

Aptidão psicológica e vocacional dos estudantes de enfermagem no primeiro contacto clínico: implicações para a formação profissional

Psychological and vocational aptitude of nursing students during first clinical contact: implications for professional training

Aptitud psicológica y vocacional de los estudiantes de enfermería en el primer contacto clínico: implicaciones para la formación profesional

Marinela Sepalanga Vasco¹; Victorino Correia Kinhama²; Ângelo António João³; Ariane da Conceição Moma Henrique⁴; Jerónimo Eduardo Luis Maneco⁵; Sabino Marques Joaquim⁶; Justino David Kamola⁷; António Lumbombo Agostinho Palanca⁸; Jacinto Sanambi Savita⁹

Resumo: O primeiro estágio clínico representa uma etapa crítica na formação em Enfermagem, marcando a transição da aprendizagem teórica para a prática clínica profissional. Durante esse período, a ansiedade, o estresse, a vocação profissional e a preparação emocional podem influenciar significativamente a

¹ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0002-7816-1333>

² Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0000-0002-6528-6607>

³ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0004-9140-9131>

⁴ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0002-4931-2913>

⁵ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0000-5938-9434>

⁶ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0006-2984-9691>

⁷ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0001-3346-5563>

⁸ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0002-2882-9788>

⁹ Instituto Superior Privado do Waku-Kungo –Cuansa Sul/ Angola: <https://orcid.org/0009-0004-9958-2203>

adaptação dos estudantes ao ambiente clínico e o desenvolvimento de competências profissionais. O objetivo deste estudo é avaliar a preparação psicológica e vocacional dos estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico, analisando a influência de fatores emocionais e educacionais em sua adaptação à prática profissional. Foi realizado um estudo descritivo, transversal e quantitativo com 113 estudantes do segundo ano de Enfermagem do Instituto Superior Privado do Waku-Kungo, em Angola. Os dados foram coletados por meio de um questionário estruturado, organizado em dimensões sociodemográficas, vocacionais, psicológicas, fisiológicas e educacionais, utilizando escalas do tipo Likert. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva. A maioria dos participantes relatou ter escolhido a Enfermagem por vocação profissional. No entanto, foram identificados níveis consideráveis de ansiedade, medo de cometer erros, insegurança e dificuldades de adaptação durante o primeiro estágio clínico. A supervisão clínica, a aprendizagem baseada em simulação, a preparação psicológica e o desenvolvimento da resiliência foram reconhecidos como fatores essenciais para melhorar a autoconfiança, a estabilidade emocional e a competência profissional. A preparação para o primeiro estágio clínico depende não apenas do conhecimento técnico, mas também da preparação psicológica, da orientação vocacional e do apoio institucional. As instituições de ensino superior devem fortalecer os programas de preparação psicológica, a simulação clínica, o desenvolvimento das competências emocionais e a orientação vocacional, a fim de facilitar a transição dos estudantes para a prática clínica e promover a formação de enfermeiros competentes e emocionalmente resilientes.

Palavras-chave: Enfermagem; Estágio Clínico; Ansiedade; Vocação Profissional; Competência Clínica.

Abstract: The first clinical placement represents a critical stage in nursing education, marking the transition from theoretical learning to professional clinical practice. During this period, anxiety, stress, professional vocation, and emotional preparedness may significantly influence students' adaptation to the clinical environment and the development of professional competencies. The objective is evaluating the psychological and vocational readiness of nursing students during their first clinical placement, analysing the influence of emotional and educational factors on their adaptation to professional practice. A descriptive, cross-sectional, quantitative study was conducted with 113 second-year nursing students from the Instituto Superior Privado do Waku-Kungo, Angola. Data were collected using a structured questionnaire organised into sociodemographic, vocational, psychological, physiological, and educational dimensions, employing Likert-type scales. Data were analysed using descriptive statistics. Most participants reported choosing nursing based on professional vocation. However, considerable levels of anxiety, fear of making mistakes, insecurity, and adaptation difficulties were identified during the first clinical placement. Clinical supervision, simulation-based learning, psychological preparation, and resilience development were recognised as essential factors for improving self-confidence, emotional stability, and professional competence. Readiness for the first clinical placement depends not only on technical knowledge but also on psychological preparation, vocational orientation, and institutional support. Higher education institutions should strengthen psychological preparation programmes, clinical simulation, emotional competence development, and vocational guidance to facilitate students' transition into clinical practice and promote the education of competent and emotionally resilient nurses.

Keywords: Nursing; Clinical Placement; Anxiety; Professional Vocation; Clinical Competence.

Resumen: La primera práctica clínica constituye una etapa decisiva en la formación del estudiante de Enfermería, caracterizada por la transición entre el aprendizaje teórico y la práctica asistencial. Durante este proceso, la ansiedad, el estrés, la inseguridad y la vocación profesional pueden influir en la adaptación al entorno hospitalario y en el desarrollo de las competencias clínicas. El objetivo evaluar la aptitud psicológica y vocacional de los estudiantes de Enfermería durante la primera práctica clínica, analizando la influencia de los factores emocionales y formativos en el proceso de adaptación profesional. Se realizó un estudio descriptivo, transversal y cuantitativo con 113 estudiantes de segundo año de la Licenciatura en Enfermería del Instituto Superior Privado de Waku-Kungo, Angola. Los datos se recogieron mediante un cuestionario estructurado con escalas tipo Likert, analizándose mediante estadística descriptiva. Los resultados mostraron que la mayoría de los estudiantes eligió la carrera por vocación. Sin embargo, se observaron niveles importantes de ansiedad, miedo a cometer errores, inseguridad y dificultades de adaptación durante la primera práctica clínica. Asimismo, la supervisión docente, la simulación clínica, la preparación psicológica y el fortalecimiento de la resiliencia fueron identificados como elementos fundamentales para el desarrollo de la confianza y de las competencias profesionales. Se concluye que el éxito en la primera práctica clínica depende no solo de los conocimientos técnicos, sino también de la preparación emocional, la orientación vocacional y el apoyo institucional. Se recomienda fortalecer programas de preparación psicológica, simulación clínica y desarrollo de competencias socioemocionales para mejorar la formación integral de los futuros profesionales de Enfermería.

Palabras clave: Enfermería; Práctica Clínica; Ansiedad; Vocación Profesional; Competencia Clínica.

Introdução

A formação em Enfermagem constitui um processo contínuo e complexo, que integra conhecimentos científicos, competências técnicas, habilidades psicomotoras, capacidades de comunicação e competências emocionais indispensáveis ao exercício profissional. Para além da aquisição de conhecimentos teóricos, a formação do enfermeiro exige o desenvolvimento de atitudes éticas, pensamento crítico, capacidade de tomada de decisão e adaptação a contextos clínicos caracterizados por elevada responsabilidade e exigência assistencial. Neste contexto, o estágio clínico representa um dos momentos mais relevantes do percurso formativo, por possibilitar a integração entre teoria e prática, favorecendo a consolidação das competências necessárias para a prestação de cuidados seguros, humanizados e baseados em evidências.

O primeiro estágio clínico constitui uma etapa particularmente sensível no processo de formação, uma vez que representa a primeira experiência do estudante em contacto direto com os doentes, familiares, equipas multiprofissionais e com a realidade dos serviços de saúde. Esta transição do ambiente académico para o contexto clínico implica mudanças significativas nas responsabilidades do estudante, exigindo capacidade de adaptação, maturidade emocional e

aplicação prática dos conhecimentos adquiridos durante a formação teórica. Embora este momento seja essencial para o desenvolvimento da identidade profissional, também pode desencadear sentimentos de ansiedade, insegurança, medo de cometer erros, receio de provocar danos ao doente e dúvidas quanto à própria capacidade para exercer a profissão.

Diversos estudos demonstram que a ansiedade constitui uma das respostas emocionais mais frequentes entre estudantes de Enfermagem durante o primeiro contacto clínico. O medo de realizar procedimentos invasivos, lidar com situações de sofrimento, presenciar a morte, estabelecer comunicação com os doentes e responder às expectativas dos supervisores pode comprometer o desempenho académico e limitar o processo de aprendizagem. Quando não adequadamente reconhecidos e geridos, estes fatores podem afetar a autoconfiança, reduzir a participação ativa do estudante nas atividades clínicas e influenciar negativamente a aquisição progressiva de competências profissionais.

Paralelamente aos aspetos emocionais, a vocação profissional assume papel determinante na adaptação ao contexto clínico. A escolha consciente da profissão, o compromisso com o cuidado, a empatia, o sentido de responsabilidade e a identificação com os valores da Enfermagem constituem elementos que favorecem maior motivação, persistência perante as dificuldades e melhor integração no ambiente hospitalar. Em contrapartida, estudantes que ingressam no curso por influência externa ou sem conhecimento adequado das exigências da profissão apresentam maior probabilidade de desenvolver frustração, insatisfação académica e dificuldades de adaptação durante os estágios.

A compreensão do processo de transição vivido pelos estudantes pode ser sustentada pela Teoria das Transições de Afaf Meleis, segundo a qual a passagem entre diferentes fases da vida académica e profissional constitui um processo dinâmico que exige preparação, suporte institucional e desenvolvimento gradual de novas competências. Complementarmente, a Teoria do Novato ao Especialista, proposta por Patricia Benner, demonstra que a competência clínica é construída progressivamente através da experiência prática, da supervisão qualificada, da reflexão crítica e da aprendizagem contínua. Estas abordagens teóricas permitem compreender que o desenvolvimento profissional depende não apenas do domínio técnico-científico, mas igualmente da capacidade de adaptação emocional perante os desafios da prática clínica.

