

FATORES QUE INFLUENCIAM O ESTRESSE OCUPACIONAL NA ENFERMAGEM

Damiana Paula da Silva *

Nadson Ricly Oliveira dos Santos **

Luzia Kelly Alves da Silva Nascimento ***

RESUMO: O presente estudo teve como objetivo identificar os principais fatores que influenciam no estresse ocupacional na área da enfermagem. A abordagem metodológica utilizada foi de revisão bibliográfica, construída a partir de análise e seleção dos artigos obtidos através da base de dados, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), a pesquisa foi realizada no período de Setembro de 2015 a Abril de 2016 e obedeceu recorte temporal de 2011 a 2015. Ao final da seleção, foram obtidos 12 artigos. Os resultados encontrados apontaram que os fatores que influenciam para o desenvolvimento de estresse ocupacional foram: longa jornada de trabalho, tempo reduzido para assistência, relações interpessoais, trabalhar em clima de competitividade e distanciamento entre a teoria e a prática. Portanto, considerando todos esses aspectos, ficou notório a importância de haver estudos com enfoque investigativo, com intuito de identificar precocemente os fatores potenciais para o desenvolvimento do estresse ocupacional.

Palavras-chave: Estresse. Enfermagem. Estresse ocupacional.

ABSTRACT: This study aims to identify the main factors influencing the occupational stress in nursing. The methodological approach of literature review, for discussions were built from the analysis of the articles obtained from the databases of Latin American and Caribbean Health Sciences (LILACS), the period of conducting the survey was September 2015 to April 2016 on the period from 2011 to 2015. In the end of selection, were obtained 12 articles. The results were long working hours, reduced time to care, interpersonal relations, work competitiveness and gap between theory and practice. Therefore, in consideration of all these aspects, it became apparent the importance of having studies with an investigative approach, aim with the early identification of potential factors for the development of occupational stress.

Keywords: Stress. Nursing. Occupational stress

*Aluna do 8º período de Enfermagem e da aluna de iniciação científica do UNIFACEX. Contato: paula.s10@live.com

**Discente de enfermagem do Centro Universitário Facex - UNIFACEX. Contato: nadson.ricley@hotmail

*** Mestre em enfermagem. Tem experiência na área de assistência de enfermagem, com ênfase em Enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva. Foi enfermeira da Unidade de Terapia Intensiva do Hospital Natal Center e foi enfermeira da educação permanente da Liga Norte-Rio-grandense Contra o Câncer. Atualmente exerce a função de Educadora no Centro Universitário Facex - UNIFACEX. Contato: luziakelly@supercabo.com.br

1 INTRODUÇÃO

Em 2004, o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) lançou a resolução 293/04, que em seus parâmetros legais fixa, ressalta e estabelece como deve ser realizado o dimensionamento de pessoal da equipe de Enfermagem para que se garanta a resolutividade na qualidade do serviço assistencial prestado ao paciente, como também, garanta a saúde do trabalhador. O ano de 2006 foi marcado pela publicação de diversos estudos relacionado com o tema, acreditar-se que, o intuito dessas pesquisas era analisar como andava a implementação dessa nova normatização nas organizações de saúde (SCHMOELLER et. al, 2011). Essas determinações do COFEN enfatizam a Lei 8.080/90 que, em suas determinações assegura o profissional o direito à promoção e proteção da sua saúde, assim como visa à recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores que estão submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho. (BRASIL, 2012).

As interações do homem com o meio laboral vêm sofrendo muitas alterações dentro do contexto biopsicossocial cada vez mais, complexas, profundas e elaboradas por diferentes fatores (RIBEIRO et. al., 2012). Com isso, estudos apontam que alguns ambientes laborais são mais propensos para se desenvolver doenças ocupacionais, sobretudo a área da saúde, essa com maior potencial para o adoecimento por estresse, influenciando assim no desempenho da sua assistência e na saúde do próprio trabalhador (ANDRADE; SIQUEIRA JUNIOR, 2014).

Muito se tem discutido, recentemente, a cerca de fatores que favorecem ou que interferem no desempenho das atribuições do trabalhador de enfermagem em seu ambiente laboral, seja de nível médio ou alta complexidade, no entanto, ainda no Brasil essas informações são insuficientes para embasar estudos sobre esses dados que levam o profissional ao adoecimento, Portanto, ficou evidenciado que é de suma importância ainda nos dias atuais conhecer os fatores que acometem e impossibilita os profissionais dessa categoria, para que se desenvolvam políticas públicas de promoção e proteção à saúde e previnam ou minimizem o seu adoecimento pela patologia ocupacional, já que se trata de um problema de saúde pública. (CAVALCANTE et. al., 2014).

