

LABORO - EXCELÊNCIA EM PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

SANDRA MARIA MENDES GUIMARÃES

**AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO ATUANTE NO
SETOR DE EMERGÊNCIA DE UM HOSPITAL PÚBLICO MUNICIPAL EM
SÃO LUÍS-MA**

São Luís

2010

SANDRA MARIA MENDES GUIMARÃES

**AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO ATUANTE NO
SETOR DE EMERGÊNCIA DE UM HOSPITAL PÚBLICO MUNICIPAL EM
SÃO LUÍS-MA**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho do LABORO-Excelência em Pós Graduação/ Universidade Estácio de Sá para obtenção do título de Especialista em Enfermagem do Trabalho.

Orientadora: Profa. Mestre Janete Valois Ferreira Serra.

São Luís

2010

SANDRA MARIA MENDES GUIMARÃES

**AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO ATUANTE NO
SETOR DE EMERGÊNCIA DE UM HOSPITAL PÚBLICO MUNICIPAL EM
SÃO LUÍS/ MA**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho do LABORO-Excelência em Pós-Graduação/ Universidade Estácio de Sá para obtenção do título de Especialista em Enfermagem do Trabalho.

Orientadora: Profa. Mestre Janete Valois Ferreira Serra.

Aprovada em / /

BANCA EXAMINADORA

Profa. Janete Valois Ferreira Serra (Orientadora)

Mestre em Psicologia Social

Universidade do Estado do Rio de Janeiro- UERJ

Profa. Rosemary Ribeiro Lindholm

Mestre em Enfermagem Pediátrica

Universidade de São Paulo-USP

À Deus, fonte de sabedoria.

AGRADECIMENTOS

À Deus, por tudo que tens feito em nossas vidas.

Aos nossos familiares, pelo carinho e atenção no transcorrer desse curso.

À Profa. Mestre Janete Valois Ferreira Serra, nossa orientadora, por sua valiosa contribuição na elaboração deste trabalho.

E, a todos aqueles que, direta ou indiretamente, contribuíram para a elaboração deste trabalho.

“A maior arma contra o estresse é nossa habilidade de escolher um pensamento ao invés do outro”.

William James

RESUMO

Trata-se de estudo cujo objetivo consiste em avaliar o estresse ocupacional dos enfermeiros em uma unidade de pronto atendimento em São Luís-MA. Estudo descritivo, prospectivo, com abordagem quantitativa, cujos dados foram coletados no período de julho a agosto de 2009. A população refere-se a todos os enfermeiros perfazendo um total de 33 (trinta e três) que desenvolvem atividades assistenciais no setor de emergência da instituição. De acordo com os resultados obtidos observou-se que 94% dos entrevistados é do gênero feminino, 42,2% encontra-se na faixa etária de 31 a 40 anos, e 43% são solteiros. Em relação à situação socioeconômica chama atenção que 48% possui 2 empregos ou mais, 46% tem 10 anos ou mais de serviço, 64% recebe 6 a 10 salários mínimos e 67% possui de 1 a 2 filhos. Quanto à situação de estresse no ambiente de trabalho 51,6% relatou que muitas vezes a falta de material necessário é fator determinante para o desencadeamento do estresse, 39,4% afirmou que raramente o clima de competitividade gera estresse no ambiente de serviço, 36,4% dos profissionais descreveu que a demanda de pessoas é um grande fator para o desenvolvimento do estresse, 51,4% relatou que algumas vezes o desenvolvimento de atividades de além da função ocupacional contribui para o aparecimento do estresse, 39,3% dos profissionais referiu que algumas vezes a restrição da autonomia profissional gera algum fator estimulante para comportamentos estressantes. No quesito de atividade de enfrentamento no ambiente de trabalho, 66,6% dos enfermeiros referiu que nunca praticou ginástica laboral para alívio e prevenção contra o estresse e 66,6% relatou que tirar um tempo para a vida familiar é uma alternativa de enfrentar o estresse no dia-a-dia. Diante do exposto, pode-se evidenciar a necessidade de mudanças para a diminuição do estresse desses profissionais sugerindo-se a jornada de trabalho única para aqueles com atividades em setores com comprovada presença de fontes de pressão, como é o caso da emergência.

Palavras-chave: Saúde Ocupacional. Estresse. Enfermeiro. Emergência.

ABSTRACT

This is a study whose objective is to assess the occupational stress of nurses in an emergency care unit in Sao Luis, Brazil. Descriptive, prospective study with a quantitative approach, whose data were collected between July-August 2009. The population refers to all nurses, for a total of 33 (thirty-three), which develop welfare activities in the emergency room of the institution. According to the results obtained showed that 94% of the respondents were female, 42.2% are aged 31-40 years and 43% are unmarried. Regarding the socioeconomic situation calls attention to 48% has two jobs or more, 46% has 10 or more years of service, 64% receives 6-10 times the minimum wage and 67% has 1-2 children. Concerning the situation of stress in the workplace 51.6% reported that they often lack the equipment needed is a decisive factor for the onset of stress, 39.4% said they rarely competitive climate creates stress in the service environment, 36.4% of the professionals described the demand of people is a big factor for the development of stress and 51.4% reported that sometimes the development of activities beyond the occupational function contributes to the onset of stress, 39.3% of professionals said that sometimes the restriction of professional autonomy raises some stimulating factor for stressful behaviors. In the question of coping activity in the workplace, 66.6% of nurses said that never practice gym work to relieve and prevent stress and 66.6% reported that taking time for family life is an alternative to face stress from day to day. Given the above, we can highlight the need for changes to reduce the stress of these professionals suggesting the work day only for those with activities in sectors with proven presence of sources of pressure, as is the case of emergency.