Nos últimos anos, instituições de ensino em saúde têm reconhecido a necessidade de implementar estratégias destinadas a reduzir a ansiedade e fortalecer a preparação psicológica dos estudantes antes do início dos estágios clínicos. Entre as principais intervenções destacam-se a simulação clínica de alta fidelidade, as metodologias ativas de aprendizagem, os programas de desenvolvimento de competências socioemocionais, a orientação vocacional, o acompanhamento tutorial e os serviços de apoio psicológico. Evidências científicas indicam que estas estratégias favorecem maior autoconfiança, reduzem os níveis de stress e contribuem para uma aprendizagem clínica mais segura, humanizada e eficaz.

Apesar dos avanços observados na educação em Enfermagem, ainda existem lacunas relacionadas com a preparação emocional e vocacional dos estudantes antes do primeiro estágio clínico, particularmente em contextos de países em desenvolvimento, onde os recursos pedagógicos e o apoio psicossocial podem ser limitados. Nesta perspectiva, torna-se pertinente investigar como os estudantes percebem a sua aptidão psicológica e vocacional e de que forma estas dimensões influenciam a adaptação ao contexto clínico.

Assim, o presente estudo teve como objetivo avaliar a aptidão psicológica e vocacional dos estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico, identificando os principais desafios emocionais enfrentados e analisando as suas implicações para a formação profissional. Pretende-se, ainda, fornecer evidências que possam subsidiar a implementação de estratégias institucionais destinadas a fortalecer a preparação psicológica, promover a adaptação ao ambiente clínico e contribuir para a formação de profissionais mais competentes, resilientes e comprometidos com a qualidade dos cuidados de saúde.

2 Revisão da Literatura

2.1 Estresse e Ansiedade no Estágio Clínico

O estágio clínico constitui um dos pilares da formação em Enfermagem, por representar o momento em que os estudantes iniciam a aplicação dos conhecimentos teóricos em contextos reais de prestação de cuidados. Esta experiência favorece o desenvolvimento de competências técnicas, científicas, éticas e relacionais, indispensáveis ao exercício profissional. Contudo, a transição do ambiente académico para o contexto hospitalar é frequentemente acompanhada por

elevados níveis de ansiedade, estresse e insegurança, sobretudo durante o primeiro contacto direto com os doentes (Labrague et al., 2021; Mikkonen et al., 2023).

Segundo Benner (2001), o estudante inicia a sua trajetória clínica na condição de novato, caracterizando-se por um conhecimento predominantemente teórico e por limitada experiência prática. Nesta fase, a tomada de decisões depende fortemente das orientações dos supervisores e dos protocolos institucionais, tornando o estudante particularmente vulnerável às exigências emocionais do ambiente clínico. À medida que a experiência é adquirida, desenvolvem-se gradualmente competências clínicas, pensamento crítico e maior autonomia profissional.

A literatura demonstra que o primeiro estágio clínico representa uma das principais fontes de ansiedade entre estudantes de Enfermagem. Entre os fatores mais frequentemente associados ao desenvolvimento desse quadro destacam-se o medo de cometer erros durante os procedimentos, o receio de causar danos ao doente, a dificuldade de comunicar com pacientes e familiares, a avaliação permanente pelos docentes e supervisores, bem como a adaptação à dinâmica organizacional dos serviços de saúde (Onieva-Zafra et al., 2020; Song & Lee, 2020).

Além dos desafios técnicos, o contacto inicial com situações de sofrimento humano, dor, doença grave, procedimentos invasivos e morte pode provocar importantes respostas emocionais e fisiológicas. Labrague et al. (2021), numa revisão sistemática, verificaram que a ansiedade clínica está frequentemente associada a manifestações como taquicardia, tensão muscular, dificuldade de concentração, insegurança e redução da autoconfiança, comprometendo a aprendizagem e o desempenho durante os estágios.

Estudos internacionais indicam que uma proporção significativa de estudantes apresenta níveis moderados ou elevados de estresse durante o primeiro estágio clínico, variando entre 40% e 70%, dependendo do contexto institucional e das características individuais dos participantes (Sanad, 2019; Liu et al., 2022). Estas evidências sugerem que a adaptação ao ambiente clínico não depende exclusivamente do domínio do conhecimento científico, mas também da capacidade de gerir emoções perante situações complexas e imprevisíveis.

Outro fator determinante refere-se ao medo de cometer erros assistenciais. A possibilidade de provocar danos ao doente constitui uma preocupação constante entre estudantes em início de formação clínica, podendo reduzir a participação ativa, aumentar a hesitação durante

a execução de procedimentos e comprometer o processo de aprendizagem. Duchscher (2009) refere que a insegurança profissional constitui uma característica comum das fases iniciais de transição para a prática clínica, sendo progressivamente reduzida à medida que o estudante acumula experiência e recebe supervisão adequada.

A qualidade do ambiente clínico exerce igualmente influência significativa sobre o bem-estar psicológico do estudante. Ambientes acolhedores, caracterizados por supervisão efetiva, comunicação respeitosa e apoio institucional, favorecem maior confiança, satisfação acadêmica e desenvolvimento profissional. Em contrapartida, ambientes marcados por sobrecarga de trabalho, ausência de acompanhamento pedagógico e relações interpessoais pouco colaborativas tendem a intensificar os níveis de ansiedade e estresse, dificultando a construção da identidade profissional (Mikkonen et al., 2023).

Neste contexto, diversos autores defendem que a preparação dos estudantes para o primeiro estágio deve ultrapassar a dimensão técnico-científica, contemplando igualmente o desenvolvimento de competências emocionais, estratégias de enfrentamento do estresse e mecanismos de autorregulação psicológica. A implementação de programas de preparação psicológica, simulação clínica, aprendizagem baseada em cenários e acompanhamento tutorial tem demonstrado resultados positivos na redução da ansiedade, no fortalecimento da autoconfiança e na melhoria do desempenho clínico (Cant & Cooper, 2017; Labrague et al., 2021; Mikkonen et al., 2023).

Deste modo, compreende-se que o estresse e a ansiedade constituem fenômenos inerentes ao processo de aprendizagem clínica, mas que podem ser significativamente reduzidos através de estratégias pedagógicas adequadas e de um ambiente institucional favorável. O reconhecimento precoce destes fatores torna-se essencial para promover uma formação em Enfermagem centrada não apenas na aquisição de competências técnicas, mas também no desenvolvimento da estabilidade emocional, da resiliência e da identidade profissional dos futuros enfermeiros.

2.2 Transição de Papel

A transição do papel de estudante para o de futuro profissional constitui um processo gradual, complexo e multidimensional, marcado pela aquisição progressiva de conhecimentos,

competências técnicas, atitudes profissionais e maturidade emocional. No contexto da formação em Enfermagem, esta transição torna-se particularmente evidente durante o primeiro estágio clínico, momento em que o estudante deixa de atuar exclusivamente em ambientes simulados ou acadêmicos e passa a enfrentar situações reais de prestação de cuidados. Esta mudança exige não apenas domínio técnico-científico, mas também capacidade de adaptação, comunicação eficaz, tomada de decisão e gestão das próprias emoções (Meleis, 2010).

A Teoria das Transições, desenvolvida por Afaf Ibrahim Meleis, constitui um dos principais referenciais para compreender as mudanças vivenciadas pelos estudantes durante a formação clínica. Segundo Meleis (2010), as transições representam processos de mudança que envolvem alterações de papéis, identidades, comportamentos e responsabilidades, podendo ocorrer em diferentes momentos da vida pessoal e profissional. A passagem da condição de estudante predominantemente teórico para participante ativo da prática clínica caracteriza-se como uma transição desenvolvimental e profissional, cuja qualidade depende da preparação prévia, das condições do ambiente de aprendizagem e do suporte recebido durante o processo.

De acordo com esta teoria, uma transição saudável ocorre quando o indivíduo dispõe de recursos pessoais, apoio institucional e oportunidades de aprendizagem que favoreçam a adaptação às novas exigências. Em contrapartida, transições marcadas por insegurança, ausência de supervisão, dificuldades de integração e elevado nível de ansiedade podem comprometer o desenvolvimento profissional e afetar negativamente a construção da identidade do futuro enfermeiro (Meleis, Sawyer, Im, Hilfinger Messias, & Schumacher, 2000).

Paralelamente, a Teoria do Novato ao Especialista, proposta por Patricia Benner, descreve o desenvolvimento da competência clínica como um processo evolutivo baseado na experiência prática. Segundo Benner (2001), o enfermeiro percorre cinco níveis de desenvolvimento profissional: novato, principiante avançado, competente, proficiente e especialista. Os estudantes que iniciam o primeiro estágio clínico enquadram-se no nível de novato, caracterizado pela dependência de regras, protocolos e orientações dos supervisores, bem como pela limitada capacidade de interpretar situações clínicas complexas.

À medida que acumulam experiências clínicas, os estudantes desenvolvem maior capacidade de observação, julgamento clínico, raciocínio crítico e autonomia profissional. Esta

evolução não depende apenas do tempo de formação, mas sobretudo da qualidade das experiências vividas, da reflexão sobre a prática e da orientação fornecida pelos docentes e enfermeiros supervisores (Benner, 2001).

A supervisão clínica desempenha um papel central neste processo de transição. Supervisores acessíveis, competentes e comprometidos com o ensino favorecem a confiança dos estudantes, estimulam a aprendizagem reflexiva e reduzem significativamente os níveis de ansiedade associados ao primeiro contacto com os doentes. Pelo contrário, ambientes caracterizados por comunicação deficiente, escasso acompanhamento pedagógico ou relações interpessoais pouco colaborativas podem dificultar a integração do estudante e comprometer o desenvolvimento das competências profissionais (Mikkonen, Stolt, & Suhonen, 2023).

