

ESTRESSE OCUPACIONAL EM ENFERMEIROS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Patrícia Marciano Leite e Patrícia de Oliveira S. Hardt, Nancy Julieta Inocente

Universidade de Taubaté, Rua Quatro de Março, 432, Centro, 12020-270, Taubaté-SP, Curso de Mestrado em Gestão de Desenvolvimento Regional. patricia@dir.inpe.br; patriciaoshardt@hotmail.com; nancyinocente@yahoo.com.br

Resumo- O estresse é uma reação do organismo com componentes físicos e/ou psicológicos, enquanto que, o estresse ocupacional é consequência da exposição a fatores de risco psicossocial no ambiente hospitalar. Este artigo tem como objetivo identificar os fatores de estresse em profissionais da enfermagem. O delineamento da pesquisa é de revisão bibliográfica e exploratória sobre o tema Estresse Ocupacional em Enfermeiros. A literatura consultada percebe-se pontos em comum na aplicação da palavra que remanesçam de suas origens. Mesmo quando usado por disciplinas tão diferentes como a engenharia, a medicina e a psicologia, estresse é utilizado denotando desgaste (estresse de materiais, estresse muscular etc). A pressão das emergências, as cargas de trabalho geralmente pesadas, conseqüentes da baixa remuneração com turnos rotativos de até três empregos, o absenteísmo que, na maioria das vezes é alto, são alguns aspectos que vivenciados pelos profissionais da enfermagem provocam o estresse.

Palavras-chave: Estresse. Estresse Ocupacional. Enfermeiros. Pressão no trabalho.

Área do Conhecimento: Ciências Sociais Aplicadas

Introdução

Apesar do estresse ser identificado como a “doença do final do século”, seu conceito tem bases muito mais antigas. A origem da palavra estresse é do latim “*stringere*”, usado no sentido de “espremer”. No século XVII, era usada para descrever adversidade ou aflição. Já no século seguinte, estresse era usado no sentido de expressar pressão ou forte esforço do corpo humano (HINKLE, 1973 citado por COOPER e colaboradores, 1988).

O estresse é uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos que ocorre quando a pessoa se confronta com uma situação que a irrite, amedronte ou a faça imensamente feliz (LIPP, 1996).

O estresse é classificado em três fases (LIPP; NOVAES, 1995) são elas:

1- fase de alerta – é quando a pessoa se confronta com o estressor e o organismo se prepara para a “luta ou fuga”;

2- fase de resistência – quando o estressor perdura ou é de uma intensidade excessiva, o organismo tenta estabelecer o equilíbrio interno;

3- fase de exaustão – o processo de estresse evolui, há exaustão psicológica e as doenças começam a aparecer.

Em termos de pesquisa o estresse ainda é um campo pouco explorado no Brasil. Segundo Lipp (1996), as pesquisas que esclareçam os

mecanismos de atuação do estresse ocupacional poderão contribuir para a profilaxia e a terapêutica desse problema que interfere na qualidade de vida dos trabalhadores brasileiros.

O estresse ocupacional é uma consequência da exposição a fatores de risco de natureza psicossocial, relacionados com a organização do trabalho (INOCENTE, 2005).

As principais causas do estresse (CARVALHO, 1995) são:

1- Baixa resistência à frustração - característica do indivíduo que se aborrece facilmente.

2- Ameaças constantes – pessoas que se sentem intimidadas, gerando atitudes de recuo, de afastamento.

3- Competitividade – pretender uma coisa simultaneamente com outra pessoa.

4- Falta de tempo para si mesmo – trata-se do indivíduo que não consegue se organizar, se programar, para que seu tempo seja bem administrado.

5- Ansiedade constante – quando o indivíduo apresenta um comportamento aflitivo ligado a uma sensação constante de perigo.

6- Baixa estima – pessoas que não se gostam, não se valorizam.

7- Estresse no final de carreira – ocorre, quando o indivíduo não se preparou psicologicamente para essa etapa da sua vida.

Os principais fatores que podem levar o indivíduo ao estresse (CARVALHO, 1995) são:

- 1- Instabilidade no trabalho, apoiada na recessão;
- 2- Problemas financeiros;
- 3- Carga excessiva de trabalho – quando a carga de trabalho excede à condição de resistência do indivíduo;
- 4- Pressões psicológicas;
- 5- Conflitos diários no trabalho – são os atritos constantes, devidos a formas diferentes de pensar e agir.
- 6- Falta de controle da situação – é quando o resultado do trabalho não depende do indivíduo;
- 7- Incompreensão da chefia – quando aparentemente sem motivos, o chefe distribui mal as tarefas, não permitindo questionamento, gerando na equipe descontentamento com o trabalho;
- 8- Ambiente desfavorável ao indivíduo – quando a filosofia de vida do chefe imediato no setor não condiz com os valores da maioria do grupo de trabalho.
- 9- Função não adequada ao indivíduo – o indivíduo vê-se na obrigação de exercer uma função que não se adapta ao seu ritmo.

