

**LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
FACULDADE NATALENSE PARA O DESENVOLVIMENTO
DO RIO GRANDE DO NORTE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

SARA INGRID DE ARAÚJO ALVES

**ESTRESSE NO TRABALHO DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM
QUE ATUA EM PRONTO SOCORRO: uma pesquisa bibliográfica**

**NATAL
2011**

SARA INGRID DE ARAÚJO ALVES

**ESTRESSE NO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM
QUE ATUA EM PRONTO SOCORRO: uma pesquisa bibliográfica**

Monografia apresentado como requisito
para obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem pela Faculdade Natalense
para o Desenvolvimento do Rio Grande
do norte – FARN.

**Orientador (ª): Prof. Ms. Ramon
Evangelista dos Anjos Paiva**

**NATAL
2011**

Catálogo na Publicação – Biblioteca da FARN
Setor de Processos Técnicos

Alves, Sara Ingrid De Araújo
Estresse no Trabalho do Profissional de Enfermagem que atua em
Pronto Socorro: uma pesquisa bibliográfica / Sara Ingrid de Araújo Alves.
– Natal, 2011.
32f.

Orientador: Ramon Evangelista dos Anjos Paiva. (Msc.)

Monografia (Bacharel em Enfermagem) – Faculdade Natalense para o
Desenvolvimento do Rio Grande do Norte.

1. Enfermagem - Monografia. 2. Prática de Enfermagem - Estresse –
Monografia. 3. Profissionais de Enfermagem - Estresse – Monografia.

I. Título.

RN/FARN/BC

CDU 616-083

SARA INGRID DE ARAÚJO ALVES

**ESTRESSE NO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM
QUE ATUA EM PRONTO SOCORRO: uma pesquisa bibliográfica**

Monografia apresentado como requisito
para obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem pela Faculdade Natalense
para o Desenvolvimento do Rio Grande
do norte – FARN.

Aprovado em ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ms. Ramon Evangelista dos Anjos Paiva

Orientador

FARN

Patrícia Cássia Bezerra de Fonseca

Prof. Examinadora

FARN-RN

Prof^a.Ms. Neyla Ivanete Gomes de Farias Alves Bila

Prof. Examinadora

FARN-RN

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho ao meu pai, que mesmo ausente, pode fazer parte do mesmo.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente á Deus, pelo poder de concretização de mais um sonho, e pelo objetivo tão esperado e almejado.

A minha mãezinha Inês, que me possibilitou a realização dessa etapa na minha vida. A toda sua dedicação, confiança transmitidas ao longo desses 04 anos de Faculdade, carinho, respeito e amor... Saiba que sempre será o meu orgulho.

Aos meus familiares em especial aos meus irmãos (Shirlenne e Stepan), sobrinha (Ana Cecília), tios, primos, padrasto (Dantas) pelo apoio e carinho.

Ao meu orientador Prof. Ms.Ramon Evangelista dos Anjos Paiva, pela paciência e pelos ensinamentos obtidos.

Aos Professores Ms. e funcionários da FARN que foram de grande valia para o meu crescimento acadêmico.

Ao meu grande amigo Rodrigo Wagner, pela paciência que teve comigo durante esse estresse de término de curso, pelas sinceridades, as trocas de informações e por muitos momentos de alegrias.

A minha amiga Alexssandra, que mesmo pelo pouco tempo de convívio mora no meu coração. E também a toda equipe do Hospital dos Pescadores, que contribuíram para o meu crescimento pessoal e profissional.

Em especial ao meu grande amigo Dr. Dionísio Semedo, pela sua acreditação em mim como profissional e pelo seu carinho nas horas estressantes.

Sara Ingrid de Araújo Alves

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BDENF	Base de dados de enfermagem
LILACS	Literatura Latino-Americana e do Caribe em ciências da saúde
PS	Pronto Socorro
OMS	Organização Mundial de Saúde
SAG	Síndrome de adaptação geral
SCIELO	Scientific Electronic Library Online

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	Fases e caracterização do estresse.....	18
Quadro 2	Fatores do estresse.....	18
Quadro 3	Os estressores do ambiente de trabalho.....	21

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Algumas características da amostra estudada.....	25
Tabela 2	Distribuição de algumas características sociodemograficas.....	26
Tabela 3	Sinais e sintomas apresentados pela equipe de enfermagem.... do Pronto Socorro.	27

RESUMO

Considera-se a enfermagem uma profissão que sofre o impacto do estresse, proveniente implicitamente do cuidado constante com pessoas doentes e situações imprevisíveis, principalmente na unidade de pronto socorro. A finalidade deste estudo foi de apresentar fatores que causam o estresse na equipe de enfermagem atuante em unidades de emergência no Brasil. Os dados foram analisados de forma descritiva e exploratória. Denota-se que tanto a estrutura organizacional da instituição hospitalar tem responsabilidade no nível de estresse dos enfermeiros nas emergências como também a própria equipe de enfermagem, na procura de estratégias para enfrentamento da situação, que pode interferir no âmbito pessoal e profissional. Refere-se ao estresse como um distúrbio emocional que acarreta desequilíbrio da saúde mental, ocasionando irritação, mau humor e incapacidade para o trabalho. Não se julgam estressadas, embora algumas refiram esta sensação em certas ocasiões. Acreditam que a atividade laboral pode contribuir para o estresse pelas condições e características do trabalho que realizam. Podemos concluir que embora definam o estresse como um distúrbio e atuem em condições desfavoráveis, nem todas percebem a influência destes fatores no seu equilíbrio emocional, sendo importante que se valorize a saúde mental dos trabalhadores, especialmente os profissionais de enfermagem que necessitam estar bem física e mentalmente para interagir com a clientela auxiliando-os. O objetivo é identificar os fatores ocupacionais associados com os três componentes da Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem que atuam em assistência hospitalar. As condições adversas ao trabalho geram estresse, obrigando o trabalhador a desenvolver mecanismos adaptativos que, por vezes, não são eficazes, e que acabam por conduzi-lo ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*.

