



## **AValiação DO ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA DE PRÉ-VESTIBULANDOS**

**Yasmim da Silva Loureiro<sup>1</sup> Carmem Dolores de Sá Catão<sup>2</sup>**

### **RESUMO**

A etapa do vestibular é decisória para o futuro da maioria dos jovens no presente século, influenciando na saúde emocional e processo de aprendizado. O processo seletivo recobra dos indivíduos maturidade para que saibam lidar com as dificuldades, gerando um nível elevado de estresse que interfere tanto no processo de aprendizado, quanto na convivência social destes indivíduos, rebaixamento assim o nível de qualidade de vida. Neste contexto, a presente pesquisa teve por objetivo avaliar o estresse e a qualidade de vida dos pré-vestibulandos. Foi realizado um estudo do tipo transversal, desenvolvido por meio de pesquisa de campo, através de um questionário autoaplicável. O processamento, armazenamento e análise dos dados foram realizados através do programa estatístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 21.0. A pesquisa foi executada na Escola Cidadã Integral Técnica Estadual Dr. Elpídio de Almeida, em Campina Grande/PB e aprovado pelo Comitê de Ética de pesquisa local. Participaram do estudo 217 estudantes. Os resultados obtidos demonstram que 51% dos vestibulandos avaliaram a sua qualidade de vida como boa a muito boa, tendo a média qualidade de vida beirando aos 60 pontos. As menores médias se deram nos estudantes do gênero feminino, sendo mais evidente nos aspectos físicos e psicológicos. Além disso, observou-se presença sintomas físicos relacionados ao estresse no domínio físico influenciando a qualidade do aprendizado. Pode-se concluir que existe uma maior necessidade de conscientização dos estudantes quanto aos aspectos que melhorem as suas respectivas qualidades de vida e a relação que esta tem sob o rendimento educacional final, em busca do ingresso na universidade e/ou campo de trabalho.

**Palavras-chaves:** Estresse; Qualidade de vida; Pré-vestibulandos

---

<sup>1</sup>Aluna do curso de Medicina, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: [y.loureiro@yahoo.com.br](mailto:y.loureiro@yahoo.com.br)

<sup>2</sup>Professora Doutora do Curso de Medicina, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, UFCG, Campina Grande, PB, e-mail: [cataocarmem@gmail.com](mailto:cataocarmem@gmail.com)



## ***EVALUATION OF STRESS AND QUALITY OF LIFE OF PREVENTANTS***

### **ABSTRACT**

The entrance exam stage is decisive for the future of most young people in the present century, influencing the emotional health and learning process. The selection process gets maturity individuals to know how to cope with difficulties, generating a high level of stress that interferes both in the learning process and in the social coexistence of these individuals, thus lowering the quality of life level. In this context, the present research aimed to evaluate the stress and quality of life of pre-university students. A cross-sectional study was carried out through field research using a self-administered questionnaire. Data processing, storage and analysis were performed using the statistical program SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), version 21.0. The research was carried out at the Dr. Elpídio de Almeida State Technical Integral Citizen School in Campina Grande / PB and approved by the local Research Ethics Committee. 217 students participated in the study. The results show that 51% of college entrance exams rated their quality of life as good to very good, with the average quality of life approaching 60 points. The lowest averages were in female students, being more evident in the physical and psychological aspects. In addition, physical symptoms related to stress in the physical domain were observed, influencing the quality of learning. It can be concluded that there is a greater need for students to be aware of the aspects that improve their quality of life and the relationship it has under the final educational performance, seeking entry to the university and / or field of work.

**Keywords Stress; Quality of life; Pre-university entrance exams.**