FACULDADE Eficaz
BOLETIM

ESTRESSE E ENFERMAGEM: CAMINHOS QUE SE CRUZAM NA UNIDADE DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

COELHO, Myllena Soares

Resumo: A preocupação dos profissionais relacionada à saúde do trabalhador, principalmente os trabalhadores da área da enfermagem, vem crescendo continuadamente, pois, os mesmos encontram se expostos a fatores de riscos seja de natureza física, química e biológica o que justifica a inclusão da profissão de enfermagem no grupo das profissões desgastantes. Diante disso, o objetivo geral deste estudo é descrever as possíveis causas estressoras que atinge os profissionais de enfermagem na unidade de urgência e emergência. E como objetivo específico delimitou-se a identificar medidas cabíveis que possa diminuir ou amenizar o estresse dos enfermeiros que prestam serviço a unidade de urgência e emergência, bem como traçar as principais consequências que o estresse pode trazer a esses profissionais. O estudo foi realizado por meio de revisão de literatura, utilizou-se o método qualitativo, baseado a partir de referências bibliográficas sobre estresse frente à equipe de enfermagem entre os anos de 1990 a 2014. Foram analisados 17 artigos indexados em bases de dados eletrônicos, e verificou se que os fatores de risco dos trabalhadores de saúde são multicausais, portanto, cabe ao próprio profissional avaliar as condições de trabalho, bem como buscar estratégias para atingir uma qualidade de vida.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional. Equipe de Enfermagem. Urgência e Emergência.

Abstract: *The concern of professionals related to occupational health, especially nursing workers, has been growing continuously, as they are exposed to risk factors, whether physical, chemical and biological, which justifies the inclusion of nursing profession in the group of exhausting professions. Given this, the general objective of this study is to describe the possible stressors that affect nursing professionals in the urgency and emergency unit. And as a specific objective it was limited to identifying appropriate measures that can reduce or alleviate the stress of nurses who provide service to the urgency and emergency unit, as well as outline the main consequences that stress can bring to these professionals. The study was conducted through literature review, using the qualitative method, based on bibliographic references on stress before the nursing staff between 1990 and 2014. We analyzed 17 articles indexed in electronic databases, and it was found that the risk factors of health workers are multi-causal, so it is up to the professional himself to evaluate working conditions, as well as seek strategies to achieve a quality of life.*

Keywords: *Occupational Stress. Nursing team. Urgency and emergency.*

1. INTRODUÇÃO

O trabalho exerce uma forte influência sobre o comportamento humano. Artigos analisados descrevem que a categoria de enfermagem enfrenta situações que muitas das vezes comprometem o estado psicológico afetando sua qualidade de vida e ocasionando doenças ocupacionais.

> A preocupação dos profissionais relacionados à saúde do trabalhador vem crescendo cotidianamente, o que gera um sentimento de busca por melhores condições de trabalho, principalmente no âmbito da saúde. Diante disso, fica evidenciado que as condições de trabalho inadequadas na área da saúde tais como falta de equipamentos de proteção individual e medicações entre outros contribuem para momentos de insatisfação por parte dos trabalhadores no momento do atendimento, ocasionando momentos de ansiedade e estresse. (SILVA; MOURA, 2014, p. 2141)

Diante do exposto acima os trabalhadores de enfermagem por possuir uma ampla bagagem de conhecimento em sua formação o permite atuar em diferentes situações que se encontram presentes em uma instituição hospitalar, principalmente em uma unidade de urgência e emergência.

Observamos no âmbito hospitalar que os cuidados prestados aos pacientes são distribuídos entre os membros da equipe de enfermagem que, supostamente, tenham competências e habilidades no momento da execução, pois as tarefas são divididas por grau de complexidade, fazendo com que um mesmo paciente seja atendido por vários segmentos da enfermagem, minimizando assim a carga de trabalho ocasionado à categoria de enfermagem. Diante desse argumento fica claro que, desde o surgimento da profissão até os dias atuais, o enfermeiro tem procurado uma autodefinição, para construir sua identidade profissional e adquirir reconhecimento social. Nessa trajetória, esse profissional tem enfrentado dificuldades que comprometem seu trabalho e que, inclusive, repercutem em sua vida pessoal.

