

PROGRAMA DE CONTROLE DO STRESS PARA ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Carla de Oliveira¹; Neide Aparecida Micelli Domingos²

¹Discente da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto 4º ano de Enfermagem;

²Docente do Departamento de Psiquiatria e Psicologia Médica da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto

Fonte de Financiamento: PIBIC 2011-2012

Introdução: Ações de promoção de saúde têm sido amplamente estimuladas e visam à adoção de estilo de vida saudável. Comportamentos relacionados ao estilo de vida são passíveis de mudanças e merecem atenção primária desde a infância. **Objetivo:** Propor e avaliar programa de controle de stress para alunos do ensino fundamental. Participaram do estudo, 11 alunos (sete do grupo intervenção e quatro do grupo controle) do período diurno do ensino fundamental da rede de ensino municipal de São José do Rio Preto/SP, de ambos os sexos. **Metodologia:** Foi aplicado um protocolo contendo os seguintes instrumentos: ficha de identificação, inventário de stress e de comportamento. O programa foi aplicado em nove sessões, uma vez por semana com duas horas de duração. **Resultados:** Antes da intervenção 5 crianças (71,4%) do grupo intervenção apresentaram sintomas de stress e todos apresentaram sintomas de ansiedade. Após a intervenção, participaram da avaliação quatro crianças, sendo que três (75%) apresentaram tanto sintomas de stress quanto de ansiedade. Em relação ao grupo controle, duas crianças (50%) apresentaram sintomas de stress e nenhuma apresentou sintomas de ansiedade. Ao final do programa o grupo controle também foram e apenas duas retornaram para responder os questionários, sendo que as duas crianças apresentaram sintomas de stress e uma apresentou sintomas de ansiedade. Estudo realizado por Lipp, Arantes, Buriti e Witzig, nas cidades de São Pulo, Engenheiro Coelho e Mogi das Cruzes também com o mesmo instrumento, identificaram 12,5% de crianças com sintomas de stress. Outro estudo realizados por Whitaker, Johnson, Silverman, apontam que a prevalência de transtornos de ansiedade variam entre 2,7 à 4,6% em crianças e adolescentes. **Conclusão:** Há uma necessidade de intervenção nas crianças, uma vez que a maior parte delas apresentaram sintomas de stress e/ou ansiedade.