Na atividade hospitalar é a equipe de enfermagem, comandada pela enfermeira, quem acompanha o paciente nas suas necessidades de saúde, e a seus familiares, durante todo o tempo em que a pessoa está no hospital. Esta equipe muitas vezes se encontra em situações que nem sempre são fáceis de lidar. O conflito que esses profissionais enfrentam entre a realidade do seu trabalho cotidiano e seus ideais e expectativas são, sem dúvida, uma fonte estressora, o que a literatura confirma: os profissionais de enfermagem são susceptíveis aos problemas de saúde mental (TAMAYO, 1997).

O objetivo da pesquisa é identificar os fatores de estresse ocupacional em profissionais da enfermagem.

Materiais e Métodos

Desenvolveu-se uma pesquisa bibliográfica exploratória sobre o tema estresse e estresse ocupacional no profissional de enfermagem. Essa pesquisa foi feita em artigos publicados em teses, revistas, em livros e nas bases de dados LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BIREME e SCIELO sobre o tema citado.

A pesquisa exploratória é realizada em uma área em que há pouco conhecimento acumulado e sistematizado (VERGARA, 2000).

Resultados

Para a pesquisa realizada, os resultados para o Estresse foram:

Fonte	Frequência	Freq. / Rel. (%)
LILACS	4.662	89,16
SCIELO	492	9,41
Teses	70	1,34
Livros	05	0,09
Total	5.229	100%

Tabela 1- Pesquisas sobre Estresse

Constata-se uma maior produção em artigos sobre estresse em geral.

Em relação ao estresse ocupacional, foram encontrados os seguintes resultados:

Fonte	Frequência	Freq. / Rel. (%)
Scielo	240	39,67
Bireme	320	52,90
Teses	40	6,61
Livros	05	0,82
Total	605	100%

Tabela 2- Pesquisas sobre Estresse Ocupacional

Os resultados sobre estresse em enfermeiros seguem abaixo:

Fonte	Frequência	Freq. / Rel. (%)
Scielo	190	52,78
Bireme	150	41,67
Teses	15	4,17
Livros	05	1,38
Total	360	100%

Tabela 3- Pesquisas sobre Estresse em Enfermeiros

Na presente pesquisa constatou-se que existe um número significativo de artigos na área de estresse em enfermeiros e menor número em relação às teses defendidas.

Discussão

Os enfermeiros percebem a existência do estresse como algo que os impede de trabalhar de forma adequada. Segundo Cooper (apud STACCIARINI; TRÓCCOLI, 2001), o estresse é resultado da inabilidade de enfrentar as fontes de pressão no trabalho que levam entre outros à problemas de saúde física e mental. Os motivos causadores de estresse encontrados foram encontrados na literatura como: dificuldades nas relações de trabalho, recursos inadequados, sobrecarga de trabalho e problemas na estrutura organizacional. Pitta (1994) afirma que, a situação de trabalho dos enfermeiros provoca sentimentos contraditórios como: piedade, compaixão, amor, culpa, ansiedade, ódio e ressentimento contra os pacientes que fazem emergir tais sentimentos.

Vieira, Guimarães e Martins (1999) apontam a insensibilidade, o desconhecimento e o descaso dos administradores dos hospitais em relação a saúde dos enfermeiros.

Robbins (2005) ressalta que os fatores identificados como mais estressantes para alguns enfermeiros não os são para outros, pois o elemento estressor depende da percepção do sujeito sobre o evento.

Segundo Santos e Chamon (2006), a maneira como os fatores estressantes atingem as pessoas depende das habilidades desenvolvidas para o domínio das situações de estresse e adaptação.

Santos, Mendes e Inocente (2005) enfatizam a necessidade de programas preventivos para minimizar os fatores estressantes que colocam em risco a saúde bio-psicossocial dos trabalhadores na área de enfermagem.

A partir dos conteúdos dos artigos pesquisados, observou-se que em geral o estresse está associado: a) a uma conotação negativa; b) classificado a partir de causas e conseqüências, manifestando-se em condições físicas e estados emocionais; c) a maioria dos enfermeiros entendem sua atividade profissional desenvolvida como estressante e sentem necessidade de mudança na estrutura de trabalho; d) observou-se também que a característica da enfermagem como profissão feminina é reforçada na sua condição de mulher na sociedade; e) a mulher como profissional de enfermagem, reafirma sua condição social de gênero ao responder em casa pelo cuidado da família e no trabalho pelo cuidado com o paciente (CHAMON, 2006).