Palavras-chave: Estresse, estressores, equipe de enfermagem, emergência, pronto socorro, trabalho, *Burnout*.

ABSTRACT

It is nursing a profession that is suffering the impact of stress, implicitly from the constant care to sick and unpredictable situations, especially in the emergency room unit. The purpose of this study was to present factors that cause stress acting on the nursing staff in emergency units in Brazil. Data were analyzed in a descriptive and exploratory. Denotes that both the organizational structure of the hospital has a responsibility for stress level of nurses in emergencies as well as their own nursing staff, in the search for strategies to face the situation, which can interfere in the personal and professional. Refers to stress as an emotional disorder that causes mental imbalance, causing irritation, moodiness, and inability to work. Do not feel stressed, although some relate this feeling at times. They believe that the work activity can contribute to stress conditions and the characteristics of their work. We can conclude that while defining stress and act as a disturbance in unfavorable conditions, not all perceive the influence of these factors in their emotional balance, it is important to appreciate that mental health workers, especially nursing professionals who need to be well physically and mentally to interact with customers helping them. The goal is to identify occupational factors associated with the three components of burnout syndrome in nursing staff working in hospital care. The adverse conditions create stress at work, forcing the worker to develop adaptive mechanisms that sometimes are not effective, and which eventually lead him to the development of burnout syndrome.

Keywords: stress, stressors, nursing staff, emergency, emergency room, work burnout.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	12
1.1	PROBLEMATIZAÇÃO.....	12
1.2	OBJETIVOS.....	14
1.2.1	Objetivos gerais.....	14
1.2.2	Justificativa.....	14
2	REFERÊNCIAL TEÓRICO.....	15
2.1	PRONTO SOCORRO.....	15
2.2.1	Estresse.....	16
2.2.2	Estresse ocupacional.....	19
2.2.3	Estresse e a síndrome de <i>burnout</i>.....	21
2.2.4	Estresse na equipe de enfermagem.....	22
3	METODOLOGIA.....	24
3.1	TIPO DO ESTUDO.....	24
3.1.1	Local da pesquisa.....	24
3.1.2	3.1.2 Coleta e análise dos dados.....	24
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	25
5	CONCLUSÃO.....	28
	REFERÊNCIAS.....	29

1 INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMATIZAÇÃO

O termo *stress* foi usado, na área da saúde, pela primeira vez, em 1936 quando se notou que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e referiam alguns sinais e sintomas em comum, tais como: inapetência, emagrecimento, dificuldade na digestão, desânimo e fadiga (MENZANI; BIANCHI, 2009).

Nos dias atuais, é possível identificar vários trabalhos enfocando os mais diversos aspectos do estresse. Tal preocupação, talvez, deva-se ao fato do stress estar freqüentemente presente no cotidiano humano (MENZANI, 2006).

Segundo a OMS, 90% da população mundial são afetadas pelo stress, tornando-se uma epidemia global. A preocupação referente ao assunto estresse é crescente. Antes, o tema vinculava-se à abordagem de auto-ajuda. Verifica-se, atualmente, um aumento na publicação de artigos e pesquisas científicas em relação aos métodos de como lidar com o estresse e com grande preocupação na área de enfermagem. Várias são as definições para o tema estresse (BATISTA; BIANCHI, 2006).

O referencial adotado neste estudo define estresse como “qualquer evento que demande do ambiente externo ou interno e que taxee ou exceda as fontes de adaptação do indivíduo”, estabelecendo, assim, as bases do modelo interacionista de estresse (MENZANI, 2006).

Nesse modelo, a pessoa realiza a avaliação primária do “estressor”, na qual ocorre a ponderação sobre o valor do evento, enquanto algo positivo (desafio), ou negativo (ameaça), e até mesmo se é algo irrelevante, o que não provoca estresse. Na avaliação secundária, para os eventos considerados como desafio e ameaça, o indivíduo avalia suas fontes de enfrentamento e as estratégias disponíveis, com a perspectiva de manter o equilíbrio dinâmico de sua saúde (BIANCHI, 2000).

Dentre os diversos enfoques de estudo do estresse, este artigo contextualiza o tema, relacionando-o ao trabalho de enfermagem. Essa discussão iniciou-se na década de 60, quando a enfermagem foi apontada como uma profissão estressante. Alguns elementos estressores relacionados com a enfermagem e seu trabalho são:

Problemas de comunicação com a equipe; Inerente à unidade; Assistência prestada; Interferência na vida pessoal e atuação do enfermeiro (CALDERERO *et al* 2008).

A carga de trabalho é o estressor mais proeminente na atividade da equipe de enfermagem, além dos conflitos internos entre a equipe e a falta de respaldo do profissional, sendo a indefinição do papel profissional um fator somatório aos estressores. Considera-se a assistência do enfermeiro em diversos setores desgastantes, tanto pela carga de trabalho, como pelas especificidades das tarefas, e nesse panorama, encontra-se a unidade de emergência e os enfermeiros que lá trabalham (CALDERERO *et al* 2008).

