

## **AVALIAÇÃO DE ESTRESSE: UMA REVISÃO DA LITERATURA**

**BALTAR, Dienner Josieli Jorge Bueno**<sup>1</sup> (diennerbueno@gmail.com); **CORREIA, Luciana Leonetti**<sup>2</sup> (lucianacorreia@ufgd.edu.br);

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Psicologia/FCH/UFGD;

<sup>2</sup> Orientadora e Docente do curso de Psicologia/ FCH/UFG;

O estresse corresponde a reações do organismo com componentes físicos e/ ou psicológicos. Considerando as consequências do estresse para o bem-estar físico, mental e emocional do indivíduo, a avaliação por meio de instrumentos com parâmetros psicométricos satisfatórios permite minimizar o impacto e os efeitos nocivos do estresse para o indivíduo. Dessa forma, a presente revisão teve por objetivo analisar a produção científica entre 2009 a 2015 de estudos empíricos sobre a avaliação do estresse em adultos no Brasil, focalizando-se nos instrumentos de avaliação. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura com os seguintes descritores: estresse e adultos. Quanto aos critérios de inclusão, foram selecionados apenas artigos empíricos os quais avaliaram o estresse na população adulta, com idade acima dos 18 anos e de ambos os sexos. Foram encontrados 22 artigos relacionados à avaliação do estresse em adultos. Os mesmos foram analisados em função de sua pertinência com o objetivo proposto. Em relação aos resultados, verificou-se que 17 artigos encontrados avaliaram o estresse por meio do Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp (ISSL) e cinco estudos utilizaram outros diferentes instrumentos. Nos 17 artigos encontrados que avaliaram o estresse por meio do ISSL, verificou-se amostras bastante diversificadas: profissionais da saúde, mulheres, profissionais da educação, estudantes, trabalhadores e pacientes cirúrgicos. Esses estudos utilizaram a ISSL para identificar a presença do estresse, fase de estresse na qual a pessoa se encontra e a predominância dos sintomas, se físico ou psicológico. Portanto, nestes estudos, verificou-se que, quanto a presença de estresse, essa variou de 36% a 96%, apontando para altas prevalências em amostras clínicas; a resistência foi a fase predominante e corresponde a exigência de um maior esforço dos indivíduos na tentativa dos mesmos restabelecerem o seu equilíbrio interno e, a predominância da sintomatologia psicológica quando comparada a sintomatologia física, devido a um comprometimento maior de aspectos psicológicos correlacionados com funções da cognição do que em relação aos aspectos físicos associados a sintomatologia do estresse. Em outros cinco estudos, a avaliação do estresse foi realizada por instrumentos específicos, tais como o Teste de Estresse Psíquico para o Voleibol, o questionário Índice de Estresse Parental, entrevista e por meio de escalas do tipo dicotômica e de Likert. Sendo assim, concluiu-se que, cada forma de avaliação de estresse terá vantagens e desvantagens e, cabe ao pesquisador e/ou profissional escolher o instrumento mais adequado aos seus objetivos e à população a ser avaliada, seja na sua utilização em pesquisas, triagem clínica ou na verificação da eficiência da intervenção proposta. Além disso, o ISSL, além de ser um instrumento amplamente usado, pode ser considerado confiável para a avaliação de indicadores de estresse na população brasileira.

**Palavras-chaves:** Estresse, adultos, avaliação.

**Agradecimentos:** Ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/UFGD) pela concessão de bolsa de iniciação.