A enfermagem tem sido reconhecida como uma das profissões onde se identifica um elevado nível de estresse por parte dos profissionais, principalmente pela sua responsabilidade em lidar cotidianamente com seres humanos. Diante disso surgiu a seguinte questão: Quais fatores que geram o estresse dos profissionais de enfermagem que atua na unidade de urgência e emergência?

Para a realização do estudo, utilizou-se o método qualitativo, baseado em bibliografias sobre o estresse e enfermagem: caminhos que se cruzam na unidade de urgência e emergência.

> Observa-se, quando um paciente se encontra no setor de urgência e emergência, os conhecimentos e as habilidades dos profissionais de enfermagem necessitam ser efetivados de forma a promover o atendimento imediato e eficiente, frente às necessidades apresentadas pelo paciente, o que desencadeia momentos de grande concentração, demonstrando uma responsabilidade maior por parte dos profissionais em executarem suas atividades (EMILIO; SANTOS, S. d., p. 2).

O profissional de enfermagem possui característica intrínseca, ou seja, indefinição do papel profissional pois os mesmos executam diversas atividades, tais como: atendimento individual,

atendimento a grupos específicos, atendimento comunitário, vigilância epidemiológica e monitoramento de todos os programas e subprogramas o que também pode ser relacionada como mais um dos seus elementos estressores. Entre as principais doenças ocupacionais que acometem a categoria de enfermagem que atuam no setor de urgência e emergência, o estresse apresenta-se com maior índice, ocasionando a reflexão de sua análise.

Diante disso, o objetivo geral deste estudo é descrever as possíveis causas estressoras que atinge os profissionais de enfermagem na unidade de urgência e emergência. E como objetivos específicos delimitou-se a identificar medidas cabíveis que possa diminuir ou amenizar o estresse dos enfermeiros que prestam serviço a unidade de urgência e emergência, bem como traçar as principais consequências que o estresse pode trazer a esses profissionais. Pode-se observar que o estresse promove uma redução da capacidade dos profissionais em desenvolverem com eficiência as suas atividades, ocasionando prejuízos no que se refere ao atendimento dos pacientes, bem como aos próprios profissionais, que necessitam na maioria das vezes, serem afastados de seus postos de trabalho, com o intuito de minimizar os níveis de estresse, que acabam por afetar a sua vida profissional e pessoal.

Para alguns autores o estresse é considerado como sendo uma doença do século XXI, principalmente em relação à mudança do comportamento dos indivíduos, que se encontram, na atualidade, cada vez mais voltados para a execução de suas atividades laborais, do que em relação aos cuidados com a sua própria saúde.

Segundo Lipp (2000), o estresse contribui para a redução da capacidade dos indivíduos em relação ao desenvolvimento de suas atividades, o que ocasiona situações que comprometem a atuação da equipe de enfermagem que se apresenta em constante alerta para o desenvolvimento de suas atividades.

> "Outra compreensão que se pode ter em relação ao estresse, trata-se da limitação das forças de produção do profissional, além de demonstrar a falta de equilíbrio e controle de seu estado físico e emocional, acarretando o surgimento de sentimentos como nervosismo, falta de paciência, agitação excessiva, incompreensão das atividades a serem executadas, resultando assim, em perda de sua capacidade e eficiência de desenvolver suas ações, as quais são necessárias frente ao trabalho de equipe realizado na unidade de emergência" (EMILIO; SANTOS, S, d., p. 6)"

Para LIPP (2000) e Barbosa (et al., 2011) "Existem sinais e sintomas que são percebidos quando um profissional se encontra estressado para tais reações trata-se de um dos fatores capazes de propiciar, o quanto antes, o tratamento da doença, possibilitando a sua recuperação e retorno às atividades de maneira mais rápida. Relata ainda que para:

> "cada um dos sinais e sintomas apresentados, propicia o entendimento de que os mesmos são fatores relacionados à sobrecarga exercida sobre a equipe de enfermagem durante as suas atividades, o que ainda é agravado pela jornada de trabalho que se apresenta como uma das principais queixas dos profissionais que atuam no setor de urgência e emergência."