Em vista os argumentos apresentados, evidencia-se que as atividades do profissional de enfermagem pela sua própria condição de trabalho o expõe a determinados riscos que podem levar ao desenvolvimento por estresse. Preocupados com o desenvolvimento cada vez mais frequente dessa doença ocupacional entre a equipe de enfermagem, surgiu o interesse e motivação em realizar uma revisão bibliográfica para conhecer mais sobre os fatores

relevantes que induzem o adoecimento dessa equipe. Dessa forma, esse estudo investigativo visa contribuir com discussões e estimular o desenvolvimento de novas pesquisas científicas na temática além de que espera-se que resultados desse estudo seja relevante no sentido de poder despertar o interesse dos gestores dos serviços de atendimento na área de saúde e dos profissionais de um modo geral quanto a importância do conhecimento e detecção precoce dos fatores que levam ao desenvolvimento do estresse ocupacional, tendo em vistas a manutenção da saúde e a prevenção de doenças relacionadas ao estresse no ambiente de trabalho.

Dado o exposto, o presente estudo alavancou a problemática de pesquisa: Quais os principais fatores que influenciam no estresse ocupacional na enfermagem?

Assim, o presente estudo tem como objetivo identificar os principais fatores que influenciam no estresse ocupacional na área da enfermagem.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O estresse ocupacional é entendido por diversos estudiosos em três fases: reação de alarme, resistência e exaustão. A fase da reação de alarme é caracterizada pela descarga de adrenalina e corticoides na corrente sanguínea, a qual leva aos tecidos, promover assim, algumas reações, tais como: aumento do tônus muscular, frequência respiratória elevada, agressividade, isolamento, mudanças de humor, irritabilidade, dificuldade de concentração, falha da memória, ansiedade, tristeza, pessimismo, baixa autoestima e ausência no trabalho, taquicardia, e posterior tudo isso, se eleva a irrigação sanguínea e a pressão arterial, Além disso, há relatos de sentimentos negativos, como, desconfiança e paranoia (ALVES, 2011).

A segunda fase, resistência, é caracterizada pela diminuição dos níveis de alerta, possibilitando a compreensão do agente estressor pelo organismo. Por conseguinte, o organismo já entendeu que algo está errado e busca a estabilização dos parâmetros normais, ou seja, da “homeostase da frequência cardíaca, pressão arterial e respiratória” (ALVES, 2011).

A terceira fase, compreendida como “exaustão” é caracterizada como sendo momento da depleção de energia que é necessária para manter a resistência/adaptação. Não obstante, Essa depleção nos níveis energéticos é o que leva o indivíduo a desenvolver o terceiro estágio da doença conhecida cientificamente como “síndrome de Burnout”, que do Inglês quer dizer: “Burn” queima e “Nout” exterior, utilizado a primeira vez por Freudenberg em 1974 como

sendo um sentimento de fracasso e exaustão (ALVES, 2011). Essa é a ocasião em que o trabalhador entra na fase de esgotamento profissional podendo levar a transtornos psiquiátricos gravíssimos ou até mesmo à morte. (ANDRADE; SIQUEIRA JUNIOR, 2014).

Inúmeros são os fatores responsáveis pelo adoecimento do profissional, entretanto, cada um responde de forma diferenciada quando estão frente ao agente estressor. Geralmente os sinais de alarme que o trabalhador esboça quando estiver prestes a desenvolver um estresse ocupacional são sintomas como: tristeza, ansiedade, fadiga, diminuição da concentração, preocupação somática, irritabilidade e a qualidade da assistência ficam comprometidas. Vale ressaltar que o estresse ocupacional quando não tratado evolui para uma forma mais grave da doença conhecida como “Síndrome de Burnout” (FERREIRA, 2015).

A “OIT” Organização Mundial do Trabalho documenta que, as doenças ocupacionais são responsáveis por 160 milhões de casos no mundo e desses, dois milhões morrem seja pela doença ou por acidentes do trabalho relacionado com agravamento da enfermidade, são cinco mil pessoas que vão ao óbito por dia, com perda anual de 4% na economia mundial. O Brasil ocupa o quarto lugar em doenças ocupacionais e dentre as profissões mais acometidas pelos estressores ocupacionais do trabalho, a enfermagem ocupa também essa mesma colocação, especificamente, no estado do Rio Grande do Norte esse número é de 40,1% equivalente a (n=67) profissionais diagnosticados por estresse ocupacional, as cidades com maior número de ocorrências são as principais cidades do estado: Natal, Mossoró e Caicó. As mulheres foram as mais acometidas exatamente pelo perfil do quadro de profissionais que ocupa a Enfermagem e a maioria evoluíram para a incapacidade. (ALVES, 2011). Deve-se a essa colocação no ranking o fato desses profissionais de enfermagem estarem frente à sua assistência laboral diária lidando constantemente com a dor, doença e o processo de morte e morrer. (FARIAS et al, 2011).

