



## RELAÇÃO ENTRE A AUTOPERCEPÇÃO DOS NÍVEIS DE ESTRESSE PSICOLÓGICO E ALTERAÇÕES NOS NÍVEIS DE CORTISOL EM ESTUDANTES DE MEDICINA

André Soares da Cunha <sup>1</sup>, Thiago de Oliveira Assis<sup>2</sup>

### RESUMO

A alta prevalência do estresse psicológico no âmbito universitário, especialmente entre os estudantes de medicina, é preocupante tanto no contexto educativo, quanto em termos de saúde pública. Diante desse cenário, o presente projeto buscou compreender a relação entre a autopercepção dos níveis de estresse psicológico e alterações dos níveis de cortisol entre acadêmicos de medicina. Quanto ao método, trata-se de um estudo quantitativo, analítico, de delineamento transversal, que foi realizado na Unidade Acadêmica de Medicina do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde e no Hospital Universitário Alcides Carneiro da Universidade Federal de Campina Grande. Participaram da pesquisa 141 acadêmicos de medicina, entre o 1º e o 6º períodos, tentou-se manter um número relativamente equivalente de participantes masculinos e femininos. A análise dos dados foi feita através do software estatístico SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versão 23 para a realização das análises descritivas e inferenciais. Foi enfatizado os fatores da autopercepção do estresse acadêmico e dos níveis de estresse, avaliados em duas escalas de teste validadas, e correlacionou-se com a resposta fisiológica neuroendócrina de alterações de níveis de cortisol. Verificou-se que os discentes do primeiro e quinto períodos foram identificados como apresentando níveis mais elevados de estresse, bem como encontrando se em fases mais avançadas de estresse, quando comparados aos estudantes dos demais períodos. Particularmente, verificou-se que o sexo feminino apresentou escores mais elevados na Escala de Lipp, sugerindo uma maior predisposição ao estresse entre as mulheres na amostra estudada. Contudo, esses achados não demonstraram correlação significativa com alterações nos níveis de cortisol ou com a Escala de Estresse Percebido. Conclui-se que Apesar da ausência de correlação fisiológica direta na resposta do cortisol, o estudo revela que uma porcentagem considerável de estudantes que encontram se nas fases de "resistência" e "exaustão" na escala de LIIP evidenciando como a desgastante rotina acadêmica predispõe os estudantes de medicina ao estresse, além de níveis moderados de estresse percebido avaliados na escala de PSS – 14. podendo acarretar no adoecimento mental e perda da qualidade de vida. Espera-se, que as informações obtidas neste estudo subsidiem futuras pesquisas nesse tema e intervenções, por parte da comunidade acadêmica, de suporte pedagógico e psicológico junto a esses estudantes.

**Palavras-chave:** Estudantes de medicina; Estresse psicológico, Autopercepção do estresse; níveis de cortisol.

<sup>1</sup>Graduando em Medicina, Unidade Acadêmica de Medicina, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: andre.cunha@estudante.ufcg.edu.br

<sup>2</sup>Doutor em Ciências Morfológicas pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, UFRJ, Brasil. Docente da Unidade Acadêmica de Medicina, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: Thiago.oliveira@professor.ufcg.edu.br

# RELAÇÃO ENTRE A AUTOPERCEPÇÃO DOS NÍVEIS DE ESTRESSE PSICOLÓGICO E ALTERAÇÕES NOS NÍVEIS DE CORTISOL EM ESTUDANTES DE MEDICINA

## ABSTRACT

The high prevalence of psychological stress in university settings, particularly among medical students, raises significant concerns both in educational contexts and in public health. In light of this, the present study aimed to investigate the relationship between the self-perception of psychological stress and alterations in cortisol levels among medical students. This is a quantitative, analytical, cross-sectional study conducted at the Academic Unit of Medicine of the Biological and Health Sciences Center and the Alcides Carneiro University Hospital at the Federal University of Campina Grande. A total of 141 medical students from the 1st to 6th periods participated, with efforts made to maintain a relatively balanced representation of male and female participants. Data analysis was performed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) software, version 23, for descriptive and inferential analyses. The study emphasized the factors related to academic stress self-perception and stress levels, assessed using two validated stress scales, and correlated these with the neuroendocrine physiological response in terms of cortisol level alterations. It was found that students in the first and fifth periods exhibited higher levels of stress and were in more advanced stress phases compared to students in other periods. Notably, female students showed higher scores on the Lipp Stress Symptom Inventory, suggesting a greater predisposition to stress among women in the sample. However, these findings did not show a significant correlation with cortisol level changes or the Perceived Stress Scale (PSS). The study concludes that, despite the absence of a direct physiological correlation with cortisol responses, a considerable percentage of students were identified in the "resistance" and "exhaustion" phases on the Lipp scale, highlighting how the demanding academic routine predisposes medical students to stress. Additionally, moderate stress levels were observed on the PSS-14 scale, which may contribute to mental health deterioration and reduced quality of life. It is hoped that the findings from this study will support future research on the topic and inform academic community interventions, providing pedagogical and psychological support to these students.

**Keywords:** Medical students; Psychological stress; Stress self-perception; Cortisol level

