

2.1 Artigos Originais

2.1.1 O enfrentamento do estresse ocupacional dos profissionais de Enfermagem no cotidiano do trabalho

MAYARA FERREIRA DIAS (1)
PETERSON DOS REIS (1)
RONY HELENO DE CASTRO (1)
SANDRA SANTOS DE ALMEIDA (1)
SHIRLENE JOSÉ CABRAL DA SILVA (1)
WILLIAM DA SILVA ALVES (1)
PAULA ARQUIOLI ADRIANI (2)

(1) Graduandos do curso de Enfermagem

(2) Enfermeira, Mestre em Enfermagem pela Universidade de Guarulhos.

E-mail paula.adriani@uniitalo.edu.br/paulaadriani_97@hotmail.com

COMO CITAR O ARTIGO:

DIAS, M. F.; REIS, P.; CASTRO, R.H.; ALMEIDA, S. S.; SILVA, S. J. C.; ALVES, W. S.; ADRIANI, P. A. **O enfrentamento do estresse ocupacional dos profissionais de Enfermagem no cotidiano do trabalho** URL: [www.italo.com.br/portal/cepep/revista eletrônica.html](http://www.italo.com.br/portal/cepep/revista_eletronica.html). São Paulo SP, v.10, n.1, p. 11-25, jan/2020.

RESUMO

O objetivo do estudo foi apontar o nível de estresse dos profissionais de enfermagem em decorrência da execução de suas atividades diárias de trabalhos. O estudo foi realizado no Pronto Socorro no Município de São Lourenço da Serra no Estado de São Paulo com os profissionais de enfermagem (Enfermeiros, Técnicos de enfermagem e Auxiliares de Enfermagem). Quanto ao método, trata-se de um estudo baseado em pesquisa quantitativa de campo, com abordagem transversal sobre o estresse. Para a coleta de dados foi utilizado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) e um questionário sociodemográfico, ambos realizados coletivamente. A coleta de dados ocorreu no período de cinco dias, no mês de maio de 2019, com a participação de 19 profissionais de enfermagem. Quanto aos resultados, a pesquisa aponta que dos profissionais de enfermagem que participaram da pesquisa, 68% (13/19) apresentaram estresse e 32% (6/19) não. Observa-se que a maioria encontra-se na Fase de Resistência 47,4% (9/19), seguido da Fase Sem estresse 31,6% (6/19), Exaustão 21% (4/19). As fases de Alerta e Quase Exaustão não foram apontadas na amostra. Percebeu-se a necessidade de intensificar ações que visem promover estratégias de enfrentamento, campanhas de promoção e prevenção da saúde, bem como o acompanhamento de riscos psicossociais desses profissionais.

Palavras-chave: Estresse; Trabalho; Enfermagem; Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp.

ABSTRACT

The aim of this study is to point out the level of stress of nursing professionals due to the execution of their daily activities at work. (Nurses, Nursing Technicians and Nursing Assistants). Regarding the method, it is a study conducted on quantitative field research, with a cross-sectional approach to stress. For data collection was used the Lipp Adult Stress Symptom Inventory (ISSI) and a sociodemographic questionnaire, both performed collectively. Data collection took place over five days period, in May 2019, and 19 nursing professionals participated in the research. Regarding the results, the research indicates that of the nursing professionals, who participated in the research, 68% (13/19) presented stress and 32% (6/19) did not. Most of them are in Resistance Phase 47,4% (9/19), followed by No Stress Phase 31,6% (6/19), Exhaustion 21% (4/19). The Warning and Near Exhaustion phases were not mentioned in the sample. Was observed the need to intensify actions aimed at promoting coping strategies, health promotion and prevention campaigns, as well as the monitoring of psychosocial risks of these professionals.

Keywords: Stress; Job. Nursing; Lipp Adult Stress Symptom Inventory.

INTRODUÇÃO

A palavra estresse é um termo da física utilizado nas ciências da saúde para descrever o esforço do organismo em se reorganizar frente às ameaças ao seu equilíbrio. A presença de estresse é uma resposta do organismo frente a situações que venham a ameaçar sua homeostasia. Seu surgimento pode ser em decorrência das condições de vida e de trabalho do indivíduo. O organismo humano, quando exposto a estímulos hostis ao seu bem-estar, referido como estressores, desencadeia alterações neuroendócrinas para promover a adaptação necessária à recuperação de seu equilíbrio, a reação de luta ou fuga. (FARIAS et al., 2011).