Conclusão

Socialmente e no trabalho o homem está inserido em um sistema acumulador de tensões e os fatores causadores do estresse podem variar de acordo com a organização hospitalar. No

trabalho o estresse ainda aumenta devido à competitividade pela maior qualificação, cobranças de chefia, carga horária e reconhecimento profissional. Conclui-se que, o ambiente hospitalar é uma realidade de trabalho bastante específica e extremamente desgastante. Sugere-se que o suporte emocional seja disponibilizado ao profissional da enfermagem para diminuir os impactos dos fatores estressantes no âmbito hospitalar.

Referências

CAMELO, S.H.H. e ANGERAMI, E.L.S. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. Autores: Revista Latino-am Enfermagem, 2004, jan.-fev., 12(1): 14-21.

CARVALHO, A. V. Administração de recursos humanos, v.2. São Paulo: Pioneira, 1995.

CHAMON, E.M.Q. de O., et al. Estresse Ocupacional, Estratégias de Enfrentamento e Síndrome de Burnout: Um Estudo com a Equipe de Enfermagem de um Hospital Privado do Estado de São Paulo. EnANAP 2006. 30^o Encontro da ANPAD, 23 a 27 de setembro de 2006, Salvador-BA, Brasil.

FRANÇA, A.C.L. e RODRIGUES, A.L.R. Stress e Trabalho – Uma Abordagem Psicossomática. São Paulo: Atlas S.A., 2002.

INOCENTE, N.J. *Burnout* em professores universitários do Vale do Paraíba (SP). Tese (Doutorado em Ciências Médicas). Faculdade de Medicina, UNICAMP, 2005.

LIPP, M.E.N. Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Papirus, 1996.

LIPP, M.E.N. Estresse emocional: a contribuição de estressores internos e externos. Revista Psiq. Clin. 28 (6): 347-349, 2001.

MORAIS, L.F.R., PEREIRA, L.Z., VELOSO, H.M. e DA SILVA, A.A.R. O Diagnóstico do Estresse Ocupacional em Gerentes do Setor de Prestação de Serviços em Belo Horizonte. Trabalho integrante de um estudo realizado em conjunto entre o grupo da Manchester University e o Núcleo de Estudos Avançados em Comportamento Organizacional CEPEAD FACE/ UFMG.

MURTA, S.G. TRÓCCOLI, B.T. Avaliação de Intervenção em Estresse Ocupacional. Universidade de Brasília. Psicologia: Teoria e

Pesquisa, Jan.-Abr. 2004, Vol. 20 n. 1, pp. 039-047.

PITTA, A. Hospital: Dor e Morte como Ofício. São Paulo; HUCITEC, 1994.

RANGÉ, BERNARD. Psicoterapia Comportamental e cognitiva. Pesquisa, Prática, Aplicações e Problemas. Editorial Psy, 1995.

ROBBINS, STEPHEN P. Comportamento Organizacional 11^a ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2005.

SANTOS, O.A.G.; CHAMON, E.M.Q.O. Estresse e estratégias de enfrentamento: um estudo de caso no setor produtivo. Anais EPG, 2006. VI Encontro latino Americano de Pós-graduação. UNIVAP, São José dos Campos (SP).

SANTOS, O.A.S.G.; CHAMON, E.M.Q.O. Estresse e estratégias de enfrentamento: um estudo de caso no setor produtivo. Anais EPG, VI Encontro Latino Americano de Pós-graduação, UNIVAP, 2006.

SANTOS, T.C.M.; MENDES, J.; INOCENTE, N.J.O. Estresse ocupacional em enfermeiros. Anais EPG, 2006. Vi Encontro latino Americano de Pós-graduação. UNIVAP, São José dos Campos (SP).

STACCIARINI, J.M.R. e TRÓCCOLI, B.T. O Estresse na Atividade ocupacional do enfermeiro. Rev. Latino-Am. Enfermagem vol.9 no.2 Ribeirão Preto Mar./Apr.2001.

VERGARA, S.C. Projetos e relatórios de pesquisa em Administração. São Paulo: Atlas, 2000.

VIEIRA, L.C.; GUIMARÃES, L.A.M.; MARTINS, D.A Estresse ocupacional em Enfermeiros. In: GUIMARÃES, L.A.; GRUBITS, S. (Orgs.). Série Saúde Mental e Trabalho. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.