Key-words: Occupational health. Stress. Nurse. Emergency.

SUMÁRIO

	p.
1 INTRODUÇÃO.....	10
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	11
3 OBJETIVOS.....	14
3.1 Geral.....	14
3.2 Específicos.....	14
4 METODOLOGIA.....	15
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	17
6 CONCLUSÃO.....	25
REFERÊNCIAS.....	26
APÊNDICES.....	30

1 INTRODUÇÃO

O termo estresse foi conceituado em 1956, pelo médico endocrinologista Hans Selye, que o definiu como “estado manifestado por uma síndrome específica, constituída por todas as alterações produzidas num sistema biológico” (ZORZI, 2004).

Antes a palavra estresse era conceituada como uma abordagem de auto-ajuda; ao longo do tempo esse índice elevou-se de tal maneira que pesquisas realizadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), apontaram que 90% da população mundial é afetada pelo estresse (BATISTA, 2006).

Para Lazarus; Folkman (1984), o estresse revela-se como qualquer evento que demande do ambiente externo ou interno e que taxee ou exceda as fontes de adaptação de um indivíduo ou sistema social, baseado seus estudos na teoria cognitivista. Outras teorias ampliam o entendimento do estresse, porém merece destaque Browner (1987), que introduziu a teoria interacionista, a qual vincula o “aparelho psíquico ao estresse e à influência do meio ambiente sobre o indivíduo, enfocando como os estímulos externos podem provocar reações nas pessoas, modificando seus comportamentos ou gerando ansiedade”.

No entanto, considera-se o trabalho como uma forma de satisfação das necessidades humanas, como sobrevivência, auto-realização e manutenção de relações interpessoais, entretanto, a carga horária excessiva pode acarretar estresse grave podendo evoluir para algum tipo de doença (LIPP, 2003).

Nesse aspecto, surge o estresse ocupacional que, de acordo com Siqueira; Bernik (1995) apud Aguiar (2005), definem como o produto da relação entre o indivíduo e o seu ambiente de trabalho, cujas exigências ultrapassam as habilidades do trabalhador para enfrentá-las, o que pode acarretar um desgaste excessivo do organismo, interferindo na sua produtividade, não descartando o componente individual do estresse, ligado à personalidade e ao modo como a pessoa reage aos acontecimentos de forma particular.

O modelo de Lipp (2003), propõe que o estresse se desenvolve em quatro etapas:

1- a fase de alerta, o qual é um processo de auto-regulação do organismo, que mediante a ameaça percebida, cria mecanismo visando o enfrentamento da situação.

2- a fase de resistência, havendo a manutenção do agente estressor, o organismo busca o re-equilíbrio, podendo haver sensação de desgaste sinalizando que este não tem condições de lidar com a situação.

3- a fase de quase exaustão, que corresponde à fase em que as defesas do organismo começam a ceder e a intercalar períodos em que o indivíduo consegue resistir e sentir-se bem e outros em que se encontra exausto.

4- a fase de exaustão caracteriza-se pela fase de quebra total de resistência, podendo existir a exaustão psicológica na forma de depressão ou na forma de doenças.

Dentre os diversos enfoques, o estresse no trabalho é decorrente da inserção do indivíduo neste contexto, pois o trabalho, além de possibilitar crescimento, transformação, reconhecimento e independência pessoal, também causa problemas de insatisfação, desinteresse, apatia e irritação causando assim o estresse ocupacional. Entretanto, o trabalho deve ser algo prazeroso e um motivo de realização pessoal causando bem estar geral (BATISTA, 2006).

O grande incentivo para a realização desta pesquisa se deu a partir da percepção da saturação do estresse ocupacional nas unidades de emergência, setores propícios a situações de estresse, uma vez que, o atendimento em situações de emergência e urgência caracteriza-se pela necessidade do paciente ser avaliado em curtíssimo espaço de tempo, em que o critério de acesso a este serviço é a gravidade. Portanto, o enfermeiro vivencia situações emocionalmente intensas, referente à vida, doença e morte, as quais causam ansiedade, tensão física e mental.

Ressalta-se ainda que na atuação dos profissionais de saúde em emergência são vivenciadas situações contínuas de estresse, seja pelo risco iminente de vida, pelo contato permanente com o sofrimento e a morte, além de sobrecarga de trabalho, falta de autonomia, escassez de recursos e, até mesmo, falta de compromisso de alguns profissionais que compõem a equipe de saúde.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O estresse é quase sempre visualizado como algo negativo que ocasiona prejuízo no desempenho global do profissional. Estressor é uma situação ou experiência que gera sentimentos de tensão, ansiedade, medo ou ameaça que pode ser de origem interna ou externa (STACCIARINI, 2001).

O estresse ocupacional pode ser conceituado como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores provocando nos enfermeiros respostas negativas quando ultrapassa os recursos de enfrentamentos que possui. Nos últimos anos pesquisas realizadas sobre estudos relacionados ao estresse no trabalho têm sido freqüente na literatura científica devido ao impacto negativo na saúde e no bem-estar dos empregados e, conseqüentemente, no funcionamento e nas organizações das instituições (PASCHOAL, 2004).

Segundo Jex (1998), o conceito sobre estresse ocupacional encontra-se dividido em três categorias:

1- estímulos estressores: mais conhecido como estressores organizacionais que refere ao estímulo do ambiente de trabalho no qual exige respostas adaptativas do enfermeiro provocando saturação das suas habilidades de defrontar em certas situações.

2- respostas aos eventos estressores: refere às respostas comportamentais, psicológicas e fisiológicas que os enfermeiros emitem quando encontram-se visivelmente a fatores de trabalho que excedem suas habilidades de enfrentamento.