No cotidiano, as pessoas vivem em ritmos acelerados, com muitas obrigações e compromissos a serem realizados. No ambiente de trabalho estas características não são diferentes, pois é no trabalho que o profissional passa a maior parte do dia e fatores estressores podem ocasionar perda nos lucros da empresa, interferir no alcance das metas e conseqüentemente no seu crescimento profissional. (PEREIRA; MELLO, 2014).

Para Fontinhas e Cardoso (2017) e Hanzelmann e Passos (2010), o trabalho pode causar estresse, colocando em risco a saúde dos colaboradores de uma instituição, e conseqüentemente

acarretando em efeitos como, absenteísmo, afastamento e baixa produtividade dos mesmos, levando ao esgotamento do indivíduo quando exposto frequentemente a fontes geradoras de estresse. Quando falamos de estresse profissional é necessário entender seu conceito e suas características.

Para os profissionais de enfermagem, este conceito e seus fatores não são diferentes, pois se analisarmos que a maior parte dos indivíduos que atuam nesta classe profissional, em seu cotidiano, lida com diversos obstáculos como o excesso de tarefas, dimensionamento de pessoal insuficiente, liderança excessiva, ausência de funcionários, insuficiência qualitativa e quantitativa de material, falta de convívio social, longas jornadas de trabalho, cansaço físico e mental, dentre tantas outros que acabam dificultando a execução dos seus afazeres e conseqüentemente, sua adequação, o que acaba acarretando a uma mão de obra ineficaz, baixo rendimento e baixa qualidade de vida no trabalho (RAMOS et al., 2014).

Segundo Fontinhas e Cardoso (2017), relatam que as principais fontes de estresse ocupacional para os profissionais de enfermagem são: o relacionamento interpessoal da própria equipe; o relacionamento entre pacientes e familiares; a realização de funções diferentes de sua formação e à falta de reconhecimento. Salientam ainda que o trabalho exercido pela equipe de enfermagem é considerado instável, impondo riscos para ele e para os demais, elevando o risco das doenças ocupacionais.

Sendo assim, observa-se que conviver com o indivíduo não é uma tarefa fácil, já que cada um possui a sua particularidade e no meio hospitalar essa tarefa se torna ainda mais difícil, por se tratar de um ambiente que a pessoa se encontra enferma e os profissionais de enfermagem habitualmente se encontram na

mesma situação. Devido ao cuidado diário com os pacientes doentes os profissionais de enfermagem acabam tendo que buscar meios para confortar a família assim como o doente.

Segundo Kesterberg et al. (2014), as diferentes situações enfrentadas pelos profissionais de enfermagem em seu ambiente de trabalho, quando não são facilmente passíveis de serem modificadas, deveriam estimular as instituições de saúde a assumir mais responsabilidades quanto a amenizar estes fatores, através do zelo. Recomendam para este zelo, capacitação em gerenciamento de estresse ocupacional de conflitos, capacitação em habilidades sociais e criação de grupos de suporte ao trabalhador. A aplicação destas estratégias podem favorecer os recursos internos e ajudá-los a entender o gerenciamento do estresse ocupacional, conduzindo a maneira de perceber e de lidar com a situação estressora apresentada.

Os limites das atividades dos profissionais de enfermagem (auxiliar, técnico e enfermeiro) estão definidos no Decreto n. 94.406/87, que regulamenta a Lei n. 7.498, de 25 de junho de 1986. As funções são divididas por níveis de complexidade e cumulativas, ou seja, ao técnico e aos auxiliares, competem funções específicas enquanto que o enfermeiro é responsável pelas suas atividades privativas, mais complexas, podendo, inclusive, desempenhar as tarefas das outras categorias (BRASIL, 1987).

Sendo assim, esta pesquisa objetiva apontar o nível de estresse dos profissionais de enfermagem de unidades de Pronto Socorro Adulto e Infantil em decorrência da execução de suas atividades diárias de trabalho, através da aplicação do questionário sobre o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo baseado em pesquisa quantitativa de campo, com abordagem transversal sobre o estresse que os profissionais de enfermagem são submetidos no seu dia a dia de trabalho.