Outro aspeto fundamental da transição de papel refere-se ao desenvolvimento da identidade profissional. Durante o estágio clínico, o estudante começa a reconhecer-se como futuro enfermeiro, internalizando valores éticos, responsabilidades profissionais e comportamentos próprios da profissão. Este processo é influenciado pela qualidade das experiências clínicas, pela interação com profissionais experientes e pela perceção da relevância social da Enfermagem. Estudos demonstram que estudantes que desenvolvem uma identidade profissional sólida apresentam maior compromisso com a profissão, níveis mais elevados de satisfação académica e melhor capacidade para enfrentar situações de elevada exigência emocional (Johnson et al., 2023).

Além disso, o apoio institucional constitui um elemento indispensável para o sucesso da transição. Instituições que disponibilizam programas de acolhimento, simulação clínica, acompanhamento tutorial, apoio psicológico e estratégias de aprendizagem ativa contribuem significativamente para reduzir a insegurança inicial e promover maior adaptação ao contexto clínico. Estas intervenções favorecem o fortalecimento da autoconfiança, da resiliência e da capacidade de tomada de decisão, aspetos considerados essenciais para uma prática segura e de qualidade (Labrague et al., 2021).

Deste modo, a transição de papel não deve ser compreendida como um acontecimento isolado, mas como um processo contínuo de desenvolvimento profissional. A articulação entre os pressupostos da Teoria das Transições de Meleis e da Teoria do Novato ao Especialista de Benner

evidencia que a construção da competência clínica resulta da interação entre experiência prática, supervisão qualificada, apoio institucional e desenvolvimento emocional. Estes referenciais oferecem uma base sólida para interpretar os desafios enfrentados pelos estudantes durante o primeiro estágio clínico e fundamentam a necessidade de estratégias educativas que favoreçam uma adaptação progressiva, segura e humanizada.

2.3 Ansiedade e Estabilidade Emocional

A estabilidade emocional constitui uma competência fundamental para o exercício da Enfermagem, uma vez que permite ao profissional responder de forma equilibrada às exigências inerentes ao cuidado em saúde. Durante o primeiro estágio clínico, os estudantes são expostos a situações novas e emocionalmente intensas, incluindo o contacto com doentes em estado crítico, procedimentos invasivos, sofrimento humano, dor e morte. A forma como cada estudante interpreta e responde a estas experiências influencia significativamente o seu processo de aprendizagem, a qualidade do desempenho clínico e o desenvolvimento da identidade profissional (Labrague et al., 2021).

A ansiedade pode ser compreendida como uma resposta emocional caracterizada por sentimentos de tensão, preocupação e apreensão perante situações percecionadas como ameaçadoras ou desconhecidas. Embora níveis moderados de ansiedade possam aumentar o estado de alerta e favorecer a concentração, níveis elevados tendem a comprometer o raciocínio clínico, reduzir a capacidade de tomada de decisão e dificultar a execução segura dos procedimentos assistenciais (Spielberger, 1983; Onieva-Zafra et al., 2020).

No contexto do estágio clínico, a perceção de ameaça está frequentemente relacionada com o medo de cometer erros, provocar danos ao doente, ser avaliado negativamente pelos docentes e supervisores ou demonstrar falta de competência perante a equipa multiprofissional. Estas preocupações podem desencadear respostas fisiológicas, como aumento da frequência cardíaca, sudorese, tremores, tensão muscular e dificuldades de concentração, interferindo diretamente na aprendizagem prática (Liu et al., 2022).

Segundo o modelo transaccional de Lazarus e Folkman (1984), as respostas emocionais dependem da avaliação cognitiva que o indivíduo faz da situação enfrentada. Quando o estudante

interpreta o ambiente clínico como superior à sua capacidade de resposta, desenvolvem-se níveis elevados de ansiedade e stress. Em contrapartida, quando percebe possuir recursos pessoais, apoio institucional e competências suficientes para enfrentar os desafios, tende a apresentar maior estabilidade emocional e melhor adaptação ao contexto clínico.

A regulação emocional representa a capacidade de reconhecer, compreender e gerir adequadamente as próprias emoções durante situações de elevada exigência psicológica. Em Enfermagem, esta competência assume especial importância, pois o profissional necessita manter equilíbrio emocional mesmo perante cenários de sofrimento, urgência e elevada pressão assistencial. Estudos recentes demonstram que estudantes com melhores competências de regulação emocional apresentam maior autoconfiança, melhor comunicação com os doentes, menor incidência de burnout académico e melhor desempenho durante os estágios clínicos (Delgado et al., 2022).

A autoconfiança constitui igualmente um importante fator protetor. Estudantes que acreditam nas suas capacidades demonstram maior iniciativa para executar procedimentos, interagir com os doentes e solicitar apoio sempre que necessário. Pelo contrário, níveis reduzidos de autoconfiança favorecem comportamentos de evitamento, dependência excessiva dos supervisores e menor participação nas atividades clínicas, limitando o desenvolvimento das competências profissionais (Benner, 2001).

Outro aspeto relevante refere-se ao apoio psicológico disponibilizado pelas instituições de ensino. A literatura evidencia que programas de acompanhamento psicológico, grupos de apoio, sessões de orientação emocional e atividades de reflexão sobre as experiências clínicas contribuem significativamente para reduzir os níveis de ansiedade, fortalecer a resiliência e promover maior bem-estar académico. Estas intervenções favorecem o desenvolvimento de competências socioemocionais indispensáveis ao exercício seguro e humanizado da Enfermagem (Mikkonen et al., 2023; Labrague et al., 2021).

Além disso, a estabilidade emocional está intimamente relacionada com a construção da identidade profissional. À medida que os estudantes acumulam experiências positivas, recebem feedback construtivo e desenvolvem competências clínicas, tornam-se progressivamente mais seguros e preparados para enfrentar situações complexas da prática assistencial. Este processo

fortalece o sentimento de pertença à profissão e contribui para a consolidação da vocação e do compromisso ético com o cuidado ao doente (Johnson et al., 2023).

Assim, a preparação emocional deve ser considerada uma componente indissociável da formação em Enfermagem. O desenvolvimento de competências como autorregulação emocional, inteligência emocional, resiliência e autoconfiança complementa a formação técnico-científica, permitindo que os futuros enfermeiros enfrentem os desafios da prática clínica com maior segurança, equilíbrio psicológico e competência profissional. Nesta perspetiva, torna-se imprescindível que as instituições de ensino incorporem estratégias permanentes de promoção da saúde mental dos estudantes, favorecendo uma transição mais segura entre a formação académica e o exercício profissional.

2.4 Estratégias de Mitigação

A elevada prevalência de ansiedade, estresse e insegurança entre estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico evidencia a necessidade de implementação de estratégias institucionais que favoreçam uma transição mais segura entre o ensino teórico e a prática assistencial. Nos últimos anos, as instituições de ensino superior têm reconhecido que o desenvolvimento de competências técnicas deve ser acompanhado pelo fortalecimento das competências emocionais, permitindo aos estudantes enfrentar os desafios da prática clínica com maior confiança, autonomia e equilíbrio psicológico (Labrague et al., 2021).

Entre as estratégias mais eficazes descritas na literatura destaca-se a simulação clínica, considerada uma metodologia ativa de ensino que possibilita aos estudantes desenvolver conhecimentos, habilidades e atitudes em ambientes controlados e seguros antes do contacto direto com os doentes. A utilização de simuladores de baixa, média e alta fidelidade permite reproduzir cenários clínicos realistas, nos quais os estudantes podem executar procedimentos, cometer erros sem colocar pacientes em risco e receber feedback imediato dos docentes. Estudos demonstram que a simulação clínica reduz significativamente os níveis de ansiedade, aumenta a autoconfiança e melhora o desempenho clínico durante os estágios (Cant & Cooper, 2017; INACSL Standards Committee, 2021).

Além da simulação, o treinamento prévio ao estágio clínico constitui uma estratégia essencial para facilitar a adaptação dos estudantes ao ambiente hospitalar. Sessões de orientação que abordem normas institucionais, biossegurança, comunicação terapêutica, ética profissional, gestão do tempo e protocolos assistenciais contribuem para reduzir a incerteza perante o novo contexto de aprendizagem. Segundo Mikkonen, Stolt e Suhonen (2023), estudantes que recebem preparação estruturada antes do início das atividades clínicas apresentam maior segurança, melhor capacidade de integração nas equipes de saúde e menor incidência de ansiedade.

O acompanhamento docente representa igualmente um dos principais fatores de proteção durante a formação clínica. O professor supervisor desempenha funções que ultrapassam a transmissão de conhecimentos técnicos, atuando como facilitador da aprendizagem, orientador, mentor e apoio emocional do estudante. Uma supervisão caracterizada por comunicação aberta, feedback construtivo e disponibilidade para esclarecer dúvidas favorece o desenvolvimento do raciocínio clínico, fortalece a autoconfiança e incentiva a participação ativa nas atividades assistenciais (Benner, 2001; Papastavrou et al., 2016).

As metodologias ativas de aprendizagem também desempenham um papel relevante na preparação para o estágio clínico. Estratégias como a aprendizagem baseada em problemas (Problem-Based Learning), a aprendizagem baseada em casos clínicos, a aprendizagem por equipes (Team-Based Learning) e a prática reflexiva estimulam o pensamento crítico, a resolução de problemas e a tomada de decisão clínica. Estas metodologias colocam o estudante no centro do processo educativo, promovendo uma aprendizagem significativa e favorecendo maior autonomia profissional (Jeffries, 2022).

