognitive Therapies (*Revista Brasileira de Terapias Cognitivas [RBTC]*) is a biannual publication of the Brazilian Federation of Cognitive Therapies (*Federação Brasileira de Terapias Cognitivas [FBTC]*). It is devoted to the publication of original papers that fit into the following categories: (1) Research original reports (empirically-based investigation; 15 to 25 pages); (2) Review articles (meta-analysis, systematic review, and theoretical papers; 15 to 25 pages); (3) Brief communications (brief research reports, professional experience reports, case studies and technical notes; 10 to 20 pages).

For all modalities, the RBTC emphasizes that the works need to make an original contribution to the knowledge of the area. The objective needs to be clear and the conclusion must derive from the in-depth development of well-connected theoretical arguments. For theoretical review articles, a critical evaluation of a theoretical model, or of its constructs, is expected, expanding knowledge. References must strictly follow the rules of the 7th Edition of APA. They must be carefully reviewed by the authors and at least 60% of the references must have been published in the last five years.

The RBTC publishes the following modalities, at the discretion of the Editorial Board: interviews with professionals, comments on previously published articles and book reviews published in the last or current year (4 to 8 pages).

The manuscripts must be submitted online, through the electronic system (<https://www.gnpapers.com.br/rbtc>). Manuscripts submitted to the RBTC cannot have been published in other media (magazine, book, etc.) and cannot have been simultaneously submitted or published elsewhere. Every submission will be initially appraised by the Editorial Board. If the submission is in accordance with the publication rules and is considered to be potentially publishable, it will be forwarded to peers evaluation (double blind review). The identities of authors and consultants will be preserved.

### Manuscript layout

The RBTC follows the Publication Manual of the American Psychological Association's **seventh edition** (APA, 2020) style recommendations. As an alternative, it is suggested that authors consult the Manuals of Scientific Papers Standardization available at the Biblioteca Virtual em Saúde (<http://www.bvs-psi.org.br/>). The ethical aspects inherent to the development and publication of a scientific paper must be considered, including explicit reference to the approval of an institutional

Research Ethics Committee, if pertinent.

Every manuscript must be submitted online, through the electronic system (<https://www.gnpapers.com.br/rbtc>). Every manuscript submitted for publication must be written in English (preferably), Portuguese or Spanish.

#### Manuscripts

At the start of the submission process, the author responsible must indicate the modality in which the manuscript fits, formatting the manuscript according to the following guidelines: Research reports (15 to 25 pages): high quality reports of original investigations based on empirical data.

Review papers (15 to 25 pages): literature systematic review, meta-analysis and thematic essay (theoretical paper), that bring some original contribution to the theme on focus, or promote the revision of constructs or the theoretical models.

Brief communications (10-20 pages): brief reports of empirical research (for example, pilot studies), professional experience reports with innovation characteristics, case studies with special characteristics that justify interest in the area and technical notes on methods and procedures.

Interviews with professionals, comments on previously published papers and book reviews published in the last or current year (4 to 8 pages). It is suggested that the interested in submitting material of that nature previously contact the Chief Editor of RBTC to assess the feasibility of the proposal.

Information regarding (a) images, (b) authors and degrees, (c) Portuguese and English titles, (d) abbreviated titles, (e) descriptors and keywords, (f) abstract, (g) institution, (h) mailing address, (i) financial support (optional) and (j) letter to the editor (optional) must be entered into the system.

The full contents of the manuscript, without identification, must then be inputted.

The following general guidelines regarding the text should be observed:

Sheet: size A4 (21cm x 29.7cm).

Typeface: Times New Roman, size 12, across all text (including references, footnotes, tables, etc.)

Margins: 2.5 cm on all sides (upper, lower, left and right)

Spacing: double spacing across all manuscript (including Title Page, Abstract, Body Text, References, etc.)

Alignment: left

First line indent: tab = 1.25cm

#### General guidelines for submission

Abstract: (a) Portuguese abstract with 150 to 200 words, with three keywords in Portuguese, previously consulted in DeCS (<http://decs.bvs.br/>) and BVS- Psicologia (<http://www.bvs-psi.org.br>); (b) Abstract and keywords in English, previously consulted in MeSH terms (<http://www.nlm.nih.gov/mesh/MBrowser.html>).