3- estímulo estressores -resposta: refere-se ao impacto negativo nos enfermeiros devido a carga total da demanda de trabalho.

Os estressores organizacionais caracterizam-se como natureza física (local de trabalho, barulho, iluminação) e psicossocial (papel da enfermagem, relacionamento interpessoal no trabalho, autonomia/autocontrole no trabalho) (JEX, 1998).

De acordo com a definição priorizada, os estudos baseiam-se no estresse como uma característica do profissional, ou um fenômeno do ambiente de trabalho ou a interação entre ambiente e indivíduo (PASCHOAL, 2004).

O estresse ocupacional é um problema negativo, de natureza perceptiva, resultado da incapacidade de lidar com as fontes de pressão no trabalho, o qual provoca conseqüências sob forma de problemas na saúde física e mental comprometendo o profissional nas organizações e na satisfação do seu trabalho (COOPER; MORAES, 1993).

No contexto das variáveis situacionais, o suporte social e o exercício físico regular oferecem uma associação importante no combate ao estresse ocupacional, devido à satisfação do indivíduo no âmbito do trabalho. Estudos afirmam que a presença de redes sociais que oferecem suporte ao trabalho e pessoas que praticam regularmente uma atividade física, melhora a avaliação do profissional

sobre sua qualidade de vida e reduz o nível de estresse (BROWNER, 1987; IWATA; 1997).

Alguns componentes conhecidos como estressores em relação à estabilidade do enfermeiro são reconhecidos, tais como: o número reduzido de enfermeiros na equipe de enfermagem, a situação política na qual estamos imersos, com a redução dos salários, estreitamento do mercado de trabalho e o desemprego, são fatores agravantes aos profissionais que são obrigados a atuar em mais de um local de trabalho, exercendo uma carga horária mensal acima do esperado desencadeando assim o estresse ocupacional (ROCHA, 1998).

Estas circunstâncias impõem ao trabalhador uma alta demanda a ser enfrentada. Se o indivíduo apresentar um repertório deficitário de enfrentamento, será, então, desencadeado o estresse ocupacional. Portanto, quanto maior a demanda do trabalho e menor o controle do profissional, mais provável será a ocorrência de estresse e prejuízos à saúde do trabalhador (CAHIL, 1996; HURREL; 1996; THEORELL, 1999).

Devido a esses fatores, é incontestável dizer que o trabalho influencia o comportamento do indivíduo (LLOPIS, 1993). O estresse ocupacional pode ser encarado também sob uma perspectiva transacional, onde existe uma interação entre o indivíduo e a situação estressante (COX, 1987).

3 OBJETIVOS

3.1 Geral

Avaliar o estresse ocupacional vivenciado pelos enfermeiros no setor de emergência, de um hospital público em São Luís-MA.

3.2 Específicos

Caracterizar o perfil demográfico e profissional dos enfermeiros;

Identificar situações relatadas como indutoras de estresse vivenciadas pelo enfermeiro;

Investigar junto aos enfermeiros atitudes mais freqüentes de enfrentamento do estresse.

4 METODOLOGIA

- **Tipo de estudo**

Realizou-se um estudo descritivo, prospectivo, com abordagem quantitativa.

- **Local de estudo**

O estudo foi realizado no período de julho a agosto de 2009 no Setor de Emergência de um hospital da rede pública do município de São Luís, de média complexidade, referência para o Estado do Maranhão, o qual presta serviços de clínica médica, cirurgia geral, neurocirurgia, cardiologia e ortopedia. A unidade supracitada possui um quantitativo de 50 (cinquenta) leitos de observação com atendimento exclusivo pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Ressalta-se, ainda, a permanência de pacientes internados neste setor pela escassez de leitos em hospitais de apoio.

- **População**

A população foi constituída por todos os enfermeiros da unidade, perfazendo um total de 33 (trinta e três) profissionais, que desenvolvem atividades assistenciais no setor de emergência da Instituição. Foram excluídos aqueles que estavam de férias e/ou licença no período pesquisado.

- **Instrumento de coleta de dados**

Como instrumento de coleta de dados, utilizou-se um questionário proposto por Lipp (2003) com perguntas fechadas, abordando dados sócio-demográficos, situações indutoras e de enfrentamento do estresse, definindo assim uma escala para o entrevistado indicar o grau de representatividade das situações indutoras e de enfrentamento do estresse no ambiente de trabalho contemplando assim o objeto do estudo (Apêndice A). Realizou-se um projeto-piloto para garantir

uniformidade no momento da coleta das informações e desenvolvimento da pesquisa.

- **Coleta de dados**

A coleta de dados foi realizada em Hospital Municipal de urgência/emergência nos meses de julho e agosto de 2009. Após autorização da Superintendência de Educação em Saúde/SEMUS, realizou-se a coleta nos turnos diurno e noturno, procedendo com o deslocamento ao Setor de Emergência do Hospital Municipal para realizar o levantamento do quantitativo de enfermeiros atuantes no referido setor e verificar a escala de plantão dos mesmos para em seguida fazer o agendamento para aplicação do instrumento de coleta.

- **Análise dos dados**

Utilizou-se o Banco de Dados Epi Info versão 2000, cujos dados foram representados em forma de tabelas.

- **Considerações éticas**

O projeto de pesquisa foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Maranhão - UFMA, para ser apreciado e aprovado uma vez que envolve seres humanos. A pesquisa foi realizada em conformidade com as exigências da Resolução CNS Nº. 196/96, em vigor em todo território nacional, onde os sujeitos envolvidos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assegurando assim, sua participação na pesquisa (APENDICE B).