Como principais estressores, pode-se determinar os seguintes itens: número reduzido de funcionários; falta de respaldo institucional e profissional; carga de trabalho; necessidade de realização de tarefas em tempo reduzido; indefinição do papel do profissional; descontentamento com o trabalho; falta de experiência por parte dos supervisores; falta de comunicação por parte da supervisão de serviço; ambiente físico da unidade; tecnologia de equipamentos e serviço; ambiente físico da unidade; assistência ao paciente e relacionamento com familiares (BATISTA; BIANCHI, 2006).

Ocorre o estresse quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano pessoal e profissional, surgindo demandas maiores do que a sua capacidade de enfrentamento. Busca-se, com este estudo, determinar o nível de estresse da equipe de enfermagem atuante em unidade de emergência de instituições hospitalares (MENZANI, 2006).

O estresse passou a ser considerado como uma resposta adaptativa, circundada por características individuais ou processos psicológicos, levando a demandas físicas ou psicológicas do indivíduo (GOMES *et al* 2009).

A enfermagem é considerada uma profissão que sofre o impacto total, imediato e concentrado do estresse, que advém do cuidado constante com pessoas doentes, situações imprevisíveis, execução de tarefas, por vezes, repulsivas e angustiantes, o que é comum nas unidades de pronto socorro (PS) (MENZANI; BIANCHI, 2009).

Os profissionais que atuam em unidades de atendimento de emergência devem ser capazes de tomar decisões rápidas e precisas, sendo assim, capacitados para distinguir as prioridades, avaliando o paciente como um ser indivisível, integrado e inter relacionado em todas as suas funções. Além disto, uma das características mais marcantes do PS é a dinâmica intensa de atendimento, assim, agilidade e a

objetividade se tornam requisitos indispensáveis aos profissionais, pois o paciente grave não suporta demora na tomada de decisões ou mesmo falhas de conduta (MENZANI; BIANCHI, 2009).

Considera-se importante que a equipe de enfermagem de PS reconheça os fatores estressantes do seu ambiente de trabalho, bem como as interferências dos mesmos no processo saúde doença, e que, ao invés de ignorar ou subestimar o stress, ele analise-o de forma objetiva, tentando, através de uma visão crítica da situação, encontrar soluções que possam amenizar o estresse sentido pelo grupo.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 objetivos gerais

Apresentar fatores que causam o estresse na equipe de enfermagem que atua em PS, de acordo com as literaturas científicas.

1.2.2 Justificativa

Este trabalho irá propiciar um conhecimento amplo sobre o estresse que acomete os profissionais de enfermagem. Para tanto, poderá esclarecer aos profissionais atuantes em PS, os principais causadores do estresse. Servirá como melhoria na assistência de enfermagem em urgência e emergência, contribuindo também como instrumento de melhorias positivas no atendimento do PS, onde trata pacientes de média e alta complexidade.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 PRONTO SOCORRO

O serviço de PS tem uma dinâmica característica, fruto dos saberes próprios a todas as especialidades da área de saúde, da administração e legislação civil e penal (BRUNO, 2005).

Os serviços de emergência existem para prestar assistência e ser acessível a todos que necessitem de cuidados especializados e imediatos, visando prolongar a vida ou prevenir conseqüências críticas, os quais devem ser proporcionados imediatamente (MENZANI, 2006).

O Pronto atendimento a pacientes adulto e/ou infantil é um dos setores mais desgastantes dos hospitais. O fator surpresa exige procedimentos rápidos e precisos da equipe atuante para conforto e atendimento ao paciente e seus familiares. Isso por si só traz desgaste físico e mental aos profissionais que ali atuam. Além dos atendimentos considerados rotineiros, as paradas cardiorrespiratórias, as convulsões, os edemas agudos de pulmão, lesões por arma de fogo ou arma branca são acontecimentos característicos desse setor (FARIAS *et al.* 2011).

Os profissionais que ali atuam em unidades de atendimento de emergência devem ser capazes de tomar decisões rápidas e precisas, sendo assim, capacitados para distinguir as prioridades, avaliando o paciente como um ser indivisível, integrado e inter relacionado em todas as suas funções. Além disto, uma das características mais marcantes do pronto socorro é a dinâmica intensa de atendimento, assim, agilidade e a objetividade se tornam requisitos indispensáveis aos profissionais, pois o paciente grave não pode esperar tomado de decisões ou mesmo falhas de conduta (MENZANI; BIACHI, 2009).

2.2.1 Estresse

A palavra estresse tornou-se de uso corriqueiro, difundida por meio dos diferentes meios de comunicação. Usa-se como sendo a causa ou a explicação para inúmeros acontecimentos que afligem a vida humana moderna. A utilização generalizada, sem maiores reflexões, simplifica o problema e oculta os reais significados de suas implicações para a vida humana como um todo. (MOROFUSE *et al.* 2005)

Segundo Meneghini *et al.* (2011) foi na Física que se empregou, pela primeira vez, a palavra estresse, que como definição o “desgaste sofrido por materiais expostos a pressões ou forças”. O termo se difundiu em outros campos da ciência sendo conotado aos conceitos de força, esforço e tensão a partir dos séculos XVIII e XIX.