A pesquisa justificou-se pela da grande responsabilidade que a equipe de enfermagem traz consigo no setor de urgência e emergência, e pelo alto índice de prejuízo no desempenho, que o estresse tem levado como algo negativo no trabalho desses profissionais. A enfermagem por possuir uma ampla bagagem de conhecimento técnico - científico e a unidade de emergência por se tratar de um setor de alta complexidade em suas atividades, exige uma maior responsabilidade por parte da equipe de enfermagem, principalmente por atuar em diferentes situações de grande concentração e em executar suas atividades como forma de promover a recuperação da saúde do paciente.

Nesse sentido o estresse causado à equipe de enfermagem que atua na unidade de urgência e emergência, configura-se como um fator que remete a preocupação em relação às condições de trabalho e ao atendimento realizado, evidenciando que, todos os profissionais são seres humanos que apresentam limitações, e como tais, necessitam ter condições dignas de desenvolvimento de suas atividades.

FUNDAMENTAÇÃO TEORICA

Diante das principais consequências causadas pelas doenças ocupacionais, o estresse vem sendo discutido entre muitos estudiosos como um dos fatores que, mas causa problemas a saúde, principalmente no âmbito hospitalar. Apesar de grandes avanços relacionados ao tema, o estresse continua ganhando destaque em literaturas cientifica.

A saúde do trabalhador, o bem-estar físico e mental são temas que tem sido explorado por muitos pesquisadores sob luz do conceito do estresse. No entanto, não se observa a preocupação com a saúde do trabalhador principalmente na área da saúde e, mais especificamente na área de saúde mental.

> A organização internacional do trabalho (OIT) reconhece que praticamente todas as profissões padecem de estresse, porém a enfermagem é apontada como uma das mais estressantes, sendo por isso, alvo de estudos. A história da enfermagem revela problemas relacionados à profissão desde sua implementação, além disso, existem vários outros problemas relacionados ao estresse na enfermagem, como o número reduzido de enfermeiros na equipe, falta de reconhecimento profissional e os baixos salários que levam o profissional a atuar em mais de um local de trabalho, desempenhando uma longa carga horária mensal (FERREIRA; MARTINO, 2006, p. 244).

Sabe-se que a qualidade de vida no trabalho constitui a base para atingir a qualidade total, principalmente no que diz respeito aos profissionais de saúde, cuja prioridade é de atender os pacientes, o que na maioria das vezes, leva esses profissionais a abdicarem de sua própria saúde.

É preciso ter em mente que todo ser humano possui habilidades e capacidades individuais, que podem ser influenciadas pelas condições de trabalho. Entretanto o profissional de enfermagem precisa cuidar de si, para estar saudáveis e bem-dispostos para cuidar de seus pacientes, isso

estimula o pensar, análise crítica nas intervenções e propicia uma assistência qualificada à saúde.

Observa-se que vários pesquisadores colaboram para as diferentes conceituações relacionadas ao estresse, dentre os conceitos incluem o estresse como uma resposta biológica, ou seja, uma transação entre o indivíduo e o ambiente.

Segundo Nettina (1999), "quando um indivíduo se apresenta em situações de estresse, o sistema nervoso simpático é ativado ocorrendo reações imediatas como taquicardia , vasoconstrição periférica e aumento da pressão arterial, prolongando-se por estímulos da suprarrenal e secreção de adrenalina e noradrenalina, está reação é conhecida com luta e fuga".