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com as características demográficas, a tabela 1 mostra que 94,0% da população é do sexo feminino. Quanto à faixa etária constatou-se que a maioria dos enfermeiros possuía idade entre 31 a 40 anos (42,2%). Em relação ao estado civil a maioria relatou ser solteira (43,0%).

Tabela 1- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros de acordo com as características demográficas. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	N	%
Sexo		
Masculino	02	06,0
Feminino	31	94,0
TOTAL	33	100,0
Faixa etária (anos)		
20 a 30	05	15,1
31 a 40	14	42,2
41 a 50	09	27,6
Acima de 50	05	15,1
TOTAL	33	100,0
Estado Civil		
Casado	13	39,0
Solteiro	14	43,0
Outros	06	18,0
TOTAL	33	100,0

Dados sobre o sexo corroboram com a pesquisa realizada em uma Unidade de Terapia Intensiva em São Paulo que resultou em 84% das entrevistadas do sexo feminino (ARAUJO, 2008).

De acordo com trabalhos estudados desde o início no século XIX, considera-se a enfermagem como uma profissão essencialmente feminina, um dos motivos foi devido a enfermeira Florence Nightingale ser pioneira dessa ciência através da conotação dos primeiros cuidados diretamente com o paciente (DIAS, 2002).

Estudo realizado em um Hospital Universitário de Curitiba com objetivo de traçar o perfil do enfermeiro foi encontrado que a minoria dos enfermeiros era solteiro (29,67%) (MARESI, 2007).

Em se tratando das características socioeconômicas observou-se na tabela 2 que a maioria dos profissionais possuía entre 2 ou mais empregos (48,0%). Em relação ao tempo de serviço, houve um predomínio de 10 anos ou mais (46,6%). E quanto ao número de filhos, a maioria relatou ter somente de 1 a 2 filhos (67,0%) e apenas 18% relataram não possuir nenhum filho.

Tabela 2- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros de acordo com características socioeconômicas. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	N	%
Números de empregos		
1	01	04,0
2	16	48,0
3 ou mais	16	48,0
TOTAL	33	100,0
Tempo de serviço (anos)		
1 a 5	06	18,0
6 a 10	12	36,0
10 ou mais	15	46,0
TOTAL	33	100,0
Renda Familiar (salário mínimo)		
2 a 5	05	15,0
6 a 10	21	64,0
Mais de 10	07	21,0
TOTAL	33	100
Números de filhos		
1 a 2 filhos	22	67,0
3 a 5 filhos	05	15,0
Nenhum	06	18,0
TOTAL	33	100

Estudo realizado por Mezani (2009), comprova que a maioria dos profissionais tinha menos de 15 anos de profissão (76,5%) corroborando com os dados encontrados. Outro fator observado nesse estudo foi à renda familiar, no qual

os profissionais relatam receber de 6 a 10 salários mínimos mensalmente (64%). E quanto ao número de filhos, a maioria dos profissionais tinha pelo menos um filho (65,8%). Dados que corroboram com os da pesquisa realizada.

No Brasil, é comum que o profissional de enfermagem mantenha dois empregos, o que acumula longas horas de trabalho, além disso, estudos também confirmam que longas jornadas de trabalho estão estreitamente relacionadas ao estresse, tensão, irritabilidade, insônia, fatores relevantes para qualidade de vida desses trabalhadores (BRITO, 2004).

Os profissionais de enfermagem convivem com a dinâmica das organizações no desenvolvimento de suas atividades, ao mesmo tempo em que gerenciam suas vidas como pessoas, esposas, maridos, pais e mães. Essa situação, de desenvolver múltiplas atividades, com vínculos de trabalho formais ou não, pode também gerar stress já que esses profissionais além de trabalharem fora do convívio familiar pensam em seus filhos e se preocupam com os cuidados domiciliares (MENZANI, 2009).

Em relação à situação de tensão no ambiente de trabalho, a tabela 3 mostra que os Recursos Inadequados muitas vezes são fatores desencadeantes de estresse ressaltando-se dentre estes instalações físicas (36,4%), falta de material (51,6%) e falta de recursos humanos (39,4%).

Em se tratando das Relações Interpessoais, 39,4% dos enfermeiros referiu que o clima de competitividade raramente é um fator estressante, enquanto que, 36,4% relatou que o relacionamento com a equipe médica gera tensão no ambiente de trabalho.

Tabela 3- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros de acordo com o relato de situações de tensão no ambiente de trabalho. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	Nunca		Raramente		Algumas Vezes		Muitas Vezes		Sempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
RECURSOS												
INADEQUADOS												
Instalações físicas inadequadas	1	3,0	4	12,2	7	21,2	12	36,4	9	27,2	33	100
Falta de material necessário	0	0	0	0	8	24,2	17	51,6	8	24,2	33	100
Falta de recursos humanos	0	0	0	0	10	30,3	13	39,4	10	30,3	33	100
RELAÇÕES												
INTERPESSOAIS												
Relacionamento com a equipe médica	1	3,0	4	12,1	10	30,2	6	18,2	12	36,4	33	100
Relacionamento com os enfermeiros	2	6,1	8	24,2	8	24,2	5	15,1	10	30,4	33	100
Relacionamento com o chefe	3	9,1	9	27,2	8	24,2	7	21,2	6	18,3	33	100
Relacionamento com familiares de pacientes	2	6,1	9	27,2	8	24,2	9	27,3	5	15,2	33	100
Trabalho em equipe	5	15,1	6	18,3	9	27,2	5	15,1	8	24,3	33	100
Clima de competitividade	8	24,2	13	39,4	7	21,2	2	6,1	3	9,1	33	100

A qualidade das relações interpessoais é outro fator importante na hora de determinar o potencial estressor. A falta de coesão do grupo é uma das características que pode facilmente causar estresse. O conflito no grupo de trabalho cumpre funções positivas quando estimula a busca de soluções para o problema; no entanto, caso a situação de conflito seja contínua, poderá gerar frustrações, insatisfação e moléstias somáticas (FORNÉS, 1994).