Paralelamente às estratégias pedagógicas, a literatura destaca a importância da implementação de programas institucionais de apoio psicológico destinados aos estudantes de Enfermagem. Sessões de aconselhamento psicológico, grupos de apoio, oficinas de gestão do estresse, programas de desenvolvimento da inteligência emocional e atividades de mindfulness têm demonstrado resultados positivos na redução dos níveis de ansiedade e na promoção do bem-estar psicológico. Estas intervenções permitem aos estudantes desenvolver competências de autorregulação emocional, melhorar a capacidade de enfrentamento das dificuldades e fortalecer a resiliência perante situações de elevada exigência clínica (Delgado et al., 2022).

Outro aspeto relevante consiste na promoção da orientação vocacional ao longo da formação académica. A identificação precoce das motivações, expectativas e aptidões dos estudantes possibilita o desenvolvimento de estratégias individualizadas de acompanhamento, reduzindo o risco de desmotivação, abandono do curso e dificuldades de adaptação ao exercício profissional. Segundo Johnson et al. (2023), estudantes que apresentam maior identificação com os valores da Enfermagem tendem a demonstrar níveis superiores de satisfação académica, compromisso profissional e estabilidade emocional durante os estágios.

Importa igualmente destacar que a criação de ambientes clínicos acolhedores e colaborativos constitui uma responsabilidade partilhada entre instituições de ensino e serviços de saúde. A existência de equipas disponíveis para orientar os estudantes, aliada a uma cultura organizacional baseada no respeito, na aprendizagem contínua e na segurança do doente, favorece experiências clínicas mais positivas e contribui para a construção da identidade profissional dos futuros enfermeiros (Mikkonen et al., 2023).

Deste modo, a implementação integrada de estratégias como simulação clínica, preparação prévia para o estágio, supervisão qualificada, metodologias ativas de aprendizagem, programas de apoio psicológico e orientação vocacional constitui uma abordagem eficaz para reduzir a ansiedade, fortalecer a autoconfiança e promover uma formação em Enfermagem mais humanizada, segura e centrada no desenvolvimento integral dos estudantes. Estas intervenções representam importantes instrumentos para melhorar a qualidade da aprendizagem clínica e preparar profissionais capazes de responder às crescentes exigências dos sistemas de saúde.

2.5 Resiliência e Competência Profissional

A resiliência tem sido reconhecida como uma das competências psicológicas mais importantes para a formação e o exercício profissional em Enfermagem, por representar a capacidade do indivíduo de enfrentar situações adversas, adaptar-se às mudanças e recuperar-se de experiências emocionalmente desafiadoras. No contexto do primeiro estágio clínico, esta competência assume especial relevância, uma vez que os estudantes são frequentemente confrontados com situações de sofrimento humano, responsabilidade assistencial, elevada carga emocional e necessidade de tomada de decisões em ambientes complexos (Labrague et al., 2021).

Durante a formação clínica, a resiliência favorece a adaptação académica ao permitir que os estudantes enfrentem dificuldades sem comprometer a sua motivação para aprender. Segundo Delgado et al. (2022), estudantes resilientes apresentam maior capacidade para controlar as emoções, lidar com situações de pressão, aceitar críticas construtivas e transformar experiências negativas em oportunidades de crescimento pessoal e profissional. Estas características contribuem para reduzir os níveis de ansiedade e fortalecer o compromisso com a profissão.

A adaptação ao estágio clínico depende não apenas do domínio dos conteúdos teóricos, mas também da capacidade de enfrentar desafios inerentes à prática assistencial. O contacto com doentes em estado crítico, a realização de procedimentos técnicos, a convivência com equipas multiprofissionais e a responsabilidade crescente no cuidado exigem equilíbrio emocional e flexibilidade psicológica. Nesse contexto, a resiliência atua como um fator protetor, permitindo ao estudante manter um desempenho adequado mesmo perante situações de elevada exigência emocional (Mikkonen et al., 2023).

A construção da confiança profissional constitui outro elemento diretamente relacionado com a resiliência. À medida que os estudantes acumulam experiências clínicas positivas, recebem orientação qualificada e desenvolvem competências técnicas, tornam-se progressivamente mais seguros na execução dos procedimentos e na tomada de decisões. Benner (2001) destaca que o desenvolvimento da competência clínica ocorre de forma gradual, sendo a experiência prática um elemento indispensável para a evolução do estudante desde o nível de novato até níveis mais elevados de proficiência.

Do mesmo modo, a Teoria das Transições de Meleis (2010) sustenta que a adaptação a novos papéis depende da interação entre características individuais, apoio institucional e experiências vivenciadas durante o processo de mudança. Assim, estudantes que recebem supervisão adequada, feedback construtivo e apoio emocional apresentam maior capacidade para desenvolver resiliência e consolidar a sua identidade profissional.

A literatura evidencia igualmente que a resiliência exerce influência positiva sobre a tomada de decisão clínica. Estudantes emocionalmente resilientes demonstram maior capacidade para analisar situações complexas, estabelecer prioridades assistenciais, comunicar-se eficazmente com a equipa de saúde e responder de forma ética e segura às necessidades dos

doentes. Em contrapartida, níveis elevados de ansiedade e reduzida capacidade de enfrentamento podem comprometer o julgamento clínico, aumentar a insegurança e limitar a aprendizagem durante os estágios (Liu et al., 2022).

Outro aspeto importante refere-se à relação entre experiência prática e desenvolvimento de competências profissionais. A repetição supervisionada de procedimentos clínicos, aliada à reflexão crítica sobre as experiências vividas, favorece o aperfeiçoamento das competências cognitivas, técnicas e relacionais. Segundo Benner (2001), a competência não resulta apenas da acumulação de conhecimentos teóricos, mas da capacidade de integrar teoria, experiência e julgamento clínico na resolução dos problemas encontrados na prática assistencial.

Diversos estudos recentes recomendam que os currículos de Enfermagem incorporem programas específicos destinados ao desenvolvimento da resiliência. Estratégias como oficinas de inteligência emocional, grupos de apoio, programas de mentoria, práticas reflexivas, simulação clínica e acompanhamento psicológico têm demonstrado resultados positivos na promoção do bem-estar, na redução do stress académico e no fortalecimento das competências profissionais dos estudantes (Delgado et al., 2022; Labrague et al., 2021).

Assim, a resiliência deve ser entendida como uma competência transversal ao processo formativo, indispensável para a adaptação académica, para o desenvolvimento da confiança profissional e para a prestação de cuidados seguros e humanizados. A promoção desta competência durante a formação inicial contribui para preparar enfermeiros capazes de responder às exigências da prática clínica com equilíbrio emocional, competência técnica, pensamento crítico e compromisso ético, favorecendo uma transição mais sólida entre a formação académica e o exercício profissional.

3. Metodologia

3.1 Desenho do Estudo

O presente estudo caracteriza-se como uma investigação de abordagem quantitativa, de natureza descritiva e delineamento transversal. A opção pela abordagem quantitativa justifica-se pelo facto de possibilitar a mensuração objetiva das perceções dos estudantes relativamente aos

aspectos psicológicos, vocacionais e formativos associados ao primeiro estágio clínico, permitindo a utilização de técnicas estatísticas para a análise e interpretação dos dados obtidos (Polit & Beck, 2021).

O delineamento descritivo foi considerado adequado por permitir identificar e caracterizar os fenómenos investigados sem intervenção do investigador, proporcionando uma compreensão detalhada das características da população em estudo. Segundo Gil (2022), os estudos descritivos procuram descrever comportamentos, atitudes e percepções de um determinado grupo, constituindo uma estratégia amplamente utilizada nas investigações em Educação e Ciências da Saúde.

Por sua vez, o delineamento transversal permitiu recolher os dados num único momento temporal, durante o período em que os estudantes realizavam o primeiro estágio clínico. Este tipo de delineamento é particularmente indicado quando se pretende conhecer a distribuição de determinadas características numa população específica, sem estabelecer relações de causalidade, sendo frequentemente utilizado em pesquisas epidemiológicas e educacionais (Setia, 2016).

A escolha deste desenho metodológico mostrou-se pertinente para responder ao objetivo do estudo, que consistiu em avaliar a aptidão psicológica e vocacional dos estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico, identificando as principais dificuldades emocionais, vocacionais e formativas vivenciadas neste período de transição entre o ensino teórico e a prática assistencial. A abordagem adotada permitiu ainda analisar a percepção dos estudantes relativamente à preparação recebida ao longo da formação académica, contribuindo para a identificação de aspetos passíveis de melhoria nos currículos de Enfermagem.

Considerando a natureza do fenómeno investigado, o delineamento quantitativo, descritivo e transversal apresenta vantagens importantes, nomeadamente a facilidade de recolha de dados junto de um número significativo de participantes, a possibilidade de comparação entre variáveis e a produção de evidências úteis para subsidiar decisões institucionais relacionadas com a preparação psicológica, a orientação vocacional e o desenvolvimento de competências profissionais durante a formação clínica.

3.2 Participantes

A população-alvo deste estudo foi constituída por estudantes matriculados no segundo ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem Geral do Instituto Superior Privado do Waku-Kungo, Província do Cuanza Sul, Angola. A escolha desta população fundamentou-se no facto de estes estudantes se encontrarem a realizar o primeiro estágio clínico, fase considerada determinante para a consolidação das competências profissionais e para a adaptação ao contexto da prática assistencial.