Esta pesquisa foi autorizada pela Plataforma Brasil, pelo Parecer Número 3.332.123 em respeito à resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Para inclusão da amostra, considerou-se os profissionais de enfermagem atuantes na unidade de pronto socorro adulto e infantil a mais de seis meses e que tiveram disponibilidade e interesse em participar do estudo. Para exclusão considerou-se os funcionários de licença médica, férias, folga ou que não queiram participar da pesquisa.

Vale ressaltar que os participantes foram abordados em suas Unidades de Trabalho (PSA e PSI), nos dias e horários de trabalho, mas sem comprometer o andamento de suas atividades. Os questionários foram aplicados somente após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), respeitando-se os princípios de beneficência, justiça e respeito à dignidade humana, que será entregue ao participante juntamente com o questionário (BRASIL, 2012).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente foram abordados 20 profissionais, sendo que destes, 1 foi descartado por não ter respondido a parte dos dados sócio demográficos, finalizando a amostra com 19 participantes.

Diante desta amostra, segue a seguir a apresentação dos dados encontrados na pesquisa.

A composição desta pesquisa, foi constituída por 4 enfermeiros, 8 Técnicos de Enfermagem e 7 Auxiliares de Enfermagem. Destes profissionais, 79% (15/19) são do sexo feminino, 37% (7/19) possuem idade de 36 a 45 anos, 42%(8/19) são casados, 74% (14/19) possuem filhos, 37% (7/19) atuam no setor de Pronto Socorro da Instituição a mais de 10 anos, 58% (11/19) trabalham no período diurno na instituição, 58% (11/19) trabalham na Instituição por 40 horas semanais, 68% (13/19) atuam em outra Instituição e 58% (11/19) dos profissionais trabalham mais de 60 horas semanais quando somadas suas cargas de trabalho.

Tabela 1- Presença de Estresse, Fases e Sintomas nas categorias dos profissionais de enfermagem:

	Enfermeiro	%	Técnico de Enfermagem	%	Auxiliar de Enfermagem	%	n
Ausência de estresse	1	25%	3	37,5%	2	29%	6
Presença de estresse	3	75%	5	62,5%	5	71%	13
	4		8		7		19
Fase de Alerta	0	0%	0	0%	0	0%	0
Fase de Resistência	2	67%	4	80%	3	60%	9
Fase de Quase							
Exaustão	0	0%	0	0%	0	0%	0

Fase de Exaustão	1	33%	1	20%	2	40%	4	3
	3		5		5		13	
Sintomas Físicos	0	0%	0	0%	0	0%	0	0
Sintomas Psicológicos	0	0%	3	60%	2	40%	5	3
Sintomas Físicos e Psicológicos	3	100%	2	40%	3	60%	8	6
	3		5		5		13	

Fonte: Os autores.Lourenço da Serra, 2019.

A seguir serão apresentados e discutidos os achados referentes à Tabela 1, quanto à presença de estresse, fases e sintomas nas categorias dos profissionais de enfermagem:

Quanto à prevalência de estresse nos profissionais, 68% (13/19) dos profissionais, independente da categoria, apresentaram alguma fase de estresse e 32% (6/19) não apresentaram (Tabela 1).

Segundo estudos realizados com profissionais de enfermagem, aplicando o ISSL, há a existência de alguma das fases do estresse, como aponta o estudo de Selegim et al. (2012) com uma prevalência em 70% de sua amostra; no de Kesterberg et al. (2014), que aponta sua ocorrência em 56,5% dos participantes e o de Soratto et al. (2016) com 60,87%. Já a pesquisa realizada por Furlin et al. (2016) aponta que 59,6% dos pesquisados não apresentaram estresse.

Quanto ao sexo, o masculino foi prevalente, ocorrendo em 100% (4/4) dos participantes, enquanto para o sexo feminino houve uma representatividade de 60% (9/15) das participantes.

Em relação à distribuição da frequência em relação ao estresse, observa-se uma prevalência na presença do estresse em 68% (13/19) dos profissionais. Entre os 4 profissionais Enfermeiros da amostra, prevaleceu o estresse 75% (3/4), sendo que o estresse encontrou-se na fase de resistência 67% (2/3) e de exaustão 33% (1/3) havendo prevalência nos sintomas físicos e psicológicos.

Para os profissionais 8 Técnicos de Enfermagem da pesquisa, prevaleceu o estresse 62,5% (5/8), sendo que o estresse encontrou-se na fase de resistência 80% (4/5) e de exaustão 20% (2/5) havendo prevalência nos sintomas psicológicos.

