



ANSIEDADE, ESTRESSE E DOR EM UNIVERSITÁRIOS CURSANDO AS DISCIPLINAS DE MONOGRAFIAS

Sara Barbosa Silva

Universidade Regional do Cariri-URCA / Educação Física / Iguatu – Ceará, Brasil /
sara.silvaa@urca.br

José Victor Souza dos Santos

Joyce Maria Leite e Silva

INTRODUÇÃO: Os distúrbios psicossociais são bastante associados a dores musculoesqueléticas crônicas, tendo isso em vista que o ambiente acadêmico se torna um espaço que desperta o interesse de pesquisadores sobre os níveis e complicações dos distúrbios musculoesqueléticos e psicossociais. **OBJETIVO:** Analisar os níveis de ansiedade, estresse e sua associação com dor musculoesquelética em universitários cursando a disciplina de monografia I e monografia II. **METODOLOGIA:** Estudo longitudinal realizado com 41 alunos do curso de Educação Física de ambos os sexos cursando as disciplinas de Monografias I e II. Foram utilizados os questionários de Escala de Percepção de Estresse-10, Inventário de ansiedade de Beck e Diagrama de Corlett avaliados mensalmente durante o semestre. O teste t de Student foi utilizado para caracterização da intensidade da dor e o teste t independente para comparação da dor entre os sexos e o teste t pareado para comparação da intensidade de dor. **RESULTADOS:** Na primeira avaliação (início do semestre), no segundo momento (véspera de apresentação da monografia) e no terceiro momento (dia da apresentação da monografia) quem apresentou dor teve um maior nível de estresse ($28,2 \pm 3,8$), ($25,5 \pm 5,9$) e ($26,6 \pm 5,5$) na devida ordem, conforme o teste t pareado [$t(39)=3.038; p=0,004$], [$t(39)=1.602; p=0,117$] e [$t(39)=2.430; p=0,020$] respectivamente. Com relação aos níveis de ansiedade e dor, apresentaram dor tiveram um maior nível de ansiedade ($26,6 \pm 17,5$) apresentando significância estatística conforme teste t pareado [$t(39)=2.028; p=0,049$]. Já no segundo e terceiro momento, a ocorrência de dor crônica não apresentou significância estatística com os níveis de ansiedade do segundo momento ($24,2 \pm 13,0$) e terceiro momento ($24,4 \pm 16,3$) de acordo com o teste t pareado [$t(39)=1.838; p=0,074$] e [$t(39)=0.521; p=0,606$] respectivamente. **CONCLUSÃO:** são de grande valia para a prevenção e controle desses distúrbios musculoesqueléticos e distúrbios psicossociais nos estudantes, sugerindo a importância da promoção de práticas de um estilo de vida mais saudável por meio da prática de atividade física e acompanhamento psicoterapêutico.

Palavras-chaves: Universitários. Estresse. Ansiedade. Dor musculoesquelética crônica.