Ainda convém lembrar que, o estresse ocupacional na equipe de Enfermagem não é só relatado no Brasil, muitos estudos revelam que o profissional da Enfermagem norte americana também notificam com muita frequência casos de trabalhadores que são afastados pelo estresse. Conseqüentemente, quando se fala de estresse, psicologicamente, esta situação leva o profissional ao desinteresse pela profissão (uma espécie de pessimismo, insegurança e medo frente “as suas atividades laborais”). (ANDRADE; SIQUEIRA JUNIOR, 2014; RIBEIRO, 2012).

Logo, o estresse ocupacional é entendido como uma doença laboral que acomete mais os profissionais das organizações de saúde e especificamente a equipe de Enfermagem,

“Enfermeiros, técnicos e auxiliares”, por ser essa a profissão que enfrenta dificuldades na ciência do cuidar, sempre expostas a situações de vulnerabilidade e alta tensão psicológica, geralmente, interligado na maioria das vezes pela falta de autonomia, portanto, acarretando prejuízos dentro do âmbito individual, familiar e institucional. (FRANÇA et al, 2012).

3 METODOLOGIA

O presente estudo teve como método a revisão bibliográfica a qual se define como uma junção de dados obtidos através de estudos desenvolvidos com diferentes enfoques metodológicos, possibilitando, a realização de discussões e análise dos resultados na forma sistemática e rigorosa (SOARES et, al, 2014).

A pesquisa foi realizada no período de Setembro de 2015 a Abril de 2016, a partir das bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e SCIENTIFIC ELECTRONIC LIBRARY ONLINE (SCIELO), utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Estresse”; “Enfermagem”; “Estresse ocupacional”. Foram realizados cruzamentos dos descritores através do conector booleano “AND”, sendo assim: Cruzou-se os descritores: Estresse e Enfermagem não se obtiveram resultados, com um novo cruzamento dos descritores Estresse Ocupacional e Enfermagem foram encontrados 39 trabalhos.

Para critérios de inclusão dos textos, estes deveriam estar em formato de artigo completo e em idioma português, que respondessem à pergunta da pesquisa e que fossem publicados entre os anos de 2011 a 2015. Foram excluídos artigos disponíveis em formato de resumo, escritos em língua estrangeira, artigos que não abordassem a temática pesquisada, estudos em forma de cartas, monografias, teses, editoriais e comentários.

Para o alcance do objetivo dessa investigação foram selecionados 39 artigos dos quais apenas 11 constituíram a base dessa pesquisa.

Seguiu-se a análise e discussão dos resultados a luz da literatura pertinente ao tema.

4 RESULTADOS

Através da leitura dos artigos selecionados, compreendeu-se que dentre todos os profissionais da equipe de enfermagem, os enfermeiros atuantes tanto da alta como média

complexidade de atendimento são os sujeitos mais acometidos por diversos fatores geradores de estresse. (BEZERRA; SILVA; RAMOS, 2012). Como exemplos dos geradores de estresse ocupacional, têm-se: longas jornadas de trabalho exaustivas: longa carga horária de trabalho; plantões noturnos, recurso de insumos e instalações físicas do ambiente inadequadas; déficit de pessoa para compor uma equipe adequada para assistência e o tempo reduzido para prestação da assistência (SCHMOELLER et al, 2011).

Com essa compressão a respeito do processo de trabalho exercido pela enfermagem, percebe-se que são inúmeros os fatores que visam determinar as causas do estresse ocupacional na prática laboral do enfermeiro, este por estar à frente de diferentes situações desgastantes que vai desde a liderança de sua equipe, sempre mediando conflitos, responsável ainda pelos processos de gerenciamento e muitas vezes sendo alvo de cobranças constantemente pela qualidade da assistência de sua equipe, sendo ainda exigido por atribuições que vão além de suas competências técnicas, lhe ocasionando desconforto e mal estar, com isso, as manifestações de desmotivação acarretadas pelas dificuldades laborais a partir dos problemas cotidianos se somatizam como uma importante fonte causal para o desenvolvimento do estresse ocupacional seja pela natureza de origem da própria atividade laboral ou relacionada a estrutura organizacional. (FARIAS et al, 2011).