Quanto aos 7 profissionais Auxiliares de enfermagem da amostra prevaleceu o estresse 71% (5/7), sendo que o estresse encontrou-se na fase de resistência 60% (3/5) e de exaustão 40% (2/5) havendo prevalência nos sintomas físicos e psicológicos.

Conceituar e estabelecer as fases do estresse é fundamental para o estabelecimento de medidas preventivas ou de promoção, sendo assim, considera-se a fase de alerta como a fase positiva do estresse, indicando seu surgimento; a fase de resistência é a fase no qual o indivíduo tenta lidar com os fatores estressores de forma a manter a homeostase interna do organismo; a fase de quase exaustão caracteriza pelo início do adoecimento do indivíduo e a fase de exaustão é a fase onde surgem as doenças graves. (LIPP, 2000; LIPP, 2005).

Segundo os estudos de Seleglim et al. (2012); Soratto et al. (2016) e Furlin et al. (2016), a Fase de Resistência prevalece nos profissionais de enfermagem.

Considerando que a resposta ao estresse deve ser analisada segundo seus contextos, faz-se necessário observar e avaliar as respostas do indivíduo frente seus aspectos físicos e psicológicos.

Enquadram-se para estas respostas, aspectos emocionais diversos e seus sinais e sintomas, podendo ser eles: apatia, depressão, desânimo, sensação de desalento e hipersensibilidade emotiva até raiva, ira, irritabilidade e ansiedade, além de ter o potencial de desencadear surtos psicóticos e crises neuróticas em pessoas predispostas. Já no âmbito etiológico das patologias, podem ocorrer: hipertensão arterial essencial, úlceras gastroduodenais, cânceres, psoríase, vitiligos, dentre outras. (LIPP, 2005).

Tabela 2- Distribuição das Fases do estresse segundo o sexo.

	Feminino		Masculino	
	N	%	N	%
Resistência	6	66,7%	3	75%
Exaustão	3	33,3%	1	25%
Alerta	0	0%	0	0%
Quase Exaustão	0	0%	0	0%
Total	9	100%	4	100%

Fonte: Os autores. São Lourenço da Serra, 2019.

Na Tabela 2, estão demonstrados os resultados relativos às fases do estresse segundo o sexo, apontando que tanto para as mulheres quanto para os homens, predominou a fase de resistência, sendo respectivamente 66,7% (6/9) e 75% (3/4).

Tabela 3- Distribuição dos sintomas do estresse segundo sexo.

Feminino	Masculino
----------	-----------

	N	%	N	%
Psicológicos	3	33,3%	2	50%
Físicos	0	0%	0	0%
Físicos e Psicológicos	6	66,7%	2	50%
Total	9	100%	4	100%

Fonte: Os autores. São Lourenço da Serra, 2019.

No que diz respeito à Tabela 3 sobre as manifestações do estresse segundo o sexo dos profissionais de enfermagem das unidades de Pronto Socorro, nas mulheres prevaleceu os sintomas físicos e psicológicos com 66,7% (6/9) e nos homens houve equivalência entre os sintomas psicológicos e físicos e psicológicos com 50% (2/4) em cada.

CONCLUSÃO

Esta pesquisa apontou que o estresse está presente nos profissionais de enfermagem sobressaindo nos profissionais Enfermeiros. Considerado que estes profissionais exercem o papel de líderes de equipe, o surgimento do estresse pode influenciar no andamento e no equilíbrio da equipe. Ressalta-se ainda que estresse nos profissionais de enfermagem, independente da categoria, é preocupante, em decorrência dos sinais e sintomas que gera, como o absenteísmo, o adoecimento, a insatisfação dos clientes e da equipe, dentre outros. Outro apontamento é que os profissionais com jornada dupla de trabalho e com carga acima de 60 horas semanais, casados e com filhos, foram fatores que prevaleceram nos profissionais que apresentaram alguma fase de estresse.

Considerando que a Fase de Resistência se sobressaiu na amostra, indicando que os profissionais tentam de alguma forma lidar com os problemas individualmente, muitas vezes não buscando ajuda profissional por não perceberem ou acreditarem na sua existência. Estes indícios são representados pela presença de sinais psicológicos e físico/psicológicos.