Figures and Tables: must be indicated in the text and entered separately into the system. The SGP accepts only high definition images with the following characteristics: width above 1000px and DPI of 200 or above; image format preferably TIFF or JPG; maximum image size of 5MB. Figures and tables' typeset must follow the Publication Manual of the American Psychological Association's (APA, 2020) **seventh edition** guidelines. It is recommended that at least 60% of the references used have been published in the last five years.

Appendixes and footnotes: Use appendixes and footnotes only if truly essential to text comprehension. If indispensable, appendixes must be indicated in the text and presented in a new page following the references, identified by capitalized alphabet letters. Footnotes must be identified by Arabic numerals in the text and listed on a separate Page titled "Notes", following the references. Appendixes and footnotes should be included in the page limit for each submission modality.

References: the bibliographical references should be listed alphabetically at the end of the text, as in the Publication Manual of the American Psychological Association, **seventh edition** (APA, 2020).

of the American Psychiatric association at [www.apastyle.org](http://www.apastyle.org)

Quotations: quotations with less than 40 words should be incorporated into the text, between commas. Quotations with more than 40 words must appear without commas in a block-shaped paragraph, with each line indented 5 spaces from the left margin. Quotations with more than 500 words, reproduction of one or more figures, tables or other illustrations must have been authorized in writing by the copyright holder of the original work.

### **Copyright**

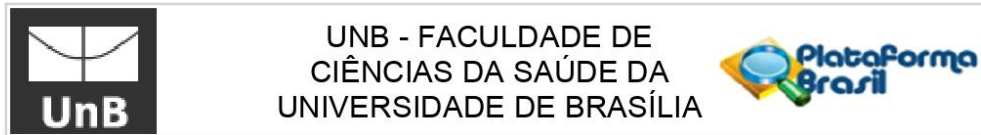
The Brazilian Journal of Cognitive Therapies holds copyright of all the papers it publishes. Publishing in any other Brazilian publication may only happen with the condition of citing the original source. Full or partial reproduction (more than 500 words of the text) of this journal's papers is conditioned to the written authorization from the Editors of the Brazilian Journal of Cognitive Therapies.

### **Manuscript review process**

Manuscripts that fit into the modalities specified above and rigorously follow the presentation rules will be included in the review process. An initial evaluation of the manuscript is performed by the journal's editorial board, in which quality, content relevance, adequacy to the modalities of submission and theoretical and methodological coherence are assessed. The paper is then forwarded to the members of the Editorial Board or *ad hoc* consultants of acknowledged competence in the field. They will issue decisions with the possibility of recommendation for acceptance, reformulation or rejection. After receiving the manuscript with the suggested modifications, the author will have a period of 15 days to perform the alterations. Suggestions that are not met require justification through an attached letter. The submission of such material must be made through SGP. The authors will receive the decision regarding their manuscript and, if accepted, a probable date for publication. A language revision might be performed by the Editorial Board for publishing the paper's final version. Substantial modifications should be made by the author, who will be previously notified and will be required to return the modified paper in a deadline determined by the editor. Submission of a paper to this journal implies in the authors' agreement to the rules and guidelines expressed above. Every manuscript submitted to the Brazilian Journal of Cognitive Therapies must be in accordance with governmental regulations and resolutions, as well as with ethic standards associated to the authors' fields or professional training and with international standards of ethics and integrity in scientific publications.



## ANEXO B – Parecer de Aprovação em Comitê de Ética



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Avaliação da responsividade ao estresse induzido em alunos de graduação dos cursos de saúde da Universidade de Brasília.

**Pesquisador:** Bruna Ferreira de Macedo

**Área Temática:**

**Versão:** 4

**CAAE:** 82412418.0.0000.0030

**Instituição Proponente:** Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília

**Patrocinador Principal:** FUND COORD DE APERFEICOAMENTO DE PESSOAL DE NIVEL SUP

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 2.918.387

#### Apresentação do Projeto:

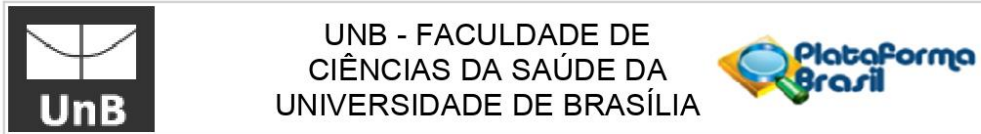
**Resumo:** “A rotina acadêmica em geral é muito estressante principalmente por conta de várias atividades que acontecem em decorrer do período letivo como provas, trabalhos, projetos, seminários, etc. Quando se inicia o semestre os alunos ainda estão se acostumando com a sua nova rotina e, com o semestre em andamento, essa rotina começa a gerar alguns distúrbios musculoesqueléticos. Esses distúrbios são quadros clínicos do sistema musculoesquelético adquiridos pelo estudante quando submetido a determinadas condições de estresse. Tais diagnósticos se caracterizam pela ocorrência de vários sintomas, recorrentes ou não, de aparecimento insidioso, geralmente nos membros superiores como pescoço e ombro, tais como dor, parestesia, sensação de peso e fadiga”.