Na segunda década do século passado chegou ao campo científico graças ao endocrinologista Hans Selye, que o empregou para nomear as ações de forças mútuas que ocorrem em qualquer parte do corpo. Em 1926, na sua prática científica ele notou que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e apresentavam algumas queixas em comum, tais como: desânimo, fadiga, hipertensão e falta de apetite (MENEGHINI *et al.* 2011).

O estresse é definido como um conceito relacional mediado cognitivamente e que reflete a relação entre a pessoa e o ambiente, colocando em risco o seu bem estar. Podemos acrescentar, ainda, que o estresse só ocorre quando as demandas representam um desejo que o indivíduo é incapaz de alcançar (LAUTERT *et al.* 1999).

O mesmo pode ser denominado como o esforço conduzido pelo organismo para resolver uma situação indesejada ou adaptar-se a ela produzindo equilíbrio. Apesar de estarmos acostumados em nosso dia-a-dia a associar a palavra estresse somente às situações que tenham conotações negativas, nocivas; é importante realçar que as reações relacionadas a situações prazerosas e com retorno agradável para o indivíduo, também são caracterizadas como estresse (HANZELMANN; PASSOS, 2010).

Segundo DIAS, *et al.* (2004) o conceito da palavra estresse que significa a fonte, situação, circunstância ou acontecimento indutor de experiências de estresse.

Pois o estressor é o agente produtor de reações que o organismo sofre em decorrência de agressões de ordem física ou psíquica que causam perturbação ao indivíduo.

O estresse pode significar pressão, insistência e até mesmo estar estressado. Significa por sua vez, estar sob pressão ou sob ação de um determinado estímulo insistente. A vulnerabilidade dos indivíduos ao estresse depende da sua habilidade para lidar com os eventos estressores (SOCORRO *et al.*).

MARTINS *et al.* (2000) diz que o estresse ocorre quando a capacidade de adaptação do indivíduo é suplantada por eventos e sobrecargas emocionais muitas vezes no aspecto qualitativo, sendo quantitativamente insignificantes e, na maioria das vezes decorre de excessos e tensões emocionais no âmbito afetivo, familiar, profissional e/ou social, sendo que as respostas e sintomatologia dependem da personalidade de cada indivíduo.

A ausência de um consenso sobre o conceito de estresse tem resultado em vários conceitos definidos por diversos pesquisadores, que consideram individualmente os aspectos cognitivos, emocionais, psicológicos, fisiológicos, ou de maneira relacionada. Outros autores definem o estresse como uma experiência positiva, que citando Lazarus e Folkman, declararam que a “vida sem *stress* seria um exercício em tédio” (MENZANI, 2006).

Possivelmente tem a ver com a deterioração da qualidade de vida nos últimos decênios. A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que 90% da população mundial é afetada pelo estresse, tornando-se quase de uma epidemia global (BATISTA; BIANCHI, 2006).

MARTINS, (2003) propõem quatro categorias de estressores: Do ambiente físico; De nível individual (desempenho de papel e desenvolvimento da carreira); De nível grupal (relações interpessoais e pressões de grupo); De nível organizacional.

Pode vir a ocorrer de duas formas, a primeira de natureza aguda (muito intenso, mas que desaparece rapidamente) e a segunda de natureza crônica (não tão intenso, perdurando por períodos de tempo mais prolongados e os recursos utilizados pelo indivíduo para enfrentá-lo são escassos). O estresse crônico contribui para uma pobre qualidade de vida e aumento do risco de diversas doenças, como coronarianas, hipertensão e baixa do sistema imunológico (CALDERERO *et al.* 2008).

O estresse no trabalho ocorre quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano pessoal e profissional, surgindo

demandas maiores do que a sua capacidade de enfrentamento (BATISTA; BIANCHI, 2006).

Tem como etapas a avaliação primária, realizada quando o indivíduo se confronta com o evento e o avalia como irrelevante, e não provocador de estresse ou como um desafio (positivo) ou uma ameaça (negativo) e ambos desencadeadores das manifestações biológicas da SAG. Descrevem a avaliação secundária, quando o indivíduo avalia seus potenciais para enfrentar a situação estressante e como pode usar os mecanismos de *coping* (BIACHI, 2000).

As investigações têm demonstrado que os eventos estressantes podem vir a serem fatores etiológicos de vários problemas físicos e emocionais. Nessas investigações, o estresse tem sido conceituado, sucessivamente, como estímulo, resposta e interação (LAUTERT *et al.* 1999).

Estresse pode vir a ser definido por três conceitos:

Quadro 1: Fases e Características do Estresse.

Fases	Características
Fase de alarme	A pessoa experimenta uma série de sensações que às vezes não identifica como de stress. Esses sintomas podem ser mãos suadas, taquipnéia, taquicardia, acidez estomacal, inapetência e cefaléia e são relatados na fase aguda.
Fase da resistência	Ocorre quando a pessoa tenta se adaptar à situação, isto é, tenta restabelecer um equilíbrio interno. Conforme este equilíbrio é atingido, alguns dos sintomas iniciais desaparecem, porém essa adaptação utiliza a energia que o organismo necessita para outras funções vitais.
Fase de exaustão	Nesta fase, toda a energia adaptativa da pessoa foi utilizada e os sintomas iniciais reaparecem e outros se desenvolvem, podendo chegar à morte.

Fonte: MENZANI, 2006; p. 19.

Alguns fatores têm sido descritos como condicionantes do estresse por MENZANI, (2006) em “*Stress* entre enfermeiros que atuam em PS: avaliação e intervenção” apontam alguns destes fatores:

Quadro 2: Fatores do estresse.