De acordo com o atendimento ao paciente no ambiente de trabalho, a tabela 4 mostra que a execução de procedimentos rápidos e a grande demanda de pessoas (36,4%) são fatores de estresse para os profissionais e somente 9,2% referiu que a assistência a pacientes críticos raramente gera estímulos estressores; 27,3% referiu que o cumprimento de uma carga horária maior na prática raramente

gera uma sobrecarga de atividades; 51,4% dos enfermeiros relataram que algumas vezes o desenvolvimento de atividades além da função ocupacional desencadeia eventos estressantes e 33,3% relataram que algumas vezes a indefinição do papel do enfermeiro e distanciamento entre teoria e prática causa estresse devido à carga emocional aumentada.

Tabela 4- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros de acordo com a situação de estresse no ambiente de trabalho. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	Nunca		Raramente		Algumas Vezes		Muitas Vezes		Sempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
ATENDIMENTO AO PACIENTE												
Assistência a pacientes críticos	3	9,2	7	21,2	7	21,2	8	24,2	8	24,2	33	100
Execução de procedimentos rápidos	3	9,1	5	15,0	6	18,3	12	36,4	7	21,2	33	100
Grande demanda de pessoas	1	3,0	3	9,1	7	21,2	12	36,4	10	30,3	33	100
SOBRECARGA DE ATIVIDADES												
Cumprimento de uma carga horária maior na prática	4	12,2	9	27,3	5	15,1	7	21,2	8	24,2	33	100
Desenvolvimento de atividades além da função ocupacional	3	9,1	2	6,1	17	51,4	6	18,3	5	15,1	33	100
CARGA EMOCIONAL												
Indefinição do papel do enfermeiro	5	15,1	4	12,2	11	33,3	5	15,1	8	24,2	33	100
Distanciamento entre teoria e prática	3	9,0	4	12,2	11	33,3	11	33,3	4	12,2	33	100
Restrição da autonomia profissional	1	3,0	4	12,2	13	39,3	11	33,3	4	12,2	33	100

A sobrecarga de trabalho, rodízios de horários e sistema de plantão são fontes de pressão para os profissionais no exercício de suas atividades, e o prolongamento da jornada de trabalho acaba intensificando os desgastes físicos e psicológicos do trabalhador, resultando em fator desencadeante de estresse e sofrimento mental (ARAÚJO, 2008).

As primeiras investigações sobre o estresse ocupacional foram realizadas com trabalhadores de fábricas, enfocando aspectos do ambiente físico de trabalho. Os estressores identificados apontavam, principalmente, para as conseqüências psicológicas (PITTA, 1991).

A falta de controle sobre o trabalho, assim como as responsabilidades excessivas, produzem conseqüências psicológicas e somáticas negativas (PEIRÓ, 1992).

As estratégias centradas nas emoções produzem modificações subjetivas nas relações pessoa/ambiente, podendo ocorrer quando temporariamente desviamos a nossa atenção da situação ou quando alteramos o significado pessoal da relação pessoa/ambiente, modificando dessa forma a base para a produção de emoções negativas. Daí considerar-se que as pessoas são agentes ativos que podem moldar as respostas aos agentes estressores, assim como podem ser moldadas por eles (MENDES, 2002).

Quanto à forma de enfrentamento do estresse no ambiente de trabalho, a tabela 5 mostra que 54,5% dos enfermeiros relataram que algumas vezes utilizam a reinterpretação dos eventos estressantes como alternativa; 39,3% relataram que muitas vezes executam mais e falam menos, 45,4% delegam algumas vezes tarefas evitando sobrecarga, apenas 15,1% praticam ginástica laboral e 42,4% raramente explodem ou falam o que pensam.

Tabela 5- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros de acordo com a forma de enfrentamento de estresse no ambiente de trabalho. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	Nunca		Raramente		Algumas vezes		Muitas vezes		Sempre		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%
Reinterpretar eventos estressantes procurando alternativas	2	6,1	7	21,2	18	54,5	4	12,1	2	6,1	33	100
Executar mais e falar menos	1	3,0	4	12,1	11	33,3	13	39,3	4	12,1	33	100
Delegar tarefas, evitando sobrecarga	4	12,1	6	18,3	15	45,4	5	15,1	3	9,1	33	100
Praticar ginástica laboral	22	66,6	6	18,3	5	15,1	0	0	0	0	33	100
Explodir/falar o que pensa	7	21,2	14	42,4	9	27,3	1	3,0	2	6,1	33	100

No setor público, a enfermagem é classificada pela Health Education Authority como a quarta profissão mais estressante, devido à responsabilidade pela vida das pessoas e a proximidade com os clientes em que o sofrimento é quase inevitável, exigindo dedicação no desempenho de suas funções aumentando a probabilidade de ocorrência de desgastes físicos e psicológicos (COOPER; MITCHEL apud STACCIANINI; TRÓCOOLI, 2001).

Em relação à atitude tomada freqüentemente pelos profissionais no dia-a-dia diante ao enfrentamento de estresse no ambiente de trabalho, a tabela 6 mostra que 51,6% dos enfermeiros relatou observar a natureza algumas vezes; 33,3% raramente saem com os amigos; 36,4% vão as praias algumas vezes; 39,4% raramente vão ao cinema; 42,4% na maioria das vezes ouvem musica ou assistem televisão; 66,6% relataram que muitas vezes separam um tempo para a vida familiar; 39,4% nunca praticam atividade física; e 45,5% dos enfermeiros sempre rezam.