**Desenho:** “Esta é uma pesquisa quantitativa que visa analisar, classificar e interpretar o “fenômeno físico” que irá mensurar o nível de estresse por diversos testes, será realizada através de entrevistas e questionários capazes de mensurar as variáveis em questão. A pesquisa será realizada na Universidade de Brasília, tendo como objeto de estudo alunos voluntários da própria universidade”.

**"Critério de Inclusão:** Os voluntários incluídos na pesquisa serão alunos da área da saúde da UnB (Campus Ceilândia), com idade de 18 a 30 anos ambos os sexos, que estejam matriculados nos cursos de saúde, saudáveis e que não façam uso de medicação controlada.

**Critério de Exclusão:** Serão excluídos sujeitos com histórico de doença ou condição grave ou que

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



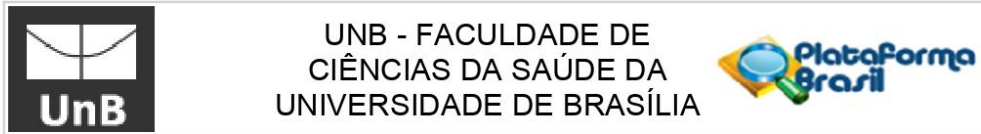
Continuação do Parecer: 2.918.387

possa reconhecidamente interferir nos dados a serem coletados (e.g., arritmia cardíaca severa, ou condição neurológica grave), que façam uso de medicamentos controlados e uso de marcapasso."

Ainda no projeto detalhado, lê-se:

"O exame da Polar (eletrocardiograma) não poderá ser realizado em indivíduos que fazem o uso de marca passo sem indicação médica. Caso contrário será excluído. O sujeito pode se cansar ou sentir-se desconfortável com o experimento. Medida preventiva: o objetivo de cada experimento será explicado aos sujeitos da pesquisa; será claramente oferecida aos sujeitos a possibilidade de interromper o procedimento por qualquer motivo, sem qualquer prejuízo ou necessidade de explicação. A dificuldade de entendimento do indivíduo em relação aos questionários. Uma das possíveis soluções seria a de questionários de simples de forma visual por exemplo. O indivíduo receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a). Caso contrário o pesquisador irá se responsabilizar por qualquer transtorno ocorrido. O indivíduo poderá se recusar a responder (ou participar de qualquer procedimento) qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo. Estes indivíduos serão excluídos da pesquisa. O sujeito que estiverem fazendo uso de medicações devem comunicar no procedimento de entrevista, principalmente os que fazem uso de remédios anti depressivos, relaxantes musculares, anticoagulantes. Caso façam uso serão excluídos da pesquisa, pois irão interferir

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

nos resultados. Se você aceitar participar, estará contribuindo para a ciência e para a sociedade da Universidade de Brasília"

**Objetivo da Pesquisa:**

"Objetivo Primário:

Avaliar a previsibilidade do aparecimento de sintomas de dor através do monitoramento do estresse.

Objetivo Secundário:

Mensurar o nível de estresse autonômico através da variabilidade Cardíaca. Avaliar o nível a responsividade através do monitoramento do apartamento dental por eletromiografia do músculo masseter. Analisar os sinais vitais dos estudantes. Mensurar o nível de estresse através do questionário Lipp. Aplicar o diagrama de Corlett e Manenica, analisar e quantificar as incidências e das dores e suas intensidades. Avaliar o nível de dor muscular através do algômetro. Descrever um possível mecanismo para o estresse através de intervenções de fatores autonômicos e somáticos".

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

A pesquisadora inclui como avaliação de riscos: "Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são reação alérgica ao eletrodo do Polar (eletrocardiograma). A medida preventiva seria a exclusão de sujeitos com histórico de alergia a metais ou hipersensibilidade a adesivos dermatológicos; as regiões da pele em contato com os

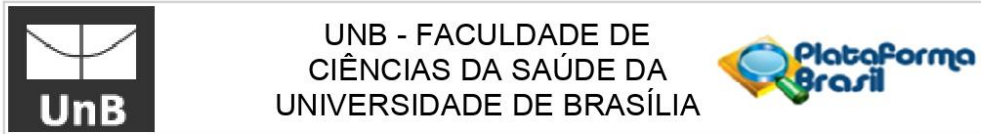
eletrodos serão monitoradas e em caso de irritação o experimento será interrompido.