No entanto o estresse em si, é um mecanismo natural de adaptação, não uma doença. O problema surge quando se perde o controle sobre o nível de estresse.

Segundo Maia (1999) "a enfermagem é considerada uma das profissões que mais surge um elevado nível de estresse, pois além de todo conhecimento técnico – científico, também enfrenta problemas com o fato de cuidar de outro ser humano, onde há uma pressão em relação ao tempo para sua intervenção isso interfere na responsabilidade, no interesse, na insegurança e na necessidade de tentar salvar a vida de outro ser humano, utilizando todo o conhecimento científico inerente ao enfermeiro.

Vale salientar que o hospital é um local considerado como grau de risco elevado devido às operações insalubres, e à exposição do trabalhador a agentes biológicos que causam as mais diversas infecções.

Nesse contexto os enfermeiros encontram-se expostos a fatores de riscos de natureza física, química e biológica, o que justifica a inclusão da profissão de enfermagem no grupo das profissões desgastantes. Na unidade de urgência e emergência o serviço da equipe de enfermagem torna-se imprescindível para que ocorra o tratamento adequado aos pacientes, no entanto este trabalho encontra-se na maioria das vezes prejudicado devido às condições precárias as quais são oferecidas o que traz como consequência acidente, desmotivação, estresse e fadiga mental.

Vale ressaltar ainda, o fato de que, as atividades desenvolvidas no setor de emergência são apresentadas como sendo as mais desgastantes, seja pelas situações de gravidade que são atendidas, seja pela impaciência das famílias que acompanham os pacientes, ou mesmo devido à sobrecarga de atividades enfrentadas pelos enfermeiros. Atualmente tem-se discutido na sociedade em geral, principalmente no mundo acadêmico e no cotidiano dos profissionais de saúde, a respeito de quais seriam os critérios sociais na seleção de pacientes em serviços de emergência, bem como outras questões que envolvem a humanização da assistência de

enfermagem os direitos e deveres dos profissionais de saúde, particularmente, de enfermagem e os direitos dos usuários dos serviços de ações de saúde.

Diante disso, observa-se que, o estresse faz parte do cotidiano dos profissionais de enfermagem que atua na unidade de urgência e emergência, ressaltando que os enfermeiros se apresentam em situação de risco, referente ao fato de serem alvos fáceis do estresse, devido aos fatores apresentados, os quais são realidades vividas em todo o país.

Portanto para que a prática de atendimento seja satisfatória, os enfermeiros necessitam ter melhores condições de trabalho, o que requer uma atenção especial por parte dos gestores para que eles possam compreender as necessidades e buscar ações que enfatizam a transformação dos fatores que ocasionam os surgimentos do estresse nos profissionais da saúde.

METODOLOGIA

Para realização do estudo, utilizou-se a pesquisa qualitativa, baseado a partir de bibliografias sobre estresse frente à equipe de enfermagem.

A pesquisa qualitativa da literatura permite sintetizar o conhecimento de uma determinada área a partir da formulação de uma pergunta, buscando assim a identificação, seleção e avaliação de estudos científicos contidos em bases de dados eletrônicos, a fim de contribuir e aprofundar o conhecimento sobre a temática investigada e apontar lacunas que precisam ser preenchidas por meio da realização de novas investigações.

Para a seleção dos estudos, realizou-se levantamento de dados na Biblioteca Cientifica Eletrônica Online (SCIELO) e na Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

A busca resultou em um total de 17 artigos indexados nas bases de dados supracitados. Após seleção dos artigos, foi realizada uma leitura do material obtido, para selecionar o que seria interessante para a pesquisa, em seguida uma leitura minuciosa, a fim de não se perder em relação aos aspectos importantes para o enriquecimento do estudo, passando uma confiabilidade, clareza e objetividade por parte do pesquisador.

Nesta perspectiva, cumpre referir que para análise foram observados os seguintes critérios: a abordagem metodológica, o conteúdo relativo ao estresse ocupacional direcionado a equipe de enfermagem de um determinado setor e o ano de publicação dos artigos.