Reconhecimento do estressor	Determinado pela avaliação do indivíduo na relação contextual em que é apresentado;
Quantidade de estressores	
Tempo de exposição ao estressor	
Vivência anterior	No reconhecimento de uma ameaça ou desafio, o organismo baseia-se em resultados já obtidos em situações vividas anteriormente;
Idade	Sobre esse fator, na bibliografia não se encontra singularidade nas teorias;
Gênero	É ultrapassado o conceito de que apenas os homens

	seriam susceptíveis ao estresse, isso modificou devido ao novo papel que a mulher desempenha na sociedade e pelo fato de não deixar de ser mulher (mãe, esposa, mulher, entre outros);
Suporte	Na busca do equilíbrio e da adaptação, os suportes (religioso, familiar, psicológico e social) são usados como estratégias;
Personalidade	É um dos tópicos sobre os quais são desenvolvidos mais estudos. Ocorre grande interesse em desvendar a “força (hardness)” da personalidade, causando repercussões diferentes do stress nos indivíduos.

Fonte: MENZANI, 2006, p.25.

Por isso, o trabalho dos enfermeiros, em ambiente hospitalar, é um tipo de trabalho desenvolvido em circunstâncias altamente estressantes, as quais podem levar a problemas como: Desmotivação; Insatisfação profissional; Absentismo; Rotação e tendência a abandonar a profissão (MARTINS, Maria da Conceição, 2003).

2.2.2 Estresse ocupacional

Segundo MENEZHINI *et al.* (2010), o estresse vinculado ao trabalho, chamado de estresse ocupacional, refere-se à falta de capacidade do trabalhador de se (re)adaptar às demandas existentes no trabalho e àquelas que ele próprio percebe. O estresse ocupacional ou laboral pode, ainda, referir-se ao conjunto de perturbações de cunho psicológico e ao sofrimento psíquico associados às experiências de trabalho, cujas demandas ultrapassam as capacidades físicas ou psíquicas do sujeito para enfrentar as solicitações do meio ambiente profissional.

Ainda a referida autora considera que os principais fatores que desencadeiam o estresse no ambiente de trabalho envolvem os aspectos da organização, da administração, do sistema de trabalho e da qualidade das relações humanas. Deve-se ressaltar, no entanto, que o estresse ocupacional não está relacionado apenas às questões do meio externo no qual o trabalhador se inter-relaciona, mas também àquelas que são internas do trabalhador.

O estresse ocupacional é definido por uma situação de tensão ocupacional crônica, na qual os trabalhadores são submetidos a uma carga de trabalho cumulativa

de alto esforço, com baixa recompensa (remuneração) e baixo controle (GUIMARÃES, L.; MARTINS, D. 2004).

O conceito de estresse ocupacional também pode ser encarado sob a perspectiva transacional, onde existe uma interação entre o indivíduo e a situação estressante. Ou seja, o estresse ocupacional está determinado pela percepção que o trabalhador tem das demandas existentes no ambiente de trabalho e por sua habilidade para enfrentá-las (LAUTERT *et al* 1999).

Consiste num fenômeno tão complexo que não deveria ser tratado como uma variável, mas como uma área de estudo e prática que se preocupa com diversas variáveis interligadas, tais como estímulos do ambiente de trabalho e respostas não saudáveis de pessoas expostas a eles. Portanto é um processo que o indivíduo percebe demandas de trabalho como estressores, pois ao exceder suas habilidades de enfrentamento, provocam no mesmo, reações negativas (TAMAYO, A.; PASCHOAL, T. 2004).

Ele pode vir a se instalar quando o ambiente de trabalho é percebido como ameaça ao indivíduo, podendo repercutir na vida pessoal e profissional. O estresse ligado ao trabalho define-se naquela situação em que o indivíduo percebe seu ambiente como ameaçador, vindo a prejudicar sua interação com o trabalho e o meio (MENZANI, G. 2006).

Estressores ocupacionais estão freqüentemente ligados à organização do trabalho, como pressão para produtividade, retaliação, condições desfavoráveis à segurança no trabalho, indisponibilidade de treinamento e orientação, relação abusiva entre supervisores e subordinados, falta de controle sobre a tarefa e ciclos trabalho-descanso incoerente com limites biológicos. Por isso, quanto maior a demanda e menor o controle, mais provável será a ocorrência de estresse e prejuízos à saúde do trabalhador (MURTA; S.; TRÓCCOLI, B. 2004).

O estudo das manifestações do estresse ocupacional na equipe de enfermagem possibilita uma melhor compreensão dos fatores que os desencadeiam, permitindo assim a proposição de intervenções e a busca de soluções para essa doença (TEXEIRA *et al*. 2011).

MENZANI, 2006 classifica os estressores do ambiente de trabalho em seis grupos:

Quadro 3: Os estressores do ambiente de trabalho.

Fatores intrínsecos ao trabalho (condições inadequadas de trabalho, turno de trabalho, carga horária de trabalho, contribuições no pagamento, viagens, riscos, nova tecnologia e quantidade de trabalho).
Papéis estressores (papel ambíguo, papel conflituoso, grau de responsabilidade para com pessoas e objetos).
Relações no trabalho (relações difíceis com o chefe, colegas, subordinados e clientes, sendo diretamente e indiretamente associados).
Desenvolvimento na carreira (falta de desenvolvimento na carreira, insegurança no trabalho devido à reorganização ou declínio da indústria).
Interface trabalho-casa (dificuldade no manejo dessa interface).