A equipe lida ainda com pacientes extremos, muitas vezes em situação de vulnerabilidade, momento em que o manejo dos sentimentos se torna particularmente difícil e uma grande pressão psicológica diante do processo de morte e morrer se instala, pelo fato da morte não ser considerada ou compreendida culturalmente como uma fase natural da vida ou pelo fato de que esse momento não faz parte do processo do cuidar. Entende-se ainda que o trabalho do enfermeiro não estar ligado diretamente somente com pessoas saudáveis, mas, também direcionado com os processos patológicos complexos e com a finitude, o que propicia o aumento dos níveis de estresse. (FARIAS et al, 2011).

Dos diversos sintomas possíveis aos estresses ocupacionais, percebe-se que: cefaleia, fadiga, dores nas pernas, taquicárdica e desconfortos gástricos são os maíos corriqueiros sintomas desenvolvidos pelo profissional (FARIAS et al, 2011). Vale salientar ainda que a jornada noturna contínua, provoca alterações na qualidade do sono, com isso possibilita o surgimento de problemas como cronificação do estresse para uma forma mais grave da doença conhecida como “Síndrome de BURNOUT” deixando o trabalhador totalmente inapto para realizar suas funções trabalhistas. (FERREIRA, 2015).

Não longe da realidade de outros estudos, observou-se que periódicos apresentaram outros fatores possíveis e potenciais para o desenvolvimento do estresse ocupacional. Sendo estes agrupadas em: riscos ambientais; físicos, químicos, biológicos, orgânicos, mecânicos fisiológicos, psíquicos frequentes acidentes com material perfuro cortantes ou com fluídos e secreções corporais (HIGASHI et al, 2013; SCHMOELLER et al, 2011); problemas de saúde como hipertensão arterial, alergias, epigastralgias, problemas musculoesqueléticos também são fatores potenciais para o estresse ocupacional (FARIAS et al, 2011; SCHMOELLER et al, 2011).

Percebe-se, por meio da literatura analisada que os fatores geradores de estresse ocupacionais em que os profissionais da Enfermagem defrontam-se ainda são bem presentes no cotidiano da equipe, o que leva ao absenteísmo, degaste emocional, desinteresse pela profissão e até mesmo troca de área de atuação, evidenciando a necessidade de se discutir mais sobre dimensionamento de pessoal e se repensar o de estilo de liderança para melhorar o diálogo na equipe, como também, aprimorar o nível de satisfação dos profissionais desse campo, lhe devolvendo sua autonomia frente às demais equipe multidisciplinar. (BEZERRA, 2012).

Vale ressaltar ainda que, a maioria dos enfermeiros não percebem os riscos ocupacionais aos quais estão expostos. (SCHMOELLER, 2011). Independentemente do colaborador estar motivado ou não ele pode ser um potencial para o estresse ocupacional; os profissionais que trabalham em escala noturna tem maior probabilidade para adoecer por estresse devido longas jornadas de trabalho, comumente, por falta de um ambiente adequado para descanso, acarretando diretamente no seu padrão do sono, com isso, ocasionando distúrbios fisiológicos o qual pode desencadear danos físicos e psicológicos. Como a maioria desses profissionais veem vantagens em trabalhar a noite o ideal é que ele próprio conheça seus limites, se alimentando apenas de alimentos leves, faça ingestão de pouca cafeína como também pratique exercícios para que resguarde a si mesmo e garanta a saúde do seu paciente. A organização de saúde também deve traçar medidas de promoção e proteção à saúde do trabalhador para que ambos proporcionem ao seu cliente uma assistência de qualidade, todavia, garantido primeiramente a saúde do colaborador de Enfermagem. (LUNA, et, al, 2015).

5 CONCLUSÃO

Percebeu-se que, dentre todos os fatores avaliados e apontados pelos artigos selecionados, os desencadeadores de estresse ocupacional que se sobrepõe e tem maior relevância para o adoecimento da equipe de Enfermagem são: longa jornada de trabalho, o desfalque de recursos humanos para compor a equipe; plantões noturnos e relacionamentos interpessoais, acometendo mais os enfermeiros, pelo fato de estarem lidando com situações complexas frente à equipe de Enfermagem, mediando conflitos e por ter uma demanda intensa de atividades laborais sob sua responsabilidade para planejar, executar e avaliar.