A amostra foi composta por 113 estudantes, seleccionados por meio de uma amostragem não probabilística por conveniência. A utilização desta técnica justificou-se pela facilidade de acesso aos participantes, pela sua disponibilidade durante o período de recolha de dados e pelo facto de todos se encontrarem a vivenciar a experiência do primeiro estágio clínico. Segundo Polit e Beck (2021), a amostragem por conveniência é frequentemente utilizada em estudos descritivos na área da saúde quando os participantes apresentam características específicas relacionadas com o fenómeno investigado.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: estar regularmente matriculado no segundo ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem Geral; estar a realizar o primeiro estágio clínico no período da investigação; possuir idade igual ou superior a 18 anos; manifestar disponibilidade para participar voluntariamente no estudo; e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Como critérios de exclusão, foram considerados os estudantes que não estavam a frequentar o estágio clínico durante o período de recolha de dados, aqueles que desistiram da participação antes da conclusão do questionário, os que devolveram instrumentos incompletos ou com respostas inconsistentes e os que não concordaram em participar voluntariamente na investigação.

A recolha de dados foi realizada durante o período de realização do primeiro estágio clínico do ano letivo de 2026, em datas previamente acordadas com a coordenação do curso e com os docentes responsáveis pelas atividades práticas. A aplicação do questionário ocorreu em ambiente académico, após esclarecimento dos objetivos da investigação, garantindo-se condições adequadas para o preenchimento individual e sem interferência dos investigadores nas respostas fornecidas.

Relativamente às características académicas dos participantes, todos frequentavam o segundo ano do curso e encontravam-se na fase inicial da formação clínica, condição considerada essencial para a avaliação das dimensões psicológicas, vocacionais e formativas propostas nesta investigação. Esta homogeneidade da amostra permitiu analisar as perceções dos estudantes num momento semelhante do percurso académico, reduzindo possíveis fatores de confusão relacionados com diferentes níveis de experiência clínica.

Embora a amostragem por conveniência apresente limitações quanto à generalização dos resultados para outras instituições de ensino superior, esta estratégia mostrou-se adequada aos objetivos do estudo, uma vez que possibilitou a obtenção de informações diretamente relacionadas com o fenómeno investigado. Os resultados obtidos constituem evidências relevantes para compreender os desafios vivenciados pelos estudantes durante o primeiro estágio clínico e poderão subsidiar futuras investigações com amostras probabilísticas e multicêntricas.

3.3 Instrumento de Coleta de Dados

A recolha de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, autoaplicável, elaborado especificamente para esta investigação, tendo como base a literatura científica sobre formação em Enfermagem, aptidão psicológica, orientação vocacional, ansiedade no estágio clínico e desenvolvimento de competências profissionais. A construção do instrumento foi fundamentada em estudos previamente publicados por Benner (2001), Meleis (2010), Labrague et al. (2021), Mikkonen et al. (2023) e Polit e Beck (2021), cujos referenciais orientaram a definição das dimensões avaliadas.

O questionário foi organizado em seis secções, de acordo com os objetivos da investigação. A Secção A contemplou as características sociodemográficas e académicas dos participantes, incluindo sexo, idade, estado civil, experiência prévia em estágios clínicos e percurso formativo. Estas variáveis permitiram caracterizar a amostra e contextualizar os resultados obtidos.

A Secção B avaliou os aspetos vocacionais relacionados com a escolha da profissão, motivação para ingressar no curso de Enfermagem, identificação com a área da saúde, intenção de exercer a profissão após a formação e grau de satisfação com a escolha profissional. Esta

dimensão foi fundamentada na literatura que reconhece a vocação como um importante fator de adaptação, permanência e desenvolvimento da identidade profissional do enfermeiro (Johnson et al., 2023; Meleis, 2010).

A Secção C foi destinada à avaliação das dimensões psicológicas dos estudantes durante o primeiro estágio clínico, contemplando variáveis como ansiedade, medo de cometer erros, insegurança perante procedimentos assistenciais, capacidade de manter a calma, controlo emocional e percepção da própria preparação psicológica. Estas variáveis foram seleccionadas com base em evidências que demonstram a influência dos fatores emocionais no desempenho clínico e na aprendizagem durante os estágios (Labrague et al., 2021; Liu et al., 2022).

A Secção D avaliou os aspetos fisiológicos associados ao primeiro contacto com o ambiente hospitalar, incluindo reações perante sangue, feridas, procedimentos invasivos, assistência ao parto, contacto com doentes em estado grave e receio do ambiente clínico. A inclusão destas variáveis fundamentou-se em estudos que descrevem manifestações fisiológicas da ansiedade durante a formação clínica em Enfermagem (Onieva-Zafra et al., 2020).

A Secção E abordou o desempenho prático dos estudantes durante o estágio clínico, avaliando a participação nas atividades assistenciais, confiança na execução de técnicas básicas, iniciativa para solicitar apoio aos supervisores e autoavaliação do desempenho. Esta dimensão permitiu analisar a relação entre preparação psicológica, autoconfiança e desenvolvimento das competências clínicas.

Por fim, a Secção F avaliou a percepção dos estudantes sobre a qualidade da formação recebida, a suficiência da preparação teórica, a necessidade de preparação psicológica antes do estágio clínico, a importância da orientação vocacional e a influência destes fatores no desempenho profissional. Esta secção procurou identificar oportunidades de melhoria na organização curricular e nas estratégias de formação adotadas pela instituição.

As questões constantes das Secções B, C, D, E e F foram estruturadas utilizando escalas do tipo Likert de cinco pontos, por se tratarem de instrumentos amplamente reconhecidos na investigação em Ciências da Saúde para mensuração de atitudes, percepções e opiniões. As opções de resposta variaram entre "Discordo totalmente" e "Concordo totalmente" ou entre "Nunca" e "Sempre", de acordo com a natureza de cada variável investigada. Segundo Polit e Beck (2021), a

utilização das escalas de Likert permite maior sensibilidade na avaliação das percepções dos participantes, além de facilitar a análise estatística dos resultados.

Com o objetivo de assegurar a validade de conteúdo, o instrumento foi elaborado a partir da revisão da literatura científica e submetido à apreciação de docentes com experiência nas áreas de Enfermagem, Metodologia de Investigação Científica e Psicologia da Saúde, que analisaram a clareza, pertinência e relevância dos itens em relação aos objetivos da investigação. As sugestões apresentadas foram incorporadas antes da aplicação definitiva do questionário, contribuindo para o aperfeiçoamento do instrumento.

A confiabilidade das respostas foi reforçada mediante a aplicação padronizada do questionário, o anonimato dos participantes, a ausência de identificação pessoal e o preenchimento individual em ambiente reservado, reduzindo possíveis vieses de influência externa. Antes da recolha definitiva dos dados, realizou-se um pré-teste com um pequeno grupo de estudantes que não integrou a amostra final, permitindo verificar a compreensão das perguntas, o tempo médio de preenchimento e a consistência do instrumento. As observações resultantes deste procedimento contribuíram para pequenos ajustes de redação, sem alterar a estrutura conceptual do questionário.

Deste modo, o instrumento de recolha de dados mostrou-se adequado aos objetivos da investigação, possibilitando a obtenção de informações relevantes sobre os aspetos psicológicos, vocacionais e formativos dos estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico.

3.4 Procedimentos Éticos

A presente investigação foi conduzida em conformidade com os princípios éticos que norteiam a investigação científica envolvendo seres humanos, respeitando os princípios da autonomia, beneficência, não maleficência, justiça e confidencialidade, em conformidade com a Declaração de Helsínquia (World Medical Association, 2013).

Antes da recolha dos dados, os estudantes foram devidamente esclarecidos sobre os objetivos, a natureza e a importância da investigação, bem como sobre os procedimentos de participação. Foi-lhes informado que a participação era inteiramente voluntária, não existindo

qualquer tipo de recompensa financeira ou prejuízo acadêmico decorrente da aceitação ou recusa em participar no estudo.

Todos os participantes manifestaram o seu consentimento livre e esclarecido antes do preenchimento do questionário, sendo-lhes garantido o direito de desistir da investigação em qualquer momento, sem necessidade de apresentar qualquer justificação e sem qualquer prejuízo para a sua formação académica.

Com o objetivo de assegurar a confidencialidade das informações recolhidas, o questionário foi aplicado de forma anónima, não sendo solicitados nomes, números de estudante ou quaisquer outros elementos que permitissem a identificação individual dos participantes. Os dados recolhidos foram utilizados exclusivamente para fins científicos, sendo analisados e apresentados apenas de forma agregada, impossibilitando a identificação dos respondentes.

O acesso aos dados foi restrito aos investigadores responsáveis pelo estudo, que assumiram o compromisso de preservar o sigilo das informações durante todas as fases da investigação. Após a conclusão da análise dos dados, os resultados passaram a ser utilizados exclusivamente para fins académicos e científicos, respeitando os princípios da integridade científica e da proteção dos participantes.

Importa referir que este estudo foi desenvolvido no âmbito de uma investigação académica institucional, tendo sido previamente autorizado pela Direção do Instituto Superior Privado do Waku-Kungo e pela Coordenação do Curso de Licenciatura em Enfermagem, que autorizaram a realização da recolha de dados junto dos estudantes durante o período do primeiro estágio clínico.

4 Resultados e Discussão

4.1 Caracterização Sociodemográfica dos Participantes

Os resultados evidenciaram que a maioria dos participantes era do sexo feminino (69%), enquanto o sexo masculino correspondeu a 31% da amostra. Observou-se igualmente predominância de estudantes com idades compreendidas entre os 23 e os 31 anos (54%), sendo a maioria solteira (81,4%). Estes resultados demonstram que os participantes se encontram

predominantemente numa fase da vida caracterizada pela consolidação da formação académica, construção da identidade profissional e preparação para a inserção no mercado de trabalho.