Fonte: MENZANI, 2006, p. 28.

2.2.3 Estresse e a Síndrome *burnout*

A síndrome de *burnout* é denominada como esgotamento profissional, exaustão e esvaziamento. Identificada também como uma forma de estresse no trabalho que ocorre entre profissionais que lidam com qualquer tipo de cuidado, onde exista uma relação de cuidado e atenção direta e continua com outras pessoas (GUIMARÃES *et al.* 2004).

A síndrome de *burnout* manifesta-se através de quatro classes sintomatológicas, sendo: física, quando o trabalhador apresenta fadiga constante, distúrbio do sono e falta de apetite; psíquica observada pela falta de atenção, alterações da memória, ansiedade e frustração; comportamental, quando o indivíduo apresenta-se negligente no trabalho, com irritabilidade e incapacidade para se concentrar; e defensiva, quando o trabalhador tem tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, empobrecimento da qualidade do trabalho e atitude cínica (JODAS, D. ; HADDAD, M., 2009).

O *burnout* pode atingir diferentes profissões, em qualquer faixa etária, mas as profissões que exigem um intenso contato interpessoal são as que mais apresentam altos índices de *burnout* e, entre elas, encontram-se as profissões

assistenciais. Onde se caracteriza por um conjunto de sinais e sintomas de exaustão física, psíquica e emocional, em consequência da má adaptação do sujeito a um trabalho prolongado, altamente estressante e com intensa carga emocional, podendo estar acompanhado de frustração em relação a si e ao trabalho (COSTA, J. et al 2003).

Burnout seria uma consequência de eventos estressantes que predispõe o indivíduo a vivenciá-la, mas seria necessária a presença de uma interação trabalhador/cliente intensa e prolongada para que os sintomas surjam. Entre esses sintomas destacam-se os: sintomas físicos, sintomas de conduta e os sintomas psicológicos (GUIMARÃES, L.; CARDOSO, W. 2004).

Estudos mostram que altos níveis de estresse ocupacional e *burnout* têm um efeito negativo sobre o cuidado com o paciente e pode levar à deterioração na qualidade do cuidado e serviço prestado. Sendo assim altos níveis de estresse na equipe pode levar à queda da qualidade do tratamento aos doentes (MENZANI, G. 2006).

2.2.4 Estresse na equipe de enfermagem

O estresse no trabalho, provavelmente, também é vivenciado pelos profissionais de enfermagem, principalmente dentre os que atuam em serviços de emergência, visto que é uma área na qual o profissional exerce pleno controle e o paciente e família encontra-se em extrema vulnerabilidade. Sofre o impacto total, imediato e concentrado do estresse, que advém do cuidado constante com pessoas doentes, situações imprevisíveis, execução de tarefas, por vezes, repulsivas e angustiantes, o que é comum nas unidades de pronto socorro (MENZANI, G; BIANCHI, E. 2009).

“A enfermagem foi classificada pela *Health Education Authority*, como a quarta profissão mais estressante, no setor público. São poucas as pesquisas que procuram investigar os problemas associados ao exercício da profissão do enfermeiro no Brasil. A história da enfermagem revela que desde sua implementação no Brasil ela é uma categoria marginalizada e assim, o enfermeiro vem tentando afirmar-se profissionalmente sem contar com apoio e compreensão de outros profissionais” (STACCIARINI; TROCCOLI, 2001, p. 2.).

Ser trabalhador da área da saúde significa ter como agente de trabalho o homem, e, como sujeito de ação, o próprio homem. Há uma estreita ligação entre o trabalho e o trabalhador, com a vivência direta e ininterrupta do processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e tantos outros sentimentos e reações desencadeadas pelo processo doença (BATISTA, K.; BIANCHI, E. 2006).

Atenção especial tem sido dada pelos pesquisadores da enfermagem para algumas características da organização do trabalho que permeiam o cotidiano da equipe de enfermagem e podem desencadear o estresse, como as jornadas de trabalho prolongadas e os ritmos acelerados de trabalho, a atitude repressora e autoritária de uma hierarquia rígida e vertical, a fragmentação das tarefas, a ausência de reconhecimento da enfermagem como essencial, a inadequação da legislação em seu exercício profissional (HANZELMANN, R.; PASSOS, J. 2010).

A enfermagem vive uma realidade de trabalho cansativo e desgastante gerada pela diversidade, intensidade e simultaneidade de exposição a cargas físicas, químicas, mecânicas, fisiológicas e psíquicas. Este ambiente de trabalho turbulento e conflitante colabora para o aparecimento do estresse que geralmente o profissional demora em perceber seu adoecimento (HARBS *et al.* 2008).

3 METODOLOGIA

3.1 TIPO DO ESTUDO

Este estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, cuja característica é fazer uso de materiais já publicados, constituído principalmente de livros e artigos de periódicos. A revisão bibliográfica foi realizada no Scielo (Scientific Electronic Library Online), biblioteca da BVD (Biblioteca Virtual em Saúde), BDENF (Base de dados de enfermagem) biblioteca da FARN, entre outras, sobre os estudos já realizados com relação ao estresse que acomete a equipe de enfermagem.

3.1.1 Local da pesquisa

A coleta de dados foi realizada no site de busca científica Google Acadêmico na base de dados da LILACS, SCIELO e BDENF. Este é um tipo de ferramenta simples de pesquisa a literatura acadêmica de forma abrangente. Serão usadas como fontes de pesquisa, ainda livros de Enfermagem e Psicologia relacionados ao tema estudado.