Benefícios: Resultados sobre as possíveis causas do estresse. Para isso iremos medir o nível de responsividade dos alunos."

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Trata-se de projeto de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, sob orientação do Prof. Jorge Luis Lopes Zeredo. O estudo prevê a inclusão de 80 participantes de pesquisa, estudantes da área da saúde do Campus de Ceilândia da Universidade de Brasília, com idade entre 18 e 30 anos. Serão realizadas entrevistas e aplicados questionários que irão mensurar

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASÍLIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

o nível de estresse dos alunos Lipp, avaliação do nível de responsividade através do monitoramento do apartamento dental por eletromiografia do músculo masseter, diagrama de Corlett e Manenica que vão analisar e quantificar as incidências e das dores e suas intensidades, a mensuração da dor muscular através do aparelho algômetro e em seguida será realizado um eletrocardiograma em repouso. Serão também coletados dados antropométricos e histórico clínico. Orçamento detalhado no valor total de R\$7050,00, informa bolsa da CAPES. O cronograma de execução de atividades foi readequado e prevê início da etapa de coleta de dados (Aplicação dos questionários e testes de estresse) em 29/06/2018.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Documentos analisados para emissão do presente parecer:

- 1- Carta de encaminhamento "Carta.docx" e "CartaP.pdf", postados em 18/07/2018.
- 2- Informações básicas do projeto não editável  
"PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf" postado em 18/07/2018.
- 3- Termo de de concordância de coparticipação "TermoConcordCoparticip.jpg" e "TermoConcordCoparticip.doc", postados em 18/07/2018.
- 4- Cronograma da pesquisa atualizado "CronogramaNOVO.pdf" e "CronogramaNOVO.pdf", postados em 18/07/2018.
- 5- Projeto detalhado "ProjetoDoc.pdf" e "ProjetoDoc.docx", postados em 18/07/2018.
- 6- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido "TCLEFSNOVOO.pdf" e "TCLEFSNOVOO.doc", postados em 18/07/2018.

**Recomendações:**

Não se aplicam.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Análise das respostas às pendências apontadas no Parecer Consubstanciado No. 2.740.291:

1. Rever e adequar os critérios de exclusão. Para o participante de pesquisa ser excluído, ele deverá ter sido primeiramente incluído. Foram incluídos critérios de exclusão, a exemplo de "O individuo receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a). Caso contrário o pesquisador irá se responsabilizar por qualquer transtorno ocorrido", que é um esclarecimento que deve estar

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com





UNB - FACULDADE DE  
CIÊNCIAS DA SAÚDE DA  
UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA



Continuação do Parecer: 2.918.387

contido na redação do TCLE, mas não são se trata de critério de exclusão.

RESPOSTA: Documento do TCLE: 2 parágrafo ( Critérios de Exclusão e inclusão) Página 1; Os voluntários incluídos na pesquisa serão alunos da área da saúde da UnB (Campus Ceilândia), com idade de 18 a 30 anos ambos os sexos, que estejam matriculados nos cursos de saúde, saudáveis e que não façam uso de medicação controlada. Serão excluídos sujeitos com histórico de doença ou condição grave ou que possa reconhecidamente interferir nos dados a serem coletados (e.g., arritmia cardíaca severa, ou condição neurológica grave) , que façam uso de medicamentos controlados e uso de marcapasso.

ANÁLISE: A modificação foi incluída no arquivo

"PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf", postado em 15/03/2018. PENDÊNCIA ATENDIDA.

