

IMPACTO DO ESTRESSE NA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Nayane Aparecida Carvalho Butinholi¹

Vanessa Aparecida da Silva Correia¹

João Vitor Faustino de Souza¹

Ramily Souza Gomes Mageste¹

Luana Karine Ribeiro Martins¹

Fernanda Bicalho Pereira²

fernandabicalhopereira@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: estresse; impacto; qualidade de vida e saúde.

INTRODUÇÃO

A prática profissional em Enfermagem tende a expor constantemente o trabalhador a situações de tensão psicológica, promovidas pela rotina e as características das atividades desempenhadas (MEIRELES *et al.*, 2018). A Enfermagem é listada dentre as profissões mais estressantes (TRETENE *et al.*, 2016). Trata-se de uma profissão que convive com uma diversidade de pessoas, sendo que eventualmente o profissional é submetido a desvio e acúmulo de funções, dispõe de recursos materiais e humanos insuficientes, dentre outras situações que promovem estresse (TRETENE *et al.*, 2016). De acordo com Dantas e Santos (2012), é possível realizar ações para minimizar o estresse profissional de forma temporária, com prática de meditação, exercícios físicos e relaxamentos. No entanto, para ações sustentáveis faz-se necessário suporte profissional para a lidar com a vivência do estresse. Nesse sentido, o objetivo do presente trabalho é analisar como o estresse se apresenta na prática do profissional de enfermagem.

METODOLOGIA

O presente estudo é um levantamento bibliográfico, que apresenta a visão de vários autores sobre o tema em questão, qual seja, “estresse e o impacto na qualidade de vida dos profissionais da enfermagem”, tema este de grande relevância para a saúde pública.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com Lipp (1996, p. 20): “Stress é definido como uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se confronta com uma situação que, de um modo ou de outro, a irrite, amedronte, excite, ou confunda, ou mesmo que a faça imensamente feliz”. A enfermagem, entendida como a “arte do cuidar”, por Florence Nightingale, é uma profissão considerada muito estressante. Prova disso, é o que declaram Dantas e Santos (2012, p. 01), “o grau de responsabilidade pela vida

¹ Acadêmicas do 4º e 5º período do curso de Enfermagem da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

² Graduada em Psicologia. Mestre em Saúde e Enfermagem- UFMG. Professora da Faculdade Vértice UNIVÉRTIX– Matipó.

do paciente por estar no ambiente hospitalar em contato direto com situações de sofrimento, morte e outras questões que afetam a emoção deste profissional”. Os mesmos autores acima, identificam alguns fatores interligados ao estresse, como: trabalhar em ambiente deletério, a falta de recursos materiais e humanos suficientes para o bom desempenho das funções da profissão, realizar o trabalho junto a pessoas despreparadas, falta de salários e recursos financeiros adequados, trabalhar fora de um horário fixo, trabalhar durante a noite, dentre outras, são questões que podem influenciar no prejuízo da saúde mental do profissional. Segundo Vasconcelos e Santos (2012), as condições de trabalho são fatores determinantes à ocorrência do estresse e de sintomas depressivos, pois o enfermeiro presta cuidados múltiplos, como verificação de sinais vitais, avaliação e inclusive atuação em situações de emergência, demandando uma alta capacidade de resolução de problemas para assegurar a manutenção da vida dos seres humanos. Os principais causadores de estresse são: a equipe de enfermagem incompleta ou insuficiente para a demanda de trabalho, acúmulo e sobrecarga de serviços; falta de apoio institucional e profissional; carga de trabalho exaustiva; cobranças com relação a rapidez na prestação de serviços; insatisfação com o seu ofício (BATISTA; BIANCHI, 2006). Corroborando, Valente (2018), afirma, o setor de urgência e emergência é muito desgastante, devido à alta carga laboral e pela especificidade das tarefas exercidas associadas a extensas horas de trabalho. Conforme, Oliveira e Cunha (2014), sobre as causas e consequências do estresse no ambiente de trabalho, foi possível detectar vários fatores desencadeadores, tais como: más condições de trabalho, a falta de material e conflitos em equipe. Como consequência, pode gerar mal-estar, cefaleia, distúrbios gastrointestinais, infarto, depressão e em casos graves a morte do profissional da saúde. Um estudo de Souza *et al.* (2018), com 75 enfermeiros, sobre qualidade de vida desses profissionais em setores críticos, foi possível determinar que a qualidade de vida no trabalho é satisfatória, mesmo sendo um setor que requer cuidados especializados em tempo hábil, tomada de decisão e monitoração constante. Porém, nas questões relacionadas à saúde física e estrutural apresentam fatores geradores do estresse, como os plantões, a falta de rotina para o sono e o repouso. Considerando que a qualidade de vida é ter condições adequadas de trabalho, respeitar e ser respeitado como profissional, no estudo de Moura e Rodrigues (2013), é identificado que a qualidade de vida dos enfermeiros dos hospitais particulares de Itajubá e Pouso Alegre é insatisfatória. Conforme o estudo, mudanças na organização precisam ser realizadas, com implementação de programas que visem melhorar a qualidade de vida, para que assim haja satisfação profissional e assistência adequada prestada aos pacientes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse se apresenta como um adoecimento que compromete a qualidade de vida e trabalho dos profissionais de enfermagem. Ao impor limitações emocionais e físicas ao trabalhador, coloca em risco inclusive a segurança dos pacientes atendidos. Nesse sentido, faz-se necessário que as instituições de saúde invistam em estratégias para promover qualidade de vida no trabalho. O suporte psicológico pode contribuir para o reconhecimento da fragilidade envolvida na prática profissional do enfermeiro.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, B. D. S.; NERY, A. A.; CARDOSO, J. F. Estresse ocupacional e insatisfação com a qualidade de vida no trabalho da enfermagem. **Texto Contexto-Enferm.** v. 16, n. 1, p. 01-11, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n1/pt_1980-265X-tce-26-01-e3940015.pdf Acesso em: 17. Nov. 2018.