3.1.2 Coleta e análise dos dados

Os dados foram analisados de forma descritiva e exploratória através de gráficos e tabelas, onde abordei tais pontos: autor, ano, revista, tipo de estudo, amostra utilizada e resultados obtidos. Foram analisados 36 artigos, somado a alguns livros relacionados ao assunto abordado, incluídos artigos importantes, atuais publicados nos anos de 2005 a 2010, que mostram textos completos e com objetivos do estudo. Excluídos os periódicos repetidos, equivocados, como tantos outros que não apresentam clareza em seu conteúdo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo mostrou que há predominância do sexo feminino, onde a faixa etária dos trabalhadores de enfermagem encontra-se no ciclo de adulto jovem, com média abaixo de 40 anos de idade. Podendo demonstrar que a enfermagem é uma profissão que cuja maioria dos profissionais é composta por jovens (BIANCHI, 2000; CALDERERO, 2008; COSTA *et al.* 2003; FARIAS, 2010).

Quanto às categorias profissionais de enfermagem, dividiam-se em: enfermeiros, técnicos auxiliares de enfermagem. Os trabalhadores pesquisados possuíam carga horária superior a 40 horas/semanais, e em sua maioria em regime de plantão, no período diurno (MENEHINI, 2010; MONTANHOLI *et al.* 2006; MARTINS, 2000).

Outro aspecto notório é que muitos profissionais não têm apenas um vínculo empregatício. Pois o regime de turnos e plantões abre a perspectiva de outros empregos. Isso ocorre devido à baixa remuneração, obrigando assim, os profissionais terem mais de um vínculo trabalhista, como forma de melhoria na complementação da renda familiar (HARBS, 2008).

Tabela 1: Distribuição de algumas características sociodemográficas.

Grau de escolaridade	
Nível superior	19,05
Técnico de enfermagem	71,43
Auxiliar de enfermagem	9,52
Idade	
Até 30 9	42,86
Até 40 3	14,28
Mais de 40 4	19,05
Estado Civil	
Casado	19,05
Solteiro	42,86
Outros	38,09

Fonte: FARIAS *et al* 2010.

Importante lembrar, é que além dos vínculos empregatícios, existem os vínculos familiares ou afetivos (esposo, filhos, amigos, namorado...) no qual essas profissionais de enfermagem necessitam por muitas vezes desenvolver múltiplas atividades formais ou não (BIANCHI; MENZANI, 2006).

A unidade hospitalar é muito estressante, podendo interferir na vida pessoal e profissional do trabalhador. E o trabalho quando realizado em condições insalubres e inseguras geram influências diretas sobre o bem-estar físico e psicológico do indivíduo (BATISTA; BIANCHI, 2006).

Tabela 2: Algumas características da amostra estudada.

Faixa Etária		
< 30 anos	31	15,3
30– 39	65	32
40– 49	85	4,9
Sexo		
Feminino	179	88,2
Masculino	24	11,8

Fonte: ROCHA; MARTINO, 2009.

Em relação às condições de trabalho para o desenvolvimento das atividades, fatores como: péssimas condições de trabalho, deficiência no número de profissionais de enfermagem, o número reduzido e a falta de funcionários, torna-se um desencadeador no ritmo acelerado do trabalho e um grande aporte de atividades divididas entre poucos (BIANCHI; MENZANI, 2009).

A ausência de organização no trabalho, que é a falta de materiais e condições de trabalho e pessoal não treinado. A existência de pouco ou a inexistência de material para o trabalho, faz com que o profissional tenha que improvisar, acarretando o uso de materiais inadequados. A insatisfação no trabalho, pela falta de reconhecimento, inexistência de direitos trabalhistas, remuneração baixa, e relações interpessoais e hierárquicas prejudicadas (FARIAS, 2011; GOMES, 2009).

O desgaste físico e mental são sinais e sintomas freqüentes nos profissionais de enfermagem, como: cefaléia, fadiga, tensão e dores musculares, irritabilidade, depressão, distúrbios do sono e doenças gastrointestinais (FARIAS, 2011).

Tabela 3: Sinais e sintomas apresentados pela equipe de enfermagem do Pronto Socorro.

Sintomas Físicos	Frequência %
Sensação de fadiga	66,67
Dor de cabeça por tensão ou dor muscular	85,71
Diminuição do interesse sexual	23,8
Sensação de desânimo pela manhã ao se levantar	57,14
Dificuldades para dormir ou sono interrompido	47,62
Indisposição gástrica ou dores no estômago	47,62
Sensação de tremores musculares	
Sensação de fôlego curto ou falta de ar	28,57
Redução do apetite	33,33
Sob pressão sente taquicardia	42,86
Sensação de sudorese	9,52
Rubor facial	9,52
Sensação de agulhadas pelo corpo	4,76

Fonte: ROCHA; MARTINO, 2009.

As alterações existentes no nosso corpo e na alma são absolutamente da nossa responsabilidade, e apesar de possuímos fatores estressantes vivenciados no nosso dia-dia, podemos minimizá-los através de mecanismos diretos, de nossa preferência. Como a prática de esportes, caminhadas ou lazer em geral.

5 CONCLUSÃO

Esta revisão constatou que diversos fatores podem contribuir para desencadear o estresse nas unidades de urgência e emergência, pois o profissional de enfermagem vive sob condições estressantes. Esses estressores estão ligados a ausência de organização no trabalho, falta de funcionários e materiais, (sendo preciso por muitas vezes improvisar) remuneração baixa e insatisfação no trabalho.