A predominância do sexo feminino é consistente com o perfil historicamente observado nos cursos de Enfermagem em diversos países. Embora se verifique um crescimento gradual da participação masculina na profissão, a Enfermagem continua a ser maioritariamente exercida por mulheres, devido a fatores históricos, culturais e sociais associados à profissão (World Health Organization, 2020). Contudo, o aumento do número de estudantes do sexo masculino evidencia mudanças progressivas na perceção social da Enfermagem e contribui para uma maior diversidade na composição das equipas de saúde.

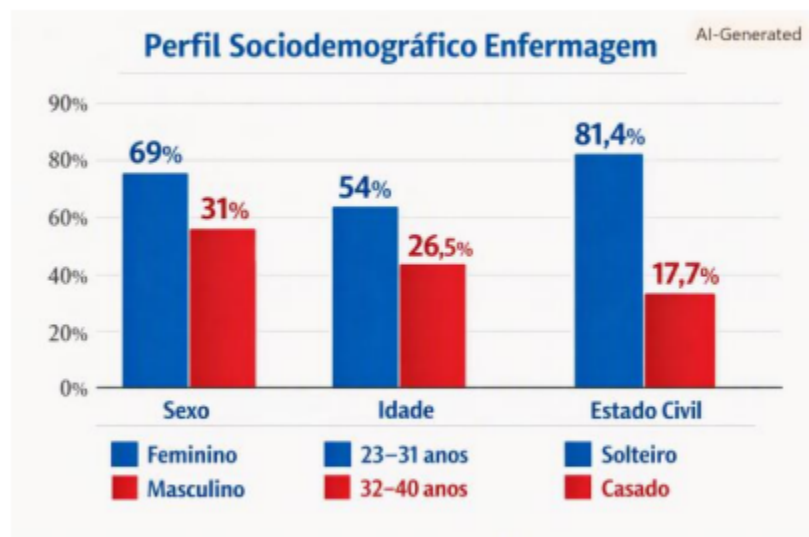
A predominância de estudantes jovens pode igualmente influenciar a forma como estes enfrentam os desafios do primeiro estágio clínico. Segundo Benner (2001), os estudantes em início de formação profissional apresentam reduzida experiência clínica, sendo natural a manifestação de insegurança, ansiedade e receio perante situações desconhecidas. Nesta fase, a aquisição de competências depende significativamente da experiência prática, da supervisão clínica e do apoio institucional.

O elevado número de estudantes solteiros observado nesta investigação poderá também estar relacionado com uma maior disponibilidade para dedicação às atividades académicas e às exigências dos estágios clínicos. Contudo, independentemente do estado civil, o primeiro contacto com o ambiente hospitalar constitui um momento de elevada exigência psicológica, podendo desencadear respostas emocionais semelhantes entre estudantes com diferentes características sociodemográficas (Labrague et al., 2021).

Os resultados obtidos são semelhantes aos descritos por Mikkonen, Stolt e Suhonen (2023), que identificaram predominância de estudantes jovens e do sexo feminino em cursos de Enfermagem, verificando igualmente que o primeiro estágio clínico representa um período crítico para o desenvolvimento da identidade profissional. De igual modo, Onieva-Zafra et al. (2020) referem que fatores sociodemográficos, embora relevantes para caracterizar a população estudada, exercem menor influência sobre a ansiedade quando comparados com fatores relacionados com o ambiente clínico, a supervisão pedagógica e a preparação emocional dos estudantes.

Assim, a caracterização sociodemográfica da amostra permite compreender o contexto em que os resultados desta investigação foram produzidos, constituindo uma base importante para a interpretação das dimensões psicológicas, vocacionais e formativas analisadas nas secções seguintes. Os dados sugerem que os participantes apresentam um perfil compatível com o descrito na literatura internacional para estudantes de Enfermagem em fase inicial de formação clínica, reforçando a pertinência das análises realizadas neste estudo. (Figura 1).

Figura 1. Perfil Sociodemográfico dos Participantes



Fonte: Elaboração própria com base nos dados da pesquisa (2026)

4.2 Motivação para a Escolha da Enfermagem

Os resultados da investigação demonstraram que a maioria dos estudantes afirmou ter escolhido o curso de Enfermagem por vocação e interesse em cuidar de pessoas, enquanto uma proporção menor referiu influência de familiares, oportunidades de emprego ou outros fatores externos. Estes estudo sugerem que a motivação intrínseca desempenha um papel relevante na escolha profissional dos participantes, constituindo um fator favorável para o desenvolvimento da identidade profissional e para a adaptação ao primeiro estágio clínico.

A literatura demonstra que a vocação profissional representa um dos principais determinantes da satisfação académica e do compromisso com a profissão. Segundo Johnson et

al. (2023), estudantes que ingressam na Enfermagem motivados por valores como altruísmo, empatia, solidariedade e desejo de cuidar tendem a apresentar maior envolvimento nas atividades de aprendizagem, melhor adaptação às exigências do estágio clínico e menor probabilidade de abandono do curso. A motivação baseada em valores pessoais fortalece a persistência perante dificuldades e favorece o desenvolvimento de uma identidade profissional consistente.

No contexto da formação em Enfermagem, a vocação não deve ser entendida apenas como uma inclinação natural para cuidar, mas como um processo contínuo de construção da identidade profissional. De acordo com Meleis (2010), a transição do papel de estudante para o de futuro enfermeiro envolve mudanças cognitivas, emocionais e sociais, sendo influenciada pelas experiências vividas durante a formação, pela qualidade da supervisão clínica e pelo apoio institucional. Assim, estudantes que iniciam o curso com forte identificação com a profissão tendem a enfrentar os desafios do estágio com maior resiliência e compromisso.

Por outro lado, estudos indicam que escolhas profissionais motivadas predominantemente por fatores externos, como influência familiar, pressão social ou expectativas de empregabilidade, podem estar associadas a menor satisfação acadêmica e maior vulnerabilidade emocional perante as dificuldades encontradas na prática clínica (Labrague et al., 2021). Nessas situações, o primeiro estágio clínico pode representar um momento de questionamento da escolha profissional, especialmente quando as expectativas iniciais não correspondem à realidade do exercício da Enfermagem.

Os resultados deste estudo corroboram as evidências apresentadas por Mikkonen, Stolt e Suhonen (2023), que destacam a motivação vocacional como um fator protetor durante a adaptação ao ambiente clínico. Os autores referem que estudantes com maior identificação com os valores da profissão demonstram níveis mais elevados de autoconfiança, maior capacidade para enfrentar situações emocionalmente exigentes e melhor integração nas equipes de saúde.

Importa salientar que a vocação, por si só, não garante um desempenho clínico satisfatório. Conforme proposto por Benner (2001), o desenvolvimento da competência profissional depende igualmente da experiência prática, da aprendizagem contínua, da supervisão qualificada e da reflexão crítica sobre as experiências vividas. Assim, a motivação inicial deve

ser fortalecida ao longo da formação através de estratégias pedagógicas que promovam o desenvolvimento das competências técnicas, éticas e emocionais.

Os resultados reforçam ainda a importância da orientação vocacional antes e durante a formação em Enfermagem. Programas institucionais que permitam aos estudantes refletir sobre as suas motivações, expectativas e aptidões podem contribuir para escolhas profissionais mais conscientes, favorecer a permanência no curso e reduzir dificuldades de adaptação durante o primeiro estágio clínico. Além disso, estas iniciativas promovem o desenvolvimento de profissionais mais comprometidos com a qualidade dos cuidados e com os princípios éticos da profissão.

Em síntese, os resultados desta investigação indicam que a motivação vocacional constitui um elemento central na formação em Enfermagem, influenciando positivamente a adaptação ao estágio clínico, a construção da identidade profissional e o desenvolvimento das competências necessárias ao exercício seguro e humanizado da profissão. Estes resultados evidenciam a necessidade de as instituições de ensino investirem em estratégias de orientação vocacional e acompanhamento académico, fortalecendo a preparação integral dos futuros enfermeiros. (Figura 2).

Figura 2. Aspectos Vocacionais dos Estudantes de Enfermagem (n=113)



Fonte: Elaboração própria com base nos dados da pesquisa (2026)

4.3 Aptidão Psicológica para o Primeiro Estágio Clínico

Os resultados obtidos demonstraram que uma proporção significativa dos estudantes reconheceu ter experimentado sentimentos de ansiedade, medo, insegurança e preocupação durante o primeiro estágio clínico. Estes resultados evidenciam que a transição entre o ambiente acadêmico e a prática assistencial constitui um período de elevada vulnerabilidade emocional, confirmando que a adaptação ao contexto clínico envolve desafios que ultrapassam a aquisição de conhecimentos técnico-científicos.

A ansiedade identificada entre os participantes pode ser compreendida como uma resposta natural perante situações novas, imprevisíveis e de elevada responsabilidade. O primeiro contacto com doentes reais, a necessidade de executar procedimentos sob supervisão e o receio de cometer erros constituem fatores frequentemente associados ao aumento dos níveis de ansiedade em estudantes de Enfermagem (Labrague et al., 2021). Quando não devidamente acompanhadas, estas respostas emocionais podem comprometer a concentração, o raciocínio clínico, a tomada de decisão e o desempenho durante o estágio.

Os resultados corroboram o modelo de transição profissional proposto por Meleis (2010), segundo o qual a passagem do papel de estudante para o de futuro profissional representa um processo complexo de adaptação, influenciado por fatores pessoais, institucionais e contextuais. Durante esta fase, sentimentos de insegurança são esperados, especialmente quando os estudantes ainda não desenvolveram plenamente competências clínicas nem confiança para atuar em ambientes hospitalares.