RESULTADOS E DISCURSSÕES

Este artigo deu ênfase às informações de planejamento das atividades atribuídas às equipes de enfermagem em uma unidade de urgência e emergência como forma de contribuir para o bem-estar físico e pessoal desses trabalhadores, descrevendo a doença ocupacional que, mas acometem essa categoria e identificando suas causas e consequências.

As atividades desenvolvidas no setor de emergência são definidas como sendo as mais desgastantes pela gravidade as quais são atendidas, pela impaciência das famílias, baixa remuneração e sobrecarga de atividades, tornando-se um dos fatores de maior relevância para o estresse, doença ocupacional gerado a equipe de enfermagem, reduzindo assim, a capacidade desses profissionais em desenvolverem suas atividades com eficiência.

Os profissionais de saúde, principalmente os enfermeiros em especial, estão sujeitos a traumas graves provocados por acidentes, violência e doenças clínicas tornando agravos que requer uma atenção específica, o que termina gerando uma sobrecarga de trabalho à equipe de enfermagem decorrente do aumento nos atendimentos prestados ao setor de urgência e emergência.

Diante disso observou-se o aumento crescente em publicações cientificas relacionada ao estresse frente aos profissionais de enfermagem. No entanto em algumas publicações foi possível identificar que alguns enfermeiros trabalham em seus postos com dedicação e com amor ao próximo e veem o trabalho em hospital com uma forma de distração.

Em relação ao ano de publicação dos estudos selecionados optou-se por mesclar a amostra com alguns estudos mais atuais, dando-se ênfase também, à literatura, mas antiga, que trata do assunto.

Os estudos selecionados dividiram-se da seguinte maneira: entre o período de1990 a 1999foram analisados 4 publicações, de 2000 a 2005 apenas 2e no período de 2006 a 2014, 11 publicações, totalizando 17 estudos. Nesse sentido observou-se um aumento crescente do interesse pelo assunto nos últimos anos.

Tal interesse surgiu a fim de melhor compreender os aspectos das doenças ocupacionais em particular do estresse e de desenvolver mecanismos de controle das suas manifestações, pois o assunto passou a ser motivo de maior preocupação para os profissionais, principalmente aqueles cujas atividades estão diretamente relacionadas ao cuidado do ser humano, como os enfermeiros.

No contexto organizacional, observa-se que trabalhadores estressados na equipe estão mais vulneráveis à ocorrência de acidentes e doenças ocupacionais, bem como podem provocar o desenvolvimento das atividades com ineficiência, desorganização do trabalho, insatisfação, diminuição da produtividade, gerando certamente consequências ao indivíduo ou à população assistida.

Outro fator pelo qual a enfermagem relaciona ao estresse em algumas publicações é a falta de profissionais qualificados e a alta demanda de pacientes tornando como um importante fator gerador de estresse, tendo algumas pesquisas apresentado sinais de síndrome de burnout, em termos de exaustão emocional.

Todos os indivíduos estão expostos à influência do estresse, seja na esfera psíquica ou social, como tem sido mostrado por pesquisas recentes, porém os enfermeiros possuem inúmeras atribuições designadas pelo Ministério da Saúde, exigindo-lhes atividades de apoio, supervisão de trabalho dos auxiliares e técnicos de enfermagem, bem como assistência direta às pessoas enfermas, estando sempre atentos ao trabalho realizado por outros membros da equipe para que todos os cuidados sejam precisos.

Algumas literaturas nos mostram que os enfermeiros em sua maioria se apresentam estresse principalmente das fases de resistência e exaustão, com predominância dos sintomas psicológicos como angústia, ansiedade diária e vontade de fugir de tudo, seguidos pelos sintomas físicos, sendo o mais citado a insônia. Eles citam também que os enfermeiros que praticam dupla jornada de trabalho estavam mais estressados em relação aos que têm jornada única.