Foi possível verificar que a enfermagem é composta na sua grande maioria pelo sexo feminino e por adultos jovens, com faixa etária média abaixo dos 40 anos de idade. Tem mais de um vínculo empregatício.

Os sinais e sintomas predominantes foram: fadiga, tensão e dores musculares, cefaléia e distúrbios relacionados ao sono.

Com as informações colhidas e citadas no decorrer do trabalho facilitará o entendimento sobre o estresse e os seus decorrentes. Com essas medidas trarão melhor qualidade de vida pra a equipe de enfermagem que atua em PS, e levará o tão almejado equilíbrio.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Karla de Melo; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 4, p. 534-9, julho/agosto, 2006.

BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Escala Bianchi de Stress. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 43, n. spe, dez. 2009.

BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Enfermeiro hospitalar e o stress. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 34, n. 4, dez. 2000.

BRUNO, P.; OLDENBURG, C. **Enfermagem em pronto socorro**. Rio de Janeiro: SENAC, 2005.

CALDERERO, A.; MIASSO, A.; MENDONÇA, C; Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de Pronto Atendimento. **Revista eletrônica de enfermagem**. v.10, n.1, p 51-62, março, 2008.

COSTA, José Roberto Alves da; LIMA, Josefa Vieira de; ALMEIDA, Paulo Cesar. Stress no trabalho do enfermeiro. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 37, n. 3, set. 2003.

DAL PAI, Daiane; LAUTERT, Liana. Estratégias de enfrentamento do adoecimento: um estudo sobre o trabalho da enfermagem. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 22, n. 1, fevereiro, 2009.

FARIAS, Sílvia Maria de Carvalho et al . Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 45, n. 3, jun. 2011.

GOMES, A. Rui; CRUZ, José Fernando; CABANELAS, Susana. Estresse ocupacional em profissionais de saúde: um estudo com enfermeiros portugueses. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 25, n. 3, set. 2009.

GUIMARÃES, Liliana Andolpho; GRUBITS, Sonia. (Orgs.). **Série Saúde Mental e Trabalho**. Casa do Psicólogo, São Paulo, v. 2 e 3, 2004.

HANZELMANN, Renata da Silva; PASSOS, Joanir Pereira. Imagens e representações da enfermagem acerca do stress e sua influência na atividade laboral. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 44, n. 3, set. 2010.

HARBS, C.; RODRIGUES, S.; QUADROS, V; Estresse da equipe de enfermagem em um centro de urgência e emergência. **Boletim de enfermagem**, Paraná, v.1, n.2, p. 41-56, 2008.

JODAS, Denise Albieri; HADDAD, Maria do Carmo Lourenço. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 22, n. 2, 2009.

LAUTERT, L. et al. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. **Revista Pan-americana de saúde pública**, São Paulo, maio, 1999.

LIMA, Suzinara Beatriz Soares; ERDMANN, Alacoque Lorenzini. A enfermagem no processo da acreditação hospitalar em um serviço de urgência e emergência. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 19, n. 3, set. 2006.

MANETTI, Marcela Luísa; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Fatores associados à depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 12, n. 1, abr. 2007.

MARTINS, Luciana Monteiro Mendes et al . Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 34, n. 1, mar. 2000.

MARTINS, Maria da Conceição. Situações indutoras de stress no trabalho de enfermeiro no ambiente hospitalar. **Millenium - Revista do ISPV**, n.28, outubro, 2003.

MENEZHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 20, n. 2, junho, 2011.

MENZANI, Grazielle. **Stresse dos enfermeiros brasileiros que atuam em pronto socorro**. 2006. 112f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escala de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo.

MENZANI, G; BIANCHI, E. Stresse dos enfermeiros de pronto socorro dos hospitais brasileiros. **Revista eletrônica de enfermagem**, n. 2, v. 11. Maio, 2009.

MONTANHOLI, Liciane Langona; TAVARES, Darlene M. dos Santos; OLIVEIRA, Gabriela Ribeiro de. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 59, n. 5, out. 2006.

MURTA, Sheila Giardini; TROCCOLI, Bartholomeu Torres. Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 20, n. 1, Abril, 2004.

MUROFUSE; BRANCHES; NAPOLEAO. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 13, n. 2, abr. 2005.

MUROFUSE, Neide Tiemi; ABRANCHES, Sueli Soldati; NAPOLEAO, Anamaria Alves. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 13, n. 2, abr. 2005.

ROCHA, Maria Cecília Pires da; MARTINO, Milva Maria Figueiredo. Estresse e qualidade do sono entre enfermeiros que utilizam medicamentos para dormir. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 22, n. 5, out. 2009.

SILVA, Amanda Aparecida et al . Health-related quality of life and working conditions among nursing providers. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 4, ago. 2010 .

STACCIARINI, Jeanne Marie R.; TROCCOLI, Bartholomeu T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 9, n. 2, abr. 2001.

STACCIARINI, Jeanne Marie R.; TROCCOLI, Bartholomeu T. Instrumento para mensurar o estresse ocupacional: Inventário de Estresse em Enfermeiros (IEE). **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 8, n. 6, dez. 2000.

TAMAYO, Álvaro; PACHOAL; Tatiane. Validação da escala de estresse no trabalho. **Universidade de Brasília**, Brasília, fev. 2004.