Deve ser levado em consideração que se o estudo for realizado em outro momento, os resultados poderão ser diferentes, o que indica que o momento se modifica continuamente, com variáveis não controláveis, isto é, o estado emocional de cada pessoa se apresentará diferente conforme as variáveis que se apresentarem, as quais podem ser fatores externos e internos relacionados à pessoa ou ao trabalho.

Sendo assim aponta-se que as relações de estresse entre os profissionais de saúde indicam a necessidade de constantes estudos, considerando-se que quanto mais pesquisas e conhecimento em torno dele, melhor será tanto para o indivíduo, que terá sua saúde mental beneficiada, quanto para as instituições, que poderão estar sempre atualizadas, proporcionando um bom e adequado ambiente de trabalho. Se os profissionais conseguem utilizar corretamente os mecanismos de enfrentamento e, até mesmo, se levam sua vida de forma mais saudável, terão baixa probabilidade de desencadear estresse patológico em razão do trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Decreto COFEN N 94.406/87 Regulamenta a Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre o exercício da Enfermagem, e dá outras providências. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/decreto-n-9440687_4173.html> Acesso: fevereiro 2019

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. II.23 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html> Acesso: março de 2019

FARIAS, S.M.C., TEIXEIRA, O.L.C., MOREIRA, W., OLIVEIRA, M.A.F. & PEREIRA, M.O. (2011). Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, 45(3), p.722-729. Disponível em: <https://bdpi.usp.br/bitstream/handle/BDPI/3869/art_OLIVEIRA_Caracterizacao_dos_sintomas_fisicos_de_estresse_na_2011.pdf?squence=1> Acesso: março de 2019.

FONTINHAS, J. E.; CARDOSO, J. M. M.; O Estresse no Trabalho do Enfermeiro. **Revista Uningá**. Paraná: V. 51, p. 78 - 86., janeiro – março 2017. Disponível em: <<http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/1330>> Acesso: março de 2019.

HALZELMANN, R. S.; PASSOS, J. P. Imagens e representações da enfermagem acerca do stress e sua influência na atividade laboral. **Revista esc enferm USP** .44,p.694-701, 2010. Disponível em:<<http://www.revistas.usp.br/reeusp/article/view/40594>> Acesso: fevereiro de 2019.

KESTERBERG, C. C. F.; FELIPE, I. C. V.; ROSSENE, F. D. O.; DELPHIM, L. M.; TEOTONIO, M. C. O Estresse do trabalhador de enfermagem: estudo em diferentes unidades de um hospital universitário. **Revista Enferm UERJ**, Rio de Janeiro 23(1), p.45-51., dezembro de 2014. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v23n1/v23n1a08.pdf>> Acesso: março de 2019.

LIPP, M. E. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

LIPP, M. E. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

PEREIRA, G. J.; MELLO, D. F. Causa e efeito do estresse no trabalho. **Revista interação** 16(16), 2014. Disponível em:<
<http://interacao.unis.edu.br/wp-content/uploads/sites/80/2016/05/2016-8.pdf> > Acesso: março de 2019.

POLIT, DENISE F.; BECK, CHERYL TATANO; HUNGLER, BERNADETTE P. **Fundamentos de Pesquisa em Enfermagem - 7ed: Avaliação de Evidências para a prática da Enfermagem.** Editora Artmed. 7 Edição. Porto Alegre, 2011.

RAMOS, E. L.; SOUZA, N. V. D.O.; GONÇALVES, F.G.A.; PIRES, A.D,S.; SANTOS, D.M.D.S. Qualidade de vida no trabalho percussões para a saúde do trabalhador de enfermagem de terapia intensiva. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, 6(2),p.571-583.,abril-junho, 2014. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2833/pdf_1245> Acesso: março de 2019.

RIBEIRO RP, MARTINS JT, MARZIALE MHP, ROBAZZI MLCC. O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev Esc Enferm USP**. 2012; 46(2):495-504. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n2/a31v46n2.pdf>> Acesso: março de 2019.

RODRIGUES, C. P.; AMORIM, J. S. C.; CÍCERO, A. C.; ALVES, L. A.; FERNANDES, K. B. P.; TRELHA, C. S. Estresse e qualidade de vida em técnicos e auxiliares de enfermagem em instituições de longa permanência para idosos. **Revista Mundo da Saúde**. São Paulo:v.40,n.2,p.180-188. Abril-junho, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n2/a31v46n2.pdf>> Acesso: março de 2019.