Tabela 6- Distribuição numérica e percentual dos 33 enfermeiros quanto à forma de enfrentamento de estresse no dia-a-dia. São Luís-MA, 2009.

VARIÁVEIS	Nunca		Raramente		Algumas vezes		Muitas vezes		Sempre		TOTAL	
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%	N	%
Observar a natureza	1	3,0	5	15,1	17	51,6	3	9,1	7	21,2	33	100
Sair com amigos	0	0	11	33,3	9	27,2	3	9,1	10	30,3	33	100
Ir à praia	2	6,1	5	15,1	12	36,4	10	30,3	4	12,1	33	100
Ir ao cinema	1	3,0	13	39,4	10	30,3	7	21,2	2	6,1	33	100
Ouvir música/assistir televisão	0	0	2	6,1	6	18,2	14	42,4	11	33,3	33	100
Separar um tempo para a vida familiar	0	0	1	3,0	8	24,3	22	66,6	2	6,1	33	100
Praticar atividade física	13	39,4	8	24,3	4	12,1	4	12,1	4	12,1	33	100
Rezar/orar	0	0	2	6,1	9	27,2	7	21,2	15	45,5	33	100

As atividades enfrentadas devido ao estresse no dia-a-dia favorecem o nível de saúde integral, e, sobretudo mental das pessoas, canalizando as energias perdidas para os aspectos saudáveis, aliviando, assim a fadiga exaustiva e o estresse provocado pelas condições desfavoráveis. É considerado importante que, nos momentos livres de trabalho, fora ou dentro da unidade de serviço, a equipe de enfermagem possa desenvolver atividades de lazer como meio de reeducação, de restauração física, mental, social, espiritual, e como forma de distração, motivação e alívio do estresse (ARAÚJO, 2008).

6 CONCLUSÃO

Diante do exposto conclui-se que:

- a) A maioria dos pesquisados é do sexo feminino, solteiros, com idade de 31 a 40 anos com predomínio de 10 anos ou mais de tempo de serviço;
- b) A maioria dos profissionais tem 2 empregos ou mais, com renda de 6 a 10 salários mínimos e possui menos de 2 filhos;
- c) A maior parte dos profissionais relatou “recursos inadequados”, destacando falta de material como principal fator de estresse no ambiente de trabalho;
- d) Entre as relações interpessoais a maioria referiu que o clima de competitividade é o fator menos estressante no ambiente de trabalho;
- e) Em relação ao atendimento prestado ao paciente no setor de urgência a maioria descreveu que a execução de procedimentos rápidos são fatores determinantes para o desencadeamento do estresse ocupacional;
- f) Quanto à forma de enfrentamento de estresse no ambiente de trabalho, mais da metade referiu que algumas vezes utilizam a reinterpretação dos eventos estressantes como alternativa de prevenção ao estresse;
- g) Diante à atitude tomada pelos enfermeiros no dia a dia sobre o enfrentamento de estresse no ambiente de trabalho, grande parte dos pesquisados reservam um tempo para a vida familiar, um pouco mais da metade observam a natureza e a minoria não realizam atividade física.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, Klênia Navega de et al. O estresse em uma equipe militar de resgate pré-hospitalar. **Revista eletrônica de Enfermagem**. Goiânia, 2005. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br/revista2-2/estrEsse.html>>. Acesso em: 7 abr. 2008.
- ARAUJO, Ana Karina Fachini; FERREIRA, Adriana Souza; PAONE, Leana Drudi et. al. Estresse dos graduandos em enfermagem trabalhadores de uma unidade de terapia intensiva. **Revista Conscientiae Saúde**, São Paulo 2008. Disponível em: <<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/929/92911262016.pdf>>. Acesso em 9 fev. 2010.
- BATISTA K.M., BIANCHI E.R.F. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, 2006. Disponível em: <<http://www.scientificcircle.com/pt/22121/estresse-enfermeiro-unidade-emergencia>>. Acesso em: 10 fev. 2010.
- BERNIK, V. **Stress: o ponto de ruptura**. Jovens Médicos, São Paulo: 1995.
- BRITO, E. da Silva; PIMENTA, A. Maria Carvalho. Stress, coping (enfrentamento) e saúde geral dos enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva e problemas renais. **Revista Eletrônica Semestral de Enfermagem**, São Paulo, 2004. Disponível em: <http://www.um.es/eglobam/4/04d05p.html>>. Acesso em: 7 abr. 2008.
- BROWNER, C. H. Job stress and health: the role of social support at work. **Research in Nursing and Health**, Los Angeles, 1987. Disponível em: <<http://www3.interscience.wiley.com/journal/114079885/abstract?CRETRY=1&SRETRY=0L>>. Acesso em: 7 abr. 2008.
- CAHIL, J. Psychosocial aspects of interventions in occupational safety and health. **American Journal of Industrial Medicine**, 1996. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8728130>>. Acesso em: 20 mar. 2010.
- COOPER, C. L.; MICHEL, S. Nursing and Critically ill and dying. **Human Relations**, 1990. Disponível em: <<http://hum.sagepub.com/cgi/content/abstract/43/4/297>>. Acesso em: 10 mar. 2010.
- COX T. Stress, coping and problem solving. **Work and Stress**, 1987. Disponível em: <<http://www.informaworld.com/smpp/content~content=a782434914&db=all>>. Acesso em: 25 de fev. 2010
- FOLKMAN, S.; LAZARUS, R.S. An analysis of coping in a middle-aged community sample. **Journal of Health and Social Behavior**, 1984. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7410799>>. Acesso em: 13 abr. 2010.

