

ESTRESSE NO PROCESSO DE TRABALHO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Caique da Silva Santana¹; Maria Lúcia Silva Servo²;

1. Bolsista PIBIC/CNPq, Graduando em Medicina, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail:

caiue_ssantana@live.com

2. Orientadora, Departamento de saúde, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail:

luciaservo@yahoo.com.br

PALAVRAS-CHAVE: estresse, processo de trabalho, profissionais de saúde.

INTRODUÇÃO

O estresse é uma síndrome que contempla fatores fisiológicos e psicológicos que envolvem alterações químicas dentro do organismo humano, acompanhadas de mudanças no comportamento, nas sensações e no bem-estar individual. São inúmeras as causas de estresse, como problemas familiares e/ou no ambiente de trabalho, frustrações, preocupações excessivas, sobrecarga de trabalho, dentre outras. (STACCIARINI, 2002). O organismo ao ter contato com os agentes estressores desenvolve sinais e sintomas, atuando como um mecanismo de defesa, que alerta o corpo de que há mudanças no seu equilíbrio interno. A resposta para essa perturbação na homeostase interna é chamada de Síndrome de Adaptação Geral na qual há grandes chances de colapso do organismo. (COSTA, 2011).

Os profissionais de saúde são sujeitos constantemente a situações que podem desencadear o estresse. Destacam-se a jornada de trabalho extensa, falta de condições adequadas de trabalho, quadro de profissionais insuficientes para a demanda. Todos esses fatores contribuem para que o indivíduo adoça fisicamente e psiquicamente, o que pode levar a um processo de estresse crônico, podendo evoluir para situações mais sérias e alarmantes, como a síndrome de Burnout (SILVA, 2015).

Neste sentido, evidencia-se um problema de investigação: como acontece o estresse no processo de trabalho dos profissionais de saúde? Com o trabalho realizado, pretende-se refletir e conhecer o estresse no processo de trabalho dos profissionais de saúde, identificando os elementos que o potencializam contribuindo para o aprofundamento de conhecimentos relacionados a essa temática visando melhorias das condições de trabalho e preservação da saúde mental dos profissionais de saúde.

METODOLOGIA

Foi realizado um estudo de revisão da literatura. Os artigos pesquisados integravam o acervo de artigos internacionais publicados entre os anos de 2008 e 2018 no Portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). As bases de dados consultadas foram: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Banco de Dados em Enfermagem (BDENF – Enfermagem), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Coleção SUS, Bibliografia Brasileira de Odontologia (BBO – Odontologia), Index Psicologia - Periódicos técnico-científicos. A busca foi efetuada a partir de palavras-chave utilizadas isoladamente e em conjunto: estresse, profissionais de saúde e síndrome de Burnout.

Para guiar a revisão integrativa formulou-se as seguintes questões: Como ocorre o estresse no processo de trabalho dos profissionais de saúde? Quais os agentes estressores? Foram resgatados 466 resumos. A análise preliminar do título e do resumo resultou na exclusão de estudos de temática diferente e de artigos duplicados, restando 22 artigos. Desses, 8 artigos não estavam acessíveis em sua integralidade para a consulta, de modo que foram excluídos do processo, resultando, assim, 14 artigos para análise.

A análise qualitativa dos dados atendeu a categorias sobre atributos dos artigos: ano de publicação, objetivos, participantes do estudo, tipo de estudo (qualitativo, quantitativo ou misto), instrumentos e resultados ligados aos eventos estressores, às diferenças individuais no estresse e as implicações na qualidade de vida.

RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

Título, Autor e Ano	Método	Conclusão
Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento (FARIAS, 2011).	Estudo quantitativo e qualitativo.	A investigação determinou a necessidade de medidas para acompanhamento dos funcionários na sua atividade laboral.
A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju (SILVA, 2015).	Estudo quantitativo.	Dados sugerem a importância da implantação de medidas preventivas e interventivas voltadas a esses profissionais, de forma a garantir uma melhoria no ambiente de trabalho.
Modelo Demanda-Control e estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem: revisão integrativa (SCHMIDT, 2013)	Revisão quantitativa integrativa.	Os artigos apontam a necessidade de produção científica nacional, sugerindo a atuação dos pesquisadores em estudos de intervenção que possibilitem a redução do estresse laboral e, conseqüentemente, melhoria do estado de saúde mental dos trabalhadores.
Estresse ocupacional: avaliação de enfermeiros intensivistas que atuam no período noturno (Vversa, 2008).	Estudo descritivo, transversal.	o ambiente laboral se associou positivamente ao estresse em enfermeiros do turno noturno e que o seu aparecimento e efeitos podem ser minimizados por meio de melhorias na estrutura e na organização dos locais onde atuam.
Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública (GUIDO, 2012).	Estudo descritivo, transversal e quantitativo.	Há necessidade de promover atividades educativas e de orientação sobre estresse, estratégias de enfrentamento e Burnout para possibilitar às pessoas o conhecimento sobre esses constructos.
O esgotamento dos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa sobre a síndrome de Burnout em UTI (MACHADO, 2012).	Revisão descritiva integrativa.	O estresse psicológico na UTI influencia na atuação do profissional de enfermagem, sendo a fonte geradora de conflitos e SB.
Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares (GUIDO, 2011).	Estudo quantitativo.	Ações educativas devem ser incentivadas, a fim de disponibilizar ferramentas para que o profissional desenvolva estratégias de enfrentamento resolutivas em seu dia a dia.
Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica no Rio Grande do Sul, Brasil (LINCH, 2011).	Estudo quantitativo, com abordagem transversal.	Em relação aos sintomas, o domínio alterações músculo-esqueléticas liderou..

"Burnout" em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros (GUEDES, 2016).	Estudo quantitativo.	Os presentes achados podem ser empregados para delinear programas de intervenção e implementar mudanças no ambiente de trabalho destinado a aprimorar a saúde ocupacional dos profissionais de educação física.
Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família (TRINDADE, 2010).	Estudo descritivo.	Os mais jovens obtiveram escores superiores nas subescalas de desgaste emocional e despersonalização do Inventário de Burnout.
Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais stress e estressores ocupacionais em saúde mental (SANTOS, 2010).	Estudo quantitativo descritivo.	Há necessidade de intervenção direcionada ao desenvolvimento de estratégias de enfrentamento às situações ocupacionais estressoras.
O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva (PRETO, 2009).	Estudo quantitativo.	As instituições ainda não oferecem atenção especial aos enfermeiros no sentido de promover sua saúde integral.
Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout (MORENO, 2009).	Estudo qualitativo.	O indivíduo pode utilizar estratégias de coping que foram definidas como "um esforço cognitivo e comportamental, realizado para dominar, tolerar ou reduzir as demandas internas e externas".
Stress ocupacional em profissionais de saúde: um estudo com médicos e enfermeiros portugueses (SILVA, 2009).	Estudo qualitativo.	Os enfermeiros relataram experiências de stress mais acentuadas que se relacionam com ambiente de trabalho e relações profissionais, carreira profissional, remuneração auferida e falta de reconhecimento.

Dos 14 artigos analisados, todos evidenciam a necessidade de implementação de estratégias de intervenção, seja por parte individual ou coletiva. Essas estratégias, partindo da iniciativa institucional ainda é bastante restrita, o que dificulta a recuperação do bem-estar dos profissionais de saúde.

Como todas as profissões, as que se inserem na área da saúde dispõem de inúmeros riscos nos ambientes em que os profissionais trabalham. Além dos riscos físicos, existem também os fatores psicossociais, como o estresse, que se configura como um importante determinante nas condições de saúde dos trabalhadores, repercutindo na qualidade e no nível de dedicação do profissional para com as suas atividades. Profissionais que se encontram doentes acabam produzindo menos, comprometendo sua produtividade do trabalho gerando insatisfação com o mesmo, por parte do trabalhador. Essas condições são danosas tanto para a instituição, que perde na produtividade, quanto para o profissional, que entra em desgaste físico e emocional, comprometendo o seu relacionamento nos ambientes em que trabalha.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão de literatura teve por objetivo analisar publicações de bases nacionais sobre estresse no processo de trabalho de profissionais de saúde, considerando a importância do papel desses profissionais na saúde individual e coletiva. O estresse é presente em diversas profissões, mas especialmente na área de saúde há uma maior reflexão acadêmica sobre o assunto. Nos últimos 10 anos, houve alguns artigos que foram publicados sobre o assunto. Os estressores mais relatados na

literatura são a sobrecarga de trabalho e jornada de trabalho extensa. A síndrome de Burnout é relatada em muitos estudos e ganha destaque nas publicações nos profissionais de enfermagem e medicina.