Ainda, em consideração a todos esses aspectos, levanta-se a importância de haver estudos com o objetivo de discutir formas de identificar precocemente os fatores potenciais para o desenvolvimento do estresse ocupacional, sugerir e levantar as medidas preventivas para o controle da doença e de modo a garantir a saúde física e mental, bem como a segurança e a qualidade de vida dos profissionais enfermeiros antes que o quadro se instale e o retire do seu campo de atuação, evitando assim eventuais transtornos frente ao trabalho desenvolvido em sua instituição atuante.

Por fim, com realização desse estudo, almeja-se contribuir com a literatura sobre o tema dissertado, como também corroborar em despertar o interesse dos profissionais para construção de novos trabalhos científicos que aprofundem a discussão da temática aqui abordada.

REFERÊNCIAS

- ALVES, A. C. G. C. **Estresse e o trabalho do enfermeiro: uma revisão bibliográfica**. 2011. 25 f. Monografia (Especialização) - Curso de Gestão de Sistemas e Serviços de Saúde, Fundação Oswaldo Cruz Centro de Pesquisas. Aggeu Magalhães, Recife, 2011. Disponível em: <<http://www.cpqam.fiocruz.br/bibpdf/2011alves-acgc.pdf>>. Acesso em: 09 set. 2016.
- ANDRADE, M. C. M.; SIQUEIRA JUNIOR, A. C. Estresse ocupacional no serviço de atendimento móvel de urgência. **Rev. Min. Enferma.**, v. 18, n. 2, p. 376-383, 2014. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/934>>. Acesso em: 20 out. 2015.
- BEZERRA, F. N.; SILVA, T. M.; RAMOS, V. P. Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: revisão integrativa da literatura. **Rev. Acta. Paul. Enferma.**, v. 25, n. 2, p. 151-156. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v25nspe2/pt_24.pdf>. Acesso em: 25 set. 2015.
- BRASIL. Lei 8.080/1990. Lei ordinária. **Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências**. Disponível em:

<http://legislacao.planalto.gov.br/legisla/legislacao.nsf/Viw_Identificacao/lei%208.080-1990?OpenDocument>. Acesso em: 08 set.2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS N° 1.823, de 23 de agosto de 2012. **Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora**. Disponível em: <http://www.conselho.saude.gov.br/web_4cnst/docs/Portaria_1823_12_institui_politica.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2016.

CAVALCANTE, C. A. A. et al. Perfil dos Agravos Relacionados ao Trabalho Notificado no Rio Grande do Norte, 2007 a 2009. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v. 23, n. 4, p. 741-752, out./dez. 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ress/v23n4/2237-9622-ress-23-04-00741.pdf>>. Acesso em: 08 set. 2016.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM (COFEN). **Resolução COFEN-294/2004**. 14 out. 2004. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-2942004_4330.html/print/>. Acesso em: 08 set. 2016.

FARIAS, S. M. C. et al. Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. **Rev. Esc. Enferm USP**, v. 45, n. 3, p.722-729, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000300025>. Acesso em: 21 jul. 2015.

FERREIRA, R. G. Estresse do Profissional de Enfermagem no Serviço noturno: uma questão de saúde. **Rev. Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 7, n.4, jan./dez. 2015. <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v48n2/pt_0080-6234-reeusp-48-02-335.pdf>. Acesso em: 19 ago. 2015.

FRANÇA, F. M. Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte. **Rev. Latino-Am. Enfermagem USP**, v. 20, n. 5, set./out. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n5/pt_19.pdf>. Acesso em: 09 set. 2016.

HIGASHI, P. et al. Situações potencialmente geradoras de estresse para enfermeiros segundo condições de acreditação do hospital. **Rev. RENE**, v. 14, n. 6, p. 1141-1148. 2013. Disponível em: <<http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/viewFile/1343/pdf>>. Acesso em: 07 abr. 2016.

RIBEIRO, R. P. et al. Adoecer pelo trabalho de enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev. Esc. Enferm. USP**, v. 46, n. 2, p.495-504. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n2/a31v46n2.pdf>>. Acesso em: 07 abr. 2016.

SCHMOELLER, R. et al. Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. **Rev. Gaúcha de Enferm.**, v. 32, n. 2, p.368-377, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472011000200022>. Acesso em: 07 abr. 2016.

SOARES, C. B. et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Rev. Esc. Enferm USP**, v. 48, n. 2, p. 335-345. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v48n2/pt_0080-6234-reeusp-48-02-335.pdf>. Acesso em: 17 ago. 2016.