2. Os riscos da pesquisa relatados pela pesquisadora são "Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são reação alérgica ao eletrodo do Polar (eletrocardiograma). A medida preventiva seria a exclusão de sujeitos com histórico de alergia a metais ou hipersensibilidade a adesivos dermatológicos; as regiões da pele em contato com os eletrodos serão monitoradas e em caso de irritação o experimento será interrompido." Solicita-se descrever as medidas que serão tomadas em casos irritação, após a interrupção do teste. Detalhar o tipo de assistência que será dado ao participante, assim como a responsabilização por parte do pesquisador com quaisquer custos decorrentes de intercorrências. RESPOSTA: Riscos da Pesquisa Arquivo ProjetoDoc: Página 6 segundo parágrafo; Os voluntários incluídos na pesquisa serão

alunos da área da saúde da UnB (Campus Ceilândia), com idade de 18 a 30 anos ambos os sexos, que estejam matriculados nos cursos de saúde, saudáveis e que não façam uso de medicação controlada. Serão excluídos sujeitos com histórico de doença ou condição grave ou que possa reconhecidamente interferir nos dados a serem coletados (e.g., arritmia cardíaca severa, ou condição

neurológica grave) , que façam uso de medicamentos controlados e uso de marcapasso. Indivíduos que tem hipersensibilidade na pele e alergia a metais. Estima-se que a quantidade necessária de voluntários para atingir resultados satisfatórios é de 80 voluntários. Esta quantidade que, dado o andamento do estudo, pode ser alterado para um valor maior. Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são reação alérgica ao eletrodo do Polar (eletrocardiograma); as regiões da pele em contato com os eletrodos serão monitoradas e em caso de irritação o experimento será interrompido e o pesquisador irá arcar com todos os procedimentos adequados como consulta

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro

**Bairro:** Asa Norte

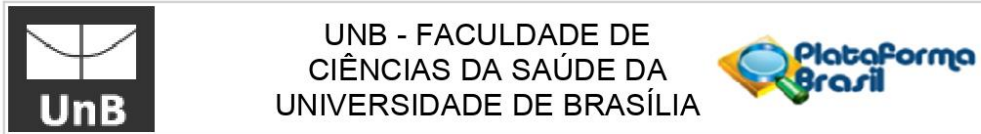
**CEP:** 70.910-900

**UF:** DF

**Município:** BRASILIA

**Telefone:** (61)3107-1947

**E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

médica e medicamentos necessários. O exame da Polar eletrocardiograma) não poderá ser realizado em indivíduos que fazem o uso de marca passo sem indicação médica e que tenham alergia a metais ou hipersensibilidade a adesivos dermatológicos. Caso contrário será excluído. O sujeito pode se cansar ou sentir-se desconfortável com o experimento. Medida preventiva: o objetivo de cada experimento será explicado aos sujeitos da pesquisa; será claramente oferecida aos sujeitos a possibilidade de interromper o procedimento por qualquer motivo, sem qualquer prejuízo ou necessidade de explicação. A dificuldade de entendimento do indivíduo em relação aos questionários. Uma das possíveis soluções seria a de questionários de simples de forma visual por exemplo. O indivíduo poderá se recusar a responder (ou participar de qualquer procedimento) qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo. Estes indivíduos serão excluídos da pesquisa. O sujeito que estiverem fazendo uso de medicações deveram comunicar antes de realizar a pesquisa, principalmente os que fazem uso de remédios antidepressivos, relaxantes musculares, anticoagulantes. Caso façam uso serão excluídos da pesquisa, pois irão interferir nos resultados. O principal benefício desta pesquisa será a contribuição para a ciência e para a sociedade da Universidade de Brasília. Resultados sobre as possíveis causas do estresse. Para isso iremos medir o nível de responsividade dos alunos. Critérios de Inclusão e Exclusão análise de riscos e benefícios 3 parágrafo do Projeto Doc ANÁLISE: A descrição dos riscos e benefícios foram modificadas, assim como a responsabilização por parte da pesquisadora, nos documentos "ProjetoDoc.pdf", "ProjetoDoc.docx" e "TCLEFS.doc", postados em 15/03/2018. PENDÊNCIA ATENDIDA.

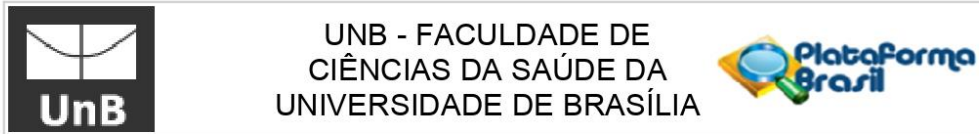
3. O arquivo do projeto detalhado não incluiu critérios de inclusão e exclusão, nem análise de riscos e benefícios. Solicita-se adequação. Tais adequações deverão ser realizadas também no projeto da Plataforma Brasil.

RESPOSTA: - Critérios de Inclusão e Exclusão análise de riscos e benefícios 3 parágrafo do Projeto Doc.