FORNÉS, J.; Respuesta emocional al estrés laboral. **Rol de Enfermería**, 1994. Disponível em: < <http://www.psicothema.com/pdf/3089.pdf>> . Acesso em: 24 jan. 2010.

HURRELL, J.J; MURPHY, R.L. Occupational stress intervention. **American Journal of Industrial Medicine**, 1996. Disponível em: < <http://www3.interscience.wiley.com/journal/66811/abstract>>. Acesso em: 27 maio. 2010.

IWATA, N.; SUZUKI, K. Role stress – mental health relations in Japanese bank workers: A moderating effect of social support. **Applied Psychology**/1997. Disponível em: < <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1997-04084-006>>. Acesso em: 24 nov. 2009.

JEX, S. M. Stress and job performance. London: **Sage Publications**. 1998. Disponível em: < <http://www.lavoisier.fr/notice/frLWO236OA6RWXLO.html>>. Acesso em: 10 jan. 2010.

LAZARUS, R.S.; FOLKMAN, S. Stress, coping and adaptation. **Handbook of Behavioral Medicine**, 1984. Disponível em: < <http://www.scribd.com/doc/3573958/Stress-Coping-and-Adaptation>>. Acesso em: 20 fev. 2010.

LIMA, Elenice Dias Ribeiro de Paula; CARVALHO, Daclé Vilma. Estresse ocupacional. **Revista Nursing**, São Paulo, 2000. Disponível em: < www.segurancaetrabalho.com.br/download/estresse.ppt>. Acesso em: 25 abr. 2010.

LIPP. **Mecanismos neurofisiológicos do stress**: teoria e aplicações clínicas: São Paulo: Casa do Psicólogo, o modelo quadrifásico do stress. 2003.

LLOPIS, S.A., et al. Motivación laboral: creación de círculos de calidad. **Rol de Enfermería**, 1993. Disponível em: <<http://www.gestiopolis.com/recursos/documentos/fulldocs/ger/ccuch.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2010.

MARESI, Ana Paula; GROSS, Gleisy; FAVERO, Luciane. Perfil dos enfermeiros atuantes em um Hospital Universitário de Curitiba. **Cogitare Enfermagem**, 2007. Disponível em: < <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/viewFile/17182/11317>>. Acesso em: 26 mar. 2010.

MENDES, A.C. Stress e imunidade. Contribuição para o estudo dos factores pessoais nas alterações imunitárias relacionadas ao stress. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, 2002. Disponível em: <

www.ensp.unl.pt/.../stress_relacionado_com_o_trabalho_st-6.pdf> . Acesso em: 10 jan. 2010.

MENZANI, Grazielle; BIANCHI, Estela Regina Feraz. Stress dos enfermeiros de pronto socorro dos hospitais brasileiros. **Revista eletrônica de Enfermagem**, 2009. Disponível em: < <http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n2/pdf/v11n2a13.pdf>>. Acesso em: 13 mar. 2010.

MORAES, L.F.R.; SWAN, J.A.; COOPER, C.L. A study of occupational stress among government white-collar workers in Brazil using the occupational stress indicator. **Stress Med**, 1993. Disponível em: < <http://www3.interscience.wiley.com/journal/112410102/abstract>>. Acesso em: 15 fev. 2010.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da Escala de Estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia**, 2004. Disponível em: < <http://biblioteca.universia.net/ficha.do?id=896932>>. Acesso em: 20 nov. 2009.

PEIRÓ, J.M. **Psicología de la organizacion**. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia, 1992. Disponível em: < <http://www.e-torredebabel.com/Uned-Parla/Asignaturas/IntroduccionPsicologia/ResumenManual-Capitulo14.htm>>. Acesso em: 25 abr. 2010.

PITTA, A. **Hospital: dor e morte como ofício**. 2. ed. São Paulo: Hucitec, 1991.

POWELL, Trover, J. **Vivendo sem stress**. São Paulo: Vitória Régia, 2000.

ROCHA, D.C. et al. Agentes estressores presentes em um hospital psiquiátrico. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Natal, 1998. Disponível em: < www.fen.ufg.br/revista/revista2_2/estress.html>. Acesso em: 13 jan. 2010.

SIQUEIRA, M. M. de et al. Desgaste físico e mental de auxiliares de enfermagem: uma análise sob o enfoque gerencial. **Revista Latino- americana de enfermagem**, Ribeirão Preto, 1995. Disponível em: < <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=166306&indexSearch=ID>>. Acesso em: 20 fev. 2010.

STACCIARINI, J.M.R.; TRÓCCOLI, B.T.O. Estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. **Revista Latino- americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, 2001. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692001000200003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 mar. 2010.

THEORELL, T. How to deal with stress in organizations? A health perspective on theory and practice. **Scandinavian Journal of Work Environment Health**, 1999.

Disponível em: < www.sjweh.fi/download.php?abstract_id=489&file_nro=1>. Acesso em: 10 maio. 2010.

ZORZI, M.F.G. et al. Comparação entre os níveis de ansiedade e stress apresentados e percebidos pela equipe de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, 2004. Disponível em: <<http://www.um.es/elobal/4/04d05p.html>>. Acesso em: 7 abr. 2009.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Instrumento de coleta de coleta de dados

LABORO – EXCELÊNCIA EM PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

QUESTIONÁRIO

Dados de identificação

1 – Sexo M F

2 – Faixa Etária

Entre 20 a 30 anos Entre 41 a 50 anos

Entre 31 a 40 anos Mais de 50 anos

3 – Estado Civil

Casado Solteiro Outros _____

4 – Possui filhos Sim Não Quantos? _____

5 – Há quanto tempo você atua como enfermeiro?