Portanto pessoas que estejam estressadas, na fase de resistência e exaustão, principalmente profissionais de saúde que usam seus conhecimentos adquiridos em fundamentações teóricas para cuidar de outros seres humanos, abrangendo o estado de saúde ao estado de doença, devam receber atenção principalmente por programas educativos sobre os riscos a que estão expostos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se que a enfermagem é considerada uma das profissões mais estressantes no mercado de trabalho, e que não há na literatura uma concordância sobre as unidades hospitalares onde o serviço e as relações interpessoais são mais estressores.

Pesquisa a respeito do estresse vem sendo desenvolvidas até o momento em um número crescente, pois o tema relaciona-se muito com o momento em que vivemos, com o crescimento do capitalismo, e com a busca incessante pelo homem da satisfação pessoal e profissional.

Portanto é de extrema importância para a área da enfermagem o desenvolvimento de estudos a respeito do estresse causado a equipe de enfermagem em setores de urgência e emergência a fim de descobrir os agentes causadores de estresse presentes no ambiente de trabalho, bem como estimular o desenvolvimento das capacidades individuais para melhor preparar os indivíduos para enfrentar as situações consideradas negativas.

O profissional precisa avaliar as condições que estão propícias a adquirirem o estresse seja em qualquer meio ou condições a que estão inseridos, e compreender o significado dos riscos, sobretudo desempenhar seu papel na sociedade, mas também a autorrealização pessoal e profissional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

ALVES, A. C. G. G. **O estresse e o trabalho o enfermeiro: uma revisão bibliografia**. Recife, 2011.

BATISTA, K. M, BIANCHI, E. R. F. **Estresse do enfermeiro em unidade de emergência**. Rev. Latino-am Enfermagem, julho/agosto, 2006.

BELANCIERI, M. F. Enfermagem: **Estresse Psicossomáticas**. Bauru: EDUSC, 2005.

BEZERRA, F. N; SILVA, T. M; RAMOS, V. P. **Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência**: Revisão Integrativa da Literatura, Acta Paul Enferm, Recife, 2012.

CALDERO, A. R. L; MIASSO, A. L. **Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de pronto atendimento.** Revista Eletrônica de Enfermagem, 2008.

CARNEIRO, M. C. **Avaliação do estresse do enfermeiro em uma unidade de emergência hospitalar.** Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais - cescage. Ponta Grossa, 2010.

COOPER. C. L. MITCHEL. S. **Enfermagem e pacientes criticamente doentes**. Revista Latino Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, v.9, n.2, 1999.

DOMINGOS, N. A. M. **Estresse em funcionários de um Hospital Escola**. HB científica, São José do Rio Preto, v.3, n.1, 1996.

EMILIO, M. G; SANTOS, G. S. **O estresse na equipe de enfermagem que atua no setor de Emergência**. Revista de Enfermagem.

FERREIRA, L. R. C; MARTINO, M. M. F. **O estresse do enfermeiro: analise das publicações sobre o tema**. Rev. Ciên. Méd. Campinas, 2006.

FIGUEREDO, N. M. A. **Diagnóstico de enfermagem adaptando a taxonomia à realidade.** 2° Ed. São Paulo Yendis, 2011.

HARBS, T. C.; RODRIGUES, T.; QUADROS, V. A. S. **Estresse da equipe de enfermagem em um centro de urgência e emergência**. Artigo. 2008.

MAIA, S. C. **Análise ergonômica do trabalho do enfermeiro na unidade de terapia intensiva: proposta para a minimização do estresse e melhoria da qualidade de vida no trabalho**. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 1999

NETTINA, S. M. **Prática de enfermagem**. 6°Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999.

SILVA, E. F. L.; MOURA, M. L. C. **Estresse nas relações enfermeiro/paciente: revisão integrativa**. Revista de Enfermeira UFP. Recife, 2014.

SOUZA, C. **Estresse ocupacional do enfermeiro: fatores estressantes do trabalho em hospital.** Porto Alegre, 2008.