ANÁLISE: As inclusões de redação solicitadas foram atendidas nos arquivos "ProjetoDoc.pdf", "ProjetoDoc.docx" e "PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf", postados em 15/03/2018. PENDÊNCIA ATENDIDA.

4. Quanto ao documento "Institui.pdf", este é um termo de concordância da FCE como instituição

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

de estresse por diversos testes, será realizada através de questionários capazes de mensurar as variáveis em questão. A pesquisa será realizada na Universidade de Brasília, tendo como objeto de estudo alunos voluntários da própria universidade."

ANÁLISE: a modificação do texto com retirada sobre a realização de entrevistas foi realizada no arquivo "PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf, postado em 28/05/2018. PENDÊNCIA ATENDIDA.

6. Foi incluído o anexo "ficha de avaliação". Não consta em nenhum dos arquivos em que a pesquisa foi descrita, o uso da referida ficha. Caso a mesma seja o mencionado questionário a ser aplicado, solicita-se uniformizar os termos dos instrumentos de coleta de dados em todos os arquivos apresentados.

RESPOSTA: A pesquisa será realizada apenas através de questionários e a ficha de avaliação que irá conter dados antropométricos e dados pessoais. Alteração realizada na Página 6 primeiro parágrafo.

ANÁLISE: a inclusão do uso da ficha de avaliação foi incluída na metodologia dos arquivos "ProjetoDoc.pdf", "ProjetoDoc.docx" e "PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf", postados em 15/03/2018. PENDÊNCIA ATENDIDA.

7. Atualizar o cronograma prevendo o início da pesquisa para período posterior à aprovação pelo CEP. Ressalta-se que cabe ao pesquisador responsável aguardar a decisão de aprovação ética, antes de iniciar a pesquisa (Res. CNS 466/2012, item XI.2.a). Descrever mês/ano no cronograma do projeto detalhado, de modo a uniformizar as informações.

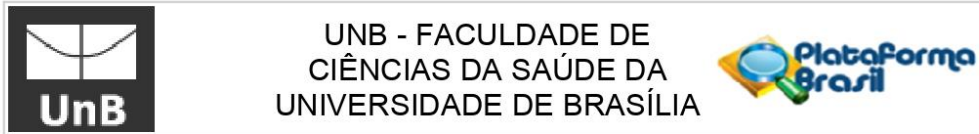
RESPOSTA: Atualização do Cronograma Mensal/ Anual

ANÁLISE: O cronograma foi atualizado, com previsão de início de aplicação do questionário no mês 7/2018, nos arquivos "CronogramaATUALIZADO.pdf" e "CronogramaATUALIZADO.docx", postados em 15/03/2018. Entretanto, no projeto detalhado essas modificações não foram realizadas nos arquivos "ProjetoDoc.docx" e "ProjetoDoc.pdf", postados também em 15/03/2018. Nesse, a previsão de aplicação do questionário permaneceu inalterada (mês 9/2017). Solicita-se uniformizar as informações sobre cronograma em todos os arquivos (cronograma, Projeto Básico da Plataforma Brasil e projeto detalhado).

RESPOSTA: Foi feita a atualização do Cronograma Novo com início previsto para as coletas em Agosto de 2018. Atualização no ProjetoNovo na página 10 e 11.

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com





Continuação do Parecer: 2.918.387

**ANÁLISE:** as datas foram uniformizadas com previsão do início da coleta em agosto de 2018, nos arquivos "PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf", "CronogramaNOVO.pdf", "CronogramaNOVO.docx", "ProjetoDocNOVO.docx" e "ProjetoDocNOVO.pdf", postados em 28/05/2018. **PENDÊNCIA ATENDIDA.**

8. Anexar os currículos Lattes dos pesquisadores na Plataforma Brasil.

**RESPOSTA:** não incluída na carta de resposta à pendências.

**ANÁLISE:** Os currículos Lattes da pesquisadora e orientador foram incluídos na Plataforma.

**PENDÊNCIA ATENDIDA.**

9. Quanto ao TCLE:

9.1 A pesquisadora relata que a pesquisa ocorrerá no laboratório de Fisiologia, e no projeto detalhado menciona laboratório de Biofísica da FCE. Uniformizar as informações.

**RESPOSTA:** Será realizada no Laboratório de Fisiologia da UnB Campus Ceilândia.

Página 8 . Primeiro Parágrafo Documento: Projeto.Doc Os equipamentos necessários para esta pesquisa estão disponíveis no Laboratório de Fisiologia da FCE/UnB. Os métodos são relativamente simples, não invasivos e seguros, e o custo operacional é baixo.