BATISTA, K.M.; BIANCHI, E.R.F. Estresse do enfermeiro na unidade de emergência. **Rev Lat-am Enfer.** v. 14, n. 4, p. 534-9, 2006. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/2814/281421863010.pdf> Acesso em: 04. Nov. 2018.

DANTAS, E. S.; SANTOS, A. V. O estresse e os impactos no ambiente hospitalar e na saúde do trabalhador no hospital de Coari no médio rio Solimões. **VIII Fórum Ambiental da Alta Paulista**, v. 8, n. 11, p. 01-15, 2012. Disponível em: http://www.amigosdanatureza.org.br/publicacoes/index.php/forum_ambiental/article/view/347 Acesso em: 17. Nov. 2018.

LIPP, M. E. N. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco.** Campinas, SP: Papyrus. 1996.

MEIRELES, A. dos R. et al. Estresse ocupacional da equipe de enfermagem de um serviço de atendimento móvel de urgência. **Revisa.** v.7, n.3, p.228-234, 2018.

MOURA, A. F.; RODRIQUES, E. C. S. **Qualidade de vida no trabalho de enfermeiros de hospitais particulares.** Itajubá. 2013. 91p. Escola de Enfermagem Wenceslau Braz. Graduação em Enfermagem. Disponível em: <http://www.fwb.edu.br/biblioteca/trabalhos/iniciacao-cientifica-2013/QUALIDADE-DE-VIDA-NO-TRABALHO-DE-ENFERMEIROS-DE-HOSPITAIS-PARTICULARES.pdf> Acesso em: 09. Nov. 2018.

OLIVEIRA, R. de J.; CUNHA, T. Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. **Caderno Saúde e Desenvolvimento.** v. 3, n. 2, p. 78-93, 2014.

SOUZA, V. S. *et al.* Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos. **Rev Cuid.** v. 9, n. 2, p. 2177-86, 2018. Disponível em: <https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/506> Acesso em: 03. Nov. 2018.

TRETTENE, A. dos S. *et al.* Stress in nursing professionals working in Emergency Care Units. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 36, n. 91, p. 243-261, 2016.

VALENTE, M. S. **Estresse da equipe de enfermagem no setor de urgência e emergência.** 2018. Disponível em: <https://fameta.edu.br/wp-content/uploads/sites/12/2018/04/4.pdf> Acesso em: 17. Out. 2018.

VASCONCELOS, M. L. L.; SANTOS, C. M. F. **Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem.** Disponível em:

<https://www.repositorio.bahiana.edu.br:8443/jspui/bitstream/bahiana/590/1/Vasconcelos.MaraLarissaLima.2012.001.BAHIANA.pdf> Acesso em: 17. Out. 2018.