

## CORELAȚIA DINTRE STRESUL ACADEMIC ȘI STAREA DE BINE PRINTRE STUDENȚII MEDICINIȘTI

Maia SUMAN, Patricia GORIUC, Aliona SERBULENCO

Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Republica Moldova

*Autor corespondent: Maia Suman, e-mail: maiasuman2003@gmail.com*

**Cuvinte-cheie:**  
*stres, studenți, epuizare, sănătate mintală, stare de bine.*

**Introducere.** Educația medicală este un proces solicitant și exigent care provoacă, de cele mai multe ori, nivele ridicate de stres, epuizare și sindrom burnout în rândul studenților mediciști, prezentând un risc semnificativ crescut de apariție în domeniul medical, comparând cu alte sfere de activitate. Stresul experimentat de aceștia are un impact negativ asupra rezultatelor academice, comportamentului și sănătății mintale și fizice.

**Scopul.** Scopul acestei lucrări este de a determina nivelele de stres ale studenților la medicină, de a explora cauzele, consecințele și potențialele metode de management ale acestuia, precum și de a examina indicele stării de bine.

**Material și metode.** Studiul a fost efectuat prin completarea unui sondaj, utilizând formulare online, distribuite studenților din anul II din cadrul Universității de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”. Formularul a inclus întrebări legate de nivelele de stres, cauzele stresului: cerințele academice, responsabilități clinice, presiuni personale și constrângeri financiare, consecințele stresului: fiziologice, emoționale, comportamentale și cognitive, și metode de management: informarea, conștientizarea și dezvoltarea. Răspunsurile au fost analizate utilizând metode statistice pentru a identifica tiparele și relațiile dintre nivelele de stres și varietatea de factori stresogeni experimentați de studenții mediciști, care au fost evaluate după scala stresului perceput (PSS), starea de bine percepută prin scala de cinci itemi a Organizației Mondiale a Sănătății (WHO-5) ș.a. Studiul a fost efectuat pe un eșantion de 150 de studenți (66,7% femei și 33,3% bărbați), cu vârsta medie cuprinsă între 20,9±3,7 ani, din anul II, Facultatea de Medicină, limba română.

**Rezultate.** În urma cercetării s-a constatat că studenții la medicină se confruntă cu stresul din cauza unei varietăți de factori, care pot duce inclusiv la simptome fizice, de exemplu: oboseala, dureri de cap și tulburări gastrointestinale, precum și simptome psihologice, precum anxietate, depresie și epuizare. Pentru o abordare holistică, am comparat rezultatele obținute cu cele ale unui studiu similar, efectuat în UMF „Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca, în care au participat 91 de studenți cu vârsta medie de 20,9±3,7 ani, dintre care 52,7% femei și 47,3% bărbați, ceea ce ne-a permis să identificăm factorii de stres comuni și potențialele consecințe în diferite medii.

**Concluzii.** Studiul evidențiază stresul cu care se confruntă studenții la medicină și potențialele efecte negative ale acestuia. Analiza cauzelor și consecințelor stresului la studenții mediciști este esențială pentru a identifica metode eficiente de management al acestuia pentru a asigura bunăstarea lor, succesul academic și creșterea profesională atât în timpul studiilor, cât și după finalizarea lor. Nivelul de stres printre studenții diferitor universități este aproximativ același, ceea ce evidențiază necesitatea implementării schimbărilor sistemice pentru promovarea bunăstării studenților la medicină.