**ANÁLISE:** As informações foram uniformizadas nos arquivos "TCLEFS.doc", "ProjetoDoc.pdf", "ProjetoDoc.docx", postados em 15/03/2018. **PENDÊNCIA ATENDIDA.**

9.2 Incluir as modificações solicitadas na pendência 2 acerca dos riscos da pesquisa.

**RESPOSTA:** Documento do TCLE: 2 parágrafos (Critérios de Exclusão e inclusão) Página 1;

**ANÁLISE:** as modificações foram incluídas no TCLE. **PENDÊNCIA ATENDIDA.**

10. Solicita-se substituir o termo "sujeito" por "participante de pesquisa" ao longo do texto do TCLE e demais documentos (Res. CNS 466/2012, item II.10).

**RESPOSTA:** Foi realizada a substituição do termo nas páginas 1 e 2 do TCLENOVO. Foi modificado no Projeto Básico da Plataforma Brasil, no item Detalhamento do estudo (página 4), foi substituído em resumo, introdução, objetivo primário e secundário e riscos.

**ANÁLISE:** o termo "sujeito" permanece nos arquivos "TCLEFSNOVO.pdf", "TCLEFSNOVO.doc", "ProjetoDocNOVO.pdf" e "ProjetoDocNOVO.docx", postados em 28/05/2018.

**RESPOSTA:** Foi realizada a alteração no Documento TCLEFSNOVOO nas páginas 1 e 2.

**ANÁLISE:** As adequações foram realizadas. **PENDÊNCIA ATENDIDA.**

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro

**Bairro:** Asa Norte

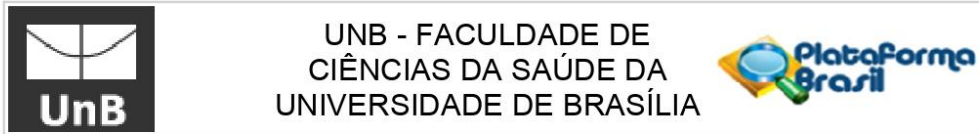
**CEP:** 70.910-900

**UF:** DF

**Município:** BRASÍLIA

**Telefone:** (61)3107-1947

**E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

11. Solicita-se reapresentar o documento "TermoConcordCoparticp.pdf", postado em 15/03/2018, na qual o diretor da FCE autoriza a realização do estudo com os alunos da FCE. O documento deverá ser impresso, as assinaturas de próprio punho e carimbo coletados e somente então digitalizado e postado na Plataforma Brasil.

RESPOSTA: Assim como foi pedido foi retirado este documento de instituição coparticipante

ANÁLISE: Foi solicitado, conforme apontado na pendência apresentada, que o documento seja impresso, carimbado e assinado e então reapresentado, e não excluído, conforme resposta da pesquisadora. Solicita-se atender à solicitação da pendência.

RESPOSTA: A documentação está sendo novamente postada como documento TermoConcordCoparticp.

ANALISE: O documento foi reinserido, devidamente assinado. PENDÊNCIA ATENDIDA.

12. Considerando-se que o estudo será realizado dentro da mesma instituição, a UnB, e que o diretor da FCE, Prof. Araken dos SW Rodrigues autoriza a realização do estudo com os alunos da FCE, solicita-se retirar o Programa de Pós-Graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde/FCE-UnB como centro coparticipante no projeto da Plataforma Brasil.

RESPOSTA: Foi excluído dos documentos.

ANÁLISE: O Programa de Pós-Graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde/FCE-UnB permaneceu inserido como centro coparticipante no projeto da Plataforma Brasil, no anexo

"PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1050504.pdf", postado em 28/05/2018. Solicita-se remover. PENDÊNCIA NÃO ATENDIDA

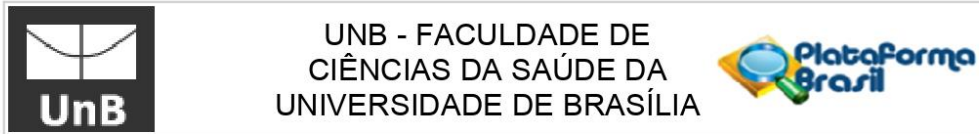
Resposta: Foi retirado na pagina 5 da plataforma Brasil.

Análise: a solicitação foi atendida, com retirada do Programa Pós-Graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde/FCE-UnB da Plataforma Brasil. PENDÊNCIA ATENDIDA.