De igual modo, a Teoria do Novato ao Especialista, de Benner (2001), ajuda a compreender estes resultados. No nível de novato, os estudantes dependem fortemente de regras, protocolos e orientação dos supervisores, apresentando limitada experiência para interpretar situações clínicas complexas. Consequentemente, a insegurança observada nesta investigação não deve ser interpretada como incapacidade profissional, mas como uma característica inerente às fases iniciais do desenvolvimento da competência clínica.

Outro aspeto relevante refere-se ao medo de cometer erros durante os cuidados prestados aos doentes. A literatura demonstra que este receio constitui uma das principais fontes de ansiedade entre estudantes de Enfermagem, podendo conduzir à hesitação na execução de procedimentos, redução da participação nas atividades práticas e menor confiança na tomada de decisões (Onieva-Zafra et al., 2020). No entanto, quando existe supervisão clínica adequada, estes sentimentos tendem a diminuir progressivamente à medida que a experiência prática aumenta.

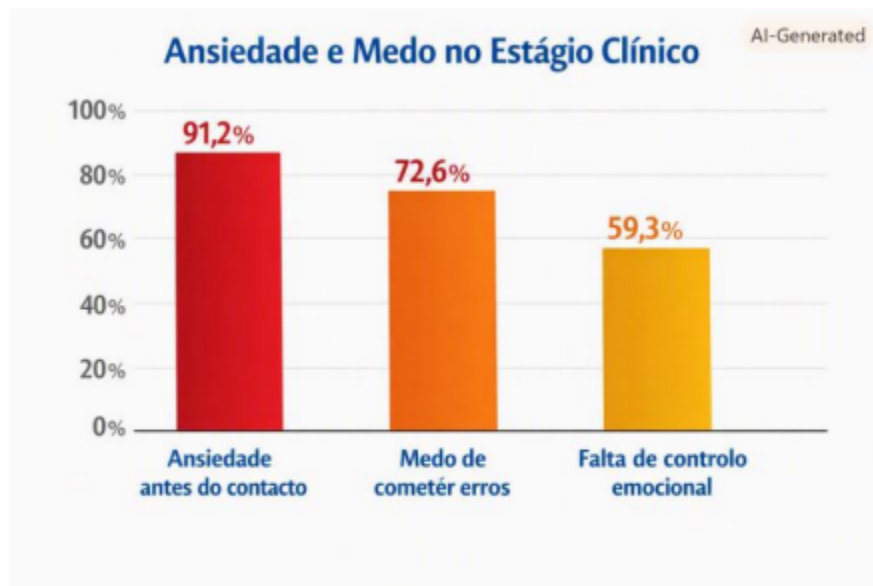
A estabilidade emocional revelou-se igualmente um elemento essencial para o desempenho clínico. Estudos recentes indicam que estudantes com maior capacidade de autorregulação emocional apresentam melhor comunicação com os doentes, maior segurança durante os procedimentos e melhor adaptação ao ambiente hospitalar (Delgado et al., 2022). Estes resultados reforçam a necessidade de integrar o desenvolvimento de competências socioemocionais nos currículos de Enfermagem, reconhecendo que a competência profissional resulta da interação entre conhecimento científico, habilidades técnicas e equilíbrio emocional.

Os resultados desta investigação também evidenciam a importância do apoio institucional durante o primeiro estágio clínico. Ambientes de aprendizagem caracterizados por supervisão próxima, comunicação respeitosa e feedback construtivo favorecem a redução da ansiedade e

promovem maior confiança dos estudantes (Mikkonen et al., 2023). Em contrapartida, ambientes pouco acolhedores podem intensificar o stress e dificultar a adaptação à prática clínica.

Assim, os resultados permitem concluir que a aptidão psicológica constitui um componente essencial da formação em Enfermagem. Embora os conhecimentos técnicos sejam indispensáveis, o sucesso no estágio clínico depende igualmente da capacidade de gerir emoções, enfrentar situações de pressão e adaptar-se às exigências do contexto assistencial. Estes resultados reforçam a necessidade de implementação de programas de preparação psicológica, simulação clínica, acompanhamento docente e promoção da resiliência, contribuindo para uma formação mais completa e para a preparação de profissionais capazes de prestar cuidados seguros, humanizados e de elevada qualidade. (Figura 3).

Figura 3. Aspectos Psicológicos dos Estudantes de Enfermagem (n=113)



Fonte: Elaboração própria com base nos dados da pesquisa (2026)

4.4 Reações Emocionais e Fisiológicas dos Estudantes Durante o Primeiro Estágio Clínico

Os resultados evidenciaram que uma parte considerável dos estudantes manifestou reações emocionais e fisiológicas perante o primeiro contacto com o ambiente hospitalar,

incluindo medo, nervosismo, tensão, insegurança e desconforto diante de procedimentos invasivos, da presença de sangue, de feridas e de doentes em estado grave. Estes resultados demonstram que o primeiro estágio clínico constitui uma experiência emocionalmente exigente, capaz de desencadear respostas psicológicas que podem influenciar o desempenho acadêmico e profissional.

A literatura científica reconhece que o ambiente hospitalar representa um contexto de elevada complexidade, no qual os estudantes são confrontados, pela primeira vez, com situações reais de doença, sofrimento, dor e morte. Estas experiências podem provocar respostas fisiológicas típicas da ansiedade, como aumento da frequência cardíaca, sudorese, tensão muscular, tremores e dificuldades de concentração, sobretudo entre estudantes que ainda possuem reduzida experiência prática (Spielberger, 1983; Labrague et al., 2021).

Segundo Lazarus e Folkman (1984), as reações emocionais dependem da forma como o indivíduo interpreta as exigências da situação e avalia os seus próprios recursos para enfrentá-la. Quando o estudante percebe que os desafios do estágio ultrapassam as suas capacidades, aumenta a probabilidade de desenvolver ansiedade, insegurança e comportamentos de evitamento. Em contrapartida, quando existe preparação adequada e apoio institucional, a adaptação tende a ocorrer de forma mais equilibrada.

Os resultados deste estudo sugerem que o medo de executar procedimentos técnicos e de provocar danos ao doente constitui uma das principais fontes de tensão emocional. Este achado é consistente com a investigação de Onieva-Zafra et al. (2020), que identificou o receio de cometer erros assistenciais como um dos fatores mais frequentemente associados à ansiedade entre estudantes de Enfermagem. Este medo pode limitar a iniciativa, reduzir a participação nas atividades práticas e comprometer o desenvolvimento das competências clínicas.

Importa salientar que estas reações emocionais não devem ser interpretadas como sinais de incapacidade profissional. Pelo contrário, constituem respostas frequentes durante a fase inicial de aprendizagem clínica e tendem a diminuir à medida que os estudantes acumulam experiências práticas, recebem supervisão adequada e fortalecem a autoconfiança. Benner (2001) refere que a progressão do nível de novato para níveis superiores de competência depende

precisamente da integração entre conhecimento teórico, prática supervisionada e reflexão sobre as experiências vividas.

Outro aspeto relevante observado nos resultados diz respeito à influência da estabilidade emocional na qualidade da aprendizagem. Estudantes que conseguem controlar as suas emoções demonstram maior capacidade de comunicação com os doentes, melhor desempenho na execução de procedimentos e maior segurança durante a tomada de decisões clínicas. De acordo com Delgado et al. (2022), o desenvolvimento da inteligência emocional constitui um importante fator de proteção contra o stress académico e favorece o desenvolvimento das competências profissionais.

Os resultados reforçam igualmente a necessidade de as instituições de ensino prepararem os estudantes não apenas do ponto de vista técnico, mas também psicológico. Estratégias como simulação clínica, acompanhamento tutorial, sessões de reflexão após os estágios e programas de apoio psicológico podem reduzir significativamente os níveis de ansiedade e facilitar a adaptação ao ambiente hospitalar (Jeffries, 2022; Mikkonen et al., 2023).

Em síntese, os resultados desta investigação demonstram que as reações emocionais e fisiológicas fazem parte do processo de adaptação ao primeiro estágio clínico. Contudo, quando adequadamente acompanhadas por estratégias pedagógicas e institucionais, estas respostas tendem a transformar-se em oportunidades de aprendizagem, contribuindo para o fortalecimento da confiança profissional, da resiliência e da competência clínica dos futuros enfermeiros.

4.5 Desempenho Clínico e Perceção da Preparação Académica

Os resultados obtidos demonstram que a perceção dos estudantes relativamente à preparação académica exerce influência significativa sobre a confiança durante o primeiro estágio clínico. Embora a maioria dos participantes reconheça a importância da formação teórica recebida, uma parte considerável considera necessário maior reforço da preparação prática e psicológica antes do contacto direto com os doentes. Estes resultados evidenciam que a aprendizagem clínica eficaz depende da integração entre conhecimentos científicos, competências técnicas e preparação emocional.

A literatura científica demonstra que a formação teórica constitui a base para a prestação de cuidados seguros e fundamentados em evidências. No entanto, a simples aquisição de conhecimentos em sala de aula não garante a competência clínica necessária para responder às exigências da prática assistencial. Segundo Benner (2001), o desenvolvimento profissional ocorre progressivamente através da experiência prática, da reflexão crítica e da supervisão clínica, permitindo que o estudante evolua do nível de novato para níveis mais elevados de competência.

Os resultados deste estudo sugerem que muitos estudantes ainda se sentem inseguros na execução de procedimentos durante o primeiro estágio clínico, apesar da preparação académica recebida. Esta insegurança pode estar relacionada com a reduzida exposição prévia a cenários clínicos reais e com o receio de cometer erros perante os doentes e os profissionais de saúde. Resultados semelhantes foram descritos por Labrague et al. (2021), que identificaram a insuficiência da experiência prática como um dos principais fatores associados ao aumento da ansiedade e à diminuição da autoconfiança entre estudantes de Enfermagem.