Entre 1 a 5 anos Entre 6 a 10 anos Mais de 10 anos

6 – Quantos empregos você possui?

Apenas um emprego Dois empregos Mais de dois empregos

7 - Qual sua média de salário mensal?

Entre dois a 5 salários mínimos Entre 6 a 10 salários mínimos

Acima de 10 salários mínimos

8 - Seguem abaixo situações comuns à atuação do (a) enfermeiro (a), considerando o seu ambiente de trabalho. Leia cada questão e circule o número que representa para você fonte de tensão ou estresse.

SITUAÇÕES DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO	1	2	3	4	5
	NUNCA	RARAMENTE	ALGUMAS VEZES	MUITAS VEZES	SEMPRE
Instalações físicas inadequadas	1	2	3	4	5
Falta de material necessário	1	2	3	4	5
Falta de recursos humanos	1	2	3	4	5
Relacionamento com a equipe médica	1	2	3	4	5
Relacionamento com os enfermeiros	1	2	3	4	5
Relacionamento com o chefe	1	2	3	4	5
Relacionamento com os familiares dos pacientes	1	2	3	4	5
Trabalhar em equipe	1	2	3	4	5
Trabalhar em clima de competitividade	1	2	3	4	5
Assistência a pacientes críticos	1	2	3	4	5
Execução de procedimentos rápidos	1	2	3	4	5
Grande demanda de pessoas	1	2	3	4	5
Cumprimento de uma carga horária maior na prática	1	2	3	4	5
Indefinição do papel do enfermeiro	1	2	3	4	5
Distanciamento entre teoria e prática	1	2	3	4	5
Restrição da autonomia profissional	1	2	3	4	5
Restrição da autonomia profissional	1	2	3	4	5

9 – Quais atividades de enfrentamento ao estresse, você utiliza com frequência no seu ambiente de trabalho?

ATITUDES DE ENFRENTAMENTO DE ESTRESSE	1 NUNCA	2 RARAMENTE	3 ALGUMAS VEZES	4 MUITAS VEZES	5 SEMPRE
Reinterpretar eventos estressantes, procurando alternativas.	1	2	3	4	5
Executar mais e falar menos	1	2	3	4	5
Delegar tarefas, evitando sobrecarga.	1	2	3	4	5
Praticar ginástica laboral	1	2	3	4	5
Explodir/ Falar o que pensa	1	2	3	4	5

10 – Quais os modos de enfrentamento ao estresse, você utiliza com frequência no dia-dia?

ATIVIDADES DE ENFRENTAMENTO DE ESTRESSE NO DIA-A-DIA	1 NUNCA	2 RARAMENTE	3 ALGUMAS VEZES	4 MUITAS VEZES	5 SEMPRE
Observar a natureza	1	2	3	4	5
Sair com amigos	1	2	3	4	5
Ir à praia	1	2	3	4	5
Ir ao cinema	1	2	3	4	5
Ouvir música/ Assistir à televisão	1	2	3	4	5
Separar um tempo para a vida familiar	1	2	3	4	5
Praticar atividade física	1	2	3	4	5
Rezar/Orar	1	2	3	4	5

APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

LABORO – EXCELÊNCIA EM PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ESTÁDIO DE SÁ
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Orientadora: Profa. Mestre Janete Valois Ferreira Serra.

End: Rua V9 Bloco 02 Apto 203 Condomínio Água Branca II Parque Shalon CEP:
65.073-110 São Luís/MA Fone: (98) 9128 - 9859 e-mail:
janete_valois@yahoo.com.br

Pesquisadora: Sandra Maria Mendes Guimarães.

Coordenador do Comitê de Ética: Prof. Doutor Sanatiel de Jesus Pereira

End. Do Comitê: Avenida dos Portugueses S/N Campus do Bacanga. Prédio CEB
Velho Bloco C Sala 07 CEP: 65.080-040 São Luís/MA Fone: (98) 2109 - 8708

**AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO ATUANTE NO
SETOR DE EMERGÊNCIA EM UM HOSPITAL PÚBLICO MUNICIPAL EM
SÃO LUÍS/MA**

Prezada Senhora (o), estamos realizando uma pesquisa sobre a avaliação do estresse ocupacional do enfermeiro atuante no setor de emergência em um hospital público municipal em São Luís/MA. Para isso, precisamos fazer algumas perguntas para o (a) Sr. (a) que ajudarão a avaliar o estresse ocupacional vivenciado pelos enfermeiros no setor de emergência do referido hospital. A sua participação não terá nenhum custo e não haverá nada que afete a sua saúde. Não terá nenhum problema se o Sr. (a) quiser se retirar da pesquisa e não haverá nenhuma interferência no seu atendimento. O (a) Sr. (a) poderá deixar de responder a qualquer pergunta que possa causar constrangimento. Agradecemos muito a sua colaboração.

Convidamos você para participar da pesquisa acima mencionada. Fui esclarecido (a) e entendi as explicações que me foram dadas; darei informações sobre as condições de vida, moradia e de saúde. Durante o desenvolvimento da pesquisa, poderei tirar qualquer dúvida. Não haverá nenhum risco ou desconforto. Poderei desistir de continuar na pesquisa a qualquer momento. Não serão divulgados os meus dados de identificação pessoal. Não haverá nenhum custo decorrente dessa participação na pesquisa.

São Luís, 07 de maio de 2009.

Assinatura e carimbo do
Pesquisador responsável

Sujeito da pesquisa

Rua do Passeio S/N Centro CEP: 65.000-000 São Luís/MA.