A organização de intervenções com ênfase na administração de situações de estresse frente às exigências laborais. Entende-se que o investimento para a promoção de estratégias de enfrentamento no processo de desenvolvimento de serviços de saúde para que haja o aprimoramento da eficácia profissional e conseqüentemente para saúde mental. Com isso, a qualidade dos serviços realizados pode melhorar ainda mais. É necessário considerar diferentes tipos de intervenção, com ênfase nas necessidades especial de cada indivíduo. Atividades de prevenção e promoção, aliada a técnicas de mudanças no ambiente de trabalho e a uma nova organização da instituição. As estratégias de enfrentamento podem ser desempenhadas em diferentes níveis, tanto de iniciativa institucional, quanto pessoal. O importante é que essas ações sejam direcionadas à realidade de cada profissional, considerando as suas demandas.

REFERÊNCIAS

- FARIAS, Sílvia Maria de Carvalho et al . Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. **Rev. esc. enferm. USP, São Paulo** , v. 45, n. 3, p. 722-729, jun. 2011 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000300025&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 11 mai. 2018.
- GUEDES, Dartagnan; GASPAR, Eron. “Burnout” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros. **Rev. bras. educ. fís. esporte**, São Paulo , v. 30, n. 4, p. 999-1010, Dec. 2016 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092016000400999&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.
- GUIDO, Laura de Azevedo et al . Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. **Rev. esc. enferm. USP, São Paulo** , v. 45, n. 6, p. 1434-1439, Dec. 2011 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000600022&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.
- GUIDO, Laura de Azevedo et al . Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. **Rev. esc. enferm. USP, São Paulo** , v. 46, n. 6, p. 1477-1483, Dec. 2012 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000600027&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.
- LINCH, Graciele Fernanda da Costa; GUIDO, Laura de Azevedo. Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica no Rio Grande do Sul, Brasil. **Rev. Gaúcha Enferm. (Online), Porto Alegre** , v. 32, n. 1, p. 63-71, Mar. 2011 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472011000100008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 jun. 2018.
- MORENO, F. N. et al. Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de burnout. **Revista de Enfermagem UERJ**, v.1, n.19, p.140-145, 2011. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a23.pdf>>. Acesso em: 15 out. 2017.

MOTA, Caroline Mascarenhas; DOSEA, Giselle Santana; NUNES, Paula Santos. **Avaliação da presença da Síndrome de Burnout em Agentes Comunitários de Saúde no município de Aracaju**, Sergipe, Brasil. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro , v. 19, n. 12, p. 4719-4726, Dec. 2014 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014001204719&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018..

.PRETO, Vivian Aline; PEDRAO, Luiz Jorge. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo , v. 43, n. 4, p. 841-848, Dec. 2009 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342009000400015&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.

SANTOS, Ana Flávia de Oliveira; CARDOSO, Carmen Lúcia. **Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais stress e estressores ocupacionais em saúde mental**. *Psicol. estud.*, Maringá , v. 15, n. 2, p. 245-253, June 2010 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722010000200003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.

SCHMIDT, Denise Rodrigues Costa. Modelo Demanda-Controle e estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem: revisão integrativa. **Rev. bras. enferm., Brasília** , v. 66, n. 5, p. 779-788, Oct. 2013 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672013000500020&lng=en&nrm=iso>. Aceso em 22 jan. 2018.

SILVA, Maria da Conceição de Melo; GOMES, António Rui da Silva. **Stress ocupacional em profissionais de saúde: um estudo com médicos e enfermeiros portugueses**. *Estud. psicol. (Natal)*, Natal , v. 14, n. 3, p. 239-248, dez. 2009 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2009000300008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 08 nov. 2017.

SILVA, Salvyana Carla Palmeira Sarmiento. A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciênc. saúde colet.** 20 (10) Out 2015. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1413-812320152010.19912014>> acesso em 16 jun 2018.

STACCIARINI, J.M.R; TRÓCCOLLI, B.T. Estresse ocupacional. In: Mendes AM, Borges LO, Ferreira MC, organizadores. Trabalho em transição, saúde em risco. Brasília: Ed. UnB; 2002. p. 185-205.

TRINDADE, Letícia de Lima; LAUTERT, Liana. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo , v. 44, n. 2, p. 274-279, June 2010 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000200005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 2 set. 2018.

VERSA, Gelena Lucinéia Gomes da Silva et al . Estresse ocupacional: avaliação de enfermeiros intensivistas que atuam no período noturno. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre , v. 33, n. 2, p. 78-85, June 2012 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472012000200012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 17 jun. 2018.