A supervisão clínica revelou-se igualmente determinante para o desenvolvimento das competências profissionais. Os estudantes que percebem maior disponibilidade dos docentes e enfermeiros supervisores tendem a demonstrar maior confiança na execução dos procedimentos, melhor integração nas equipas de saúde e maior satisfação com o processo de aprendizagem. Segundo Papastavrou et al. (2016), a qualidade da supervisão clínica influencia diretamente o desenvolvimento do raciocínio clínico, da autonomia e da segurança profissional.

Outro aspeto relevante refere-se à importância do feedback durante o estágio clínico. O retorno fornecido pelos supervisores permite aos estudantes reconhecer os seus pontos fortes, identificar dificuldades e desenvolver estratégias para aperfeiçoar a sua prática. Quando o feedback é construtivo, contínuo e baseado em evidências, favorece a aprendizagem reflexiva e contribui para o fortalecimento da autoconfiança (Jeffries, 2022).

Os resultados também reforçam a necessidade de ampliar a utilização de metodologias ativas no processo de ensino-aprendizagem. A simulação clínica, os estudos de caso, a aprendizagem baseada em problemas e os laboratórios de habilidades permitem que os estudantes pratiquem procedimentos em ambientes seguros antes do contacto com doentes reais. Estas metodologias reduzem a ansiedade, melhoram a retenção do conhecimento e favorecem o

desenvolvimento das competências clínicas essenciais para uma assistência de qualidade (Cant & Cooper, 2017).

A preparação académica deve igualmente contemplar o desenvolvimento de competências não técnicas, como comunicação, trabalho em equipa, gestão emocional, pensamento crítico e tomada de decisão. Estas competências são indispensáveis para a prestação de cuidados centrados no doente e para a adaptação às constantes mudanças verificadas nos serviços de saúde. A Organização Mundial da Saúde destaca que a formação dos profissionais de Enfermagem deve integrar competências técnicas, éticas e relacionais, preparando-os para responder aos desafios dos sistemas modernos de saúde (World Health Organization, 2020).

Os resultados desta investigação indicam, portanto, que a preparação académica constitui um elemento essencial para o sucesso do primeiro estágio clínico, mas deve ser continuamente aperfeiçoada através da integração entre teoria e prática, do fortalecimento da supervisão clínica, da utilização de metodologias inovadoras e da preparação psicológica dos estudantes. Esta abordagem favorece uma aprendizagem mais significativa e contribui para a formação de enfermeiros tecnicamente competentes, emocionalmente equilibrados e comprometidos com a qualidade dos cuidados prestados.

5. Conclusão

O presente estudo teve como objetivo avaliar a aptidão psicológica e vocacional dos estudantes de Enfermagem durante o primeiro estágio clínico, analisando a influência dos fatores emocionais, vocacionais e formativos na adaptação ao contexto da prática assistencial. Os resultados evidenciaram que o primeiro estágio clínico representa uma fase determinante na formação do futuro enfermeiro, caracterizada por importantes desafios relacionados com a ansiedade, o medo de cometer erros, a insegurança profissional e a necessidade de adaptação a um ambiente de elevada complexidade técnica e emocional.

Os resultados demonstraram que, embora a maioria dos estudantes manifeste identificação com a profissão e motivação para exercer a Enfermagem, uma parcela significativa apresenta dificuldades emocionais durante o primeiro contacto com o ambiente hospitalar. A ansiedade, a insegurança e as reações emocionais observadas confirmam que a competência clínica não

depende exclusivamente do conhecimento técnico-científico, mas também da capacidade de autorregulação emocional, da resiliência e da confiança desenvolvidas ao longo da formação.

Os resultados permitiram igualmente verificar que a vocação profissional constitui um fator facilitador da adaptação ao estágio clínico. Estudantes que demonstram maior identificação com os valores da Enfermagem tendem a apresentar maior compromisso com a aprendizagem, melhor integração nas atividades práticas e maior capacidade para enfrentar os desafios inerentes ao cuidado em saúde. Contudo, verificou-se que a vocação, isoladamente, não é suficiente para garantir um desempenho clínico seguro, sendo indispensável a existência de supervisão qualificada, preparação prática e apoio institucional.

A investigação evidenciou ainda que a preparação académica necessita contemplar, de forma integrada, o desenvolvimento das competências técnicas, cognitivas e socioemocionais. A utilização de metodologias ativas de ensino, nomeadamente a simulação clínica, o treino de habilidades antes do estágio, a aprendizagem baseada em problemas e o acompanhamento contínuo dos estudantes, poderá contribuir para reduzir os níveis de ansiedade, aumentar a autoconfiança e favorecer uma transição mais segura entre o ensino teórico e a prática clínica.

Entre as principais contribuições deste estudo destaca-se a demonstração da importância da preparação psicológica e vocacional como componentes essenciais da formação em Enfermagem. Os resultados obtidos oferecem evidências que poderão apoiar instituições de ensino superior na revisão dos seus currículos, incentivando a implementação de estratégias pedagógicas que promovam não apenas o desenvolvimento técnico, mas também o fortalecimento da inteligência emocional, da resiliência e da identidade profissional dos futuros enfermeiros.

Apesar da relevância dos resultados, o estudo apresenta algumas limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. A investigação foi realizada numa única instituição de ensino superior e utilizou uma amostra não probabilística por conveniência, o que limita a generalização dos resultados para outras realidades académicas. Além disso, a utilização de um questionário de autorrelato poderá ter influenciado algumas respostas devido à subjetividade inerente à perceção individual dos participantes.

Face às evidências obtidas, recomenda-se que as instituições formadoras implementem programas estruturados de preparação psicológica antes do início do primeiro estágio clínico, reforcem as ações de orientação vocacional ao longo da formação, ampliem a utilização da simulação clínica como estratégia de ensino-aprendizagem e promovam programas institucionais destinados ao desenvolvimento da resiliência, da inteligência emocional e do manejo do stress. Estas medidas poderão favorecer uma adaptação mais eficaz dos estudantes ao ambiente clínico e contribuir para a formação de profissionais mais seguros, competentes e preparados para responder às exigências dos serviços de saúde.

Por fim, sugere-se que futuras investigações sejam desenvolvidas com amostras maiores e multicêntricas, envolvendo diferentes instituições de ensino superior e contextos geográficos, de modo a ampliar a compreensão dos fatores que influenciam a adaptação dos estudantes ao primeiro estágio clínico. Recomenda-se igualmente a realização de estudos longitudinais que permitam acompanhar a evolução da aptidão psicológica, da identidade profissional e das competências clínicas ao longo da formação em Enfermagem, contribuindo para o aperfeiçoamento contínuo das práticas educativas e da qualidade da formação dos futuros profissionais.

Referências

BENNER, Patricia. From novice to expert: excellence and power in clinical nursing practice. Upper Saddle River: Prentice Hall, 2001.

CANT, Robyn P.; COOPER, Simon J. The value of simulation-based learning in pre-licensure nurse education: a systematic review. *Nurse Education Today*, v. 49, p. 63–71, 2017. DOI: 10.1016/j.nedt.2016.11.025.

DELGADO, Cheryl et al. Emotional intelligence and resilience in nursing students: an integrative review. *Nurse Education in Practice*, v. 58, 2022. DOI: 10.1016/j.nepr.2021.103286.

DUCHSCHER, Judy Boychuk. Transition shock: the initial stage of role adaptation for newly graduated registered nurses. *Journal of Advanced Nursing*, v. 65, n. 5, p. 1103–1113, 2009. DOI: 10.1111/j.1365-2648.2008.04898.x.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022.

INACSL STANDARDS COMMITTEE. Healthcare Simulation Standards of Best Practice™. Clinical Simulation in Nursing, v. 58, p. 1–5, 2021.

JEFFRIES, Pamela R. The NLN Jeffries Simulation Theory. 3. ed. Washington: National League for Nursing, 2022.

LABRAGUE, Leodoro J. et al. Stress and coping strategies among nursing students: an integrative review. Journal of Nursing Education and Practice, v. 11, n. 1, p. 43–55, 2021.

LAZARUS, Richard S.; FOLKMAN, Susan. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984.

MELEIS, Afaf Ibrahim. Transitions theory: middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice. New York: Springer, 2010.

MELEIS, Afaf Ibrahim et al. Experiencing transitions: an emerging middle-range theory. Advances in Nursing Science, v. 23, n. 1, p. 12–28, 2000.

ONIEVA-ZAFRA, María Dolores et al. Anxiety, perceived stress and coping strategies in nursing students during clinical practice. BMC Nursing, v. 19, 2020.

PAPASTAVROU, Elena et al. Factors influencing nursing students' satisfaction with clinical learning environment. Nurse Education Today, v. 36, p. 57–60, 2016.

POLIT, Denise F.; BECK, Cheryl Tatano. Nursing research: generating and assessing evidence for nursing practice. 11. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.

SANAD, Hanan. Stress and coping strategies among nursing students during clinical training. Journal of Nursing Education and Practice, v. 9, n. 9, p. 91–99, 2019.

SETIA, Maninder Singh. Methodology series module 3: cross-sectional studies. Indian Journal of Dermatology, v. 61, n. 3, p. 261–264, 2016. DOI: 10.4103/0019-5154.182410.

SPIELBERGER, Charles D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1983.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. State of the world's nursing 2020: investing in education, jobs and leadership. Geneva: World Health Organization, 2020.

WORLD MEDICAL ASSOCIATION. World Medical Association Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. JAMA, v. 310, n. 20, p. 2191–2194, 2013. DOI: 10.1001/jama.2013.281053.