13. Solicita-se reapresentar os documentos "cartaencaminhprojeto.pdf" e "TermoRespCompromPesq.pdf", postados em 24/01/2018. Os documentos deverão ser impressos, assinados de próprio punho e somente então digitalizados e postados na Plataforma Brasil.

RESPOSTA: Foi anexado novamente como Carta de encaminhamento NOVO e Termo de Responsabilidade NOVO.

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

**ANÁLISE:** Os documentos solicitados foram devidamente assinados e anexados na Plataforma Brasil, com os anexos "cartaencaminhamentoNOVO.pdf" e "TermoRespCompromPesqNOVO.pdf", postados em 28/05/2018. **PENDÊNCIA ATENDIDA.**

**Conclusão:** Todas as pendências foram atendidas. Não há óbices éticos para a realização deste projeto. Protocolo de pesquisa está em conformidade com a Resolução CNS 466/2012 e Complementares.

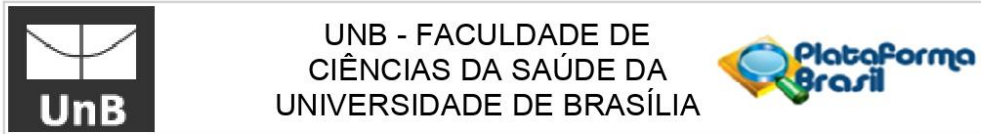
**Considerações Finais a critério do CEP:**

De acordo com a Resolução CNS 466/12, itens X.1.- 3.b. e XI.2.d, o pesquisador responsável deverá apresentar relatórios parcial semestral e final do projeto de pesquisa, contados a partir da data de aprovação do protocolo de pesquisa.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1050504.pdf	18/07/2018 11:47:43		Aceito
Outros	TermoConcordCoparticip.jpg	18/07/2018 11:46:59	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	TermoConcordCoparticip.doc	18/07/2018 11:46:43	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEFSNOVOO.pdf	18/07/2018 11:45:54	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEFSNOVOO.doc	18/07/2018 11:45:43	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoDoc.pdf	18/07/2018 11:44:36	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoDoc.docx	18/07/2018 11:44:25	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Cronograma	CronogramaNOVO.pdf	18/07/2018 11:43:55	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Cronograma	CronogramaNOVO.docx	18/07/2018 11:43:44	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	Carta.docx	18/07/2018	Bruna Ferreira de	Aceito

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.918.387

Outros	Carta.docx	11:42:34	Macedo	Aceito
Outros	CartaP.pdf	18/07/2018 11:41:49	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	cartaencaminhamentoNOVO.pdf	28/05/2018 14:45:06	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	cartaencaminhamentoNOVO.doc	28/05/2018 14:43:12	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	TermoRespCompromPesqNOVO.pdf	28/05/2018 14:36:34	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	TermoRespCompromPesqNOVO.doc	28/05/2018 14:35:53	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	CurriuloOrientador.pdf	15/03/2018 17:51:34	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	CurriculoBruna.pdf	15/03/2018 17:49:02	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	24/01/2018 16:51:01	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Orçamento	Orcamento.doc	24/01/2018 16:49:21	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	TermoRespCompromPesq.pdf	24/01/2018 16:43:48	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	TermoRespCompromPesq.doc	24/01/2018 16:42:57	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	FICHADEAVA.docx	24/01/2018 16:36:22	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Outros	FICHADEAV.pdf	24/01/2018 16:35:30	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito
Folha de Rosto	Folha.pdf	10/01/2018 21:14:32	Bruna Ferreira de Macedo	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

BRASILIA, 26 de Setembro de 2018

Assinado por:  
**Marie Togashi**  
(Coordenador(a))

**Endereço:** Faculdade de Ciências da Saúde - Campus Darcy Ribeiro  
**Bairro:** Asa Norte **CEP:** 70.910-900  
**UF:** DF **Município:** BRASILIA  
**Telefone:** (61)3107-1947 **E-mail:** cepfsunb@gmail.com

## ANEXO C – Escala Visual Analógica (EV)

### Escala Visual de Estresse

Marque com o X o quanto você se acha estressado no momento:

**\*Definição de Estresse:** Exaustão física ou emocional provocada por várias e distintas razões, por sofrimento, doença, cansaço, pressão, trauma, sendo definida pela perturbação da homeostasia (Equilíbrio), que leva o organismo a se adaptar através do aumento da secreção de adrenalina.

