

## PERCEPÇÃO DO ESTRESSE ENTRE ENFERMEIROS ATUANTES NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE MUNICÍPIOS DA ZONA DA MATA MINEIRA.

Diogo Augusto Martins de Souza<sup>1</sup>  
Jhonatan Elias Nunes da Silva<sup>2</sup>  
Ana Ligia De Souza Pereira<sup>3</sup>  
Lucio Flavio Sleutjes<sup>4</sup>  
Kelly Aparecida do Nascimento<sup>5</sup>  
Deyliane Aparecida de Almeida Pereira<sup>6</sup>  
[deyliane.pereira@hotmail.com](mailto:deyliane.pereira@hotmail.com)

**ÁREA DE CONHECIMENTO:** Ciência da Saúde

### RESUMO:

O objetivo desta pesquisa é avaliar o estresse percebido (EP) de enfermeiros atuantes no Sistema Único de Saúde (SUS) de Municípios da Zona da Mata Mineira. Trata-se de um estudo quantitativo do tipo descritivo, que se utilizou da escala de percepção do estresse e do questionário de qualidade de vida (SF-36). A amostra foi composta por 16 profissionais atuantes nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), nos municípios de Rio Casca e Santa Margarida. Tem-se que a maioria dos participantes são do sexo feminino (78,6%), possuem faixa etária de 24 a 59 anos e graduação na área da saúde (57,1%). Quanto à qualidade de vida, identifica-se no domínio da capacidade funcional ( $90,0 \pm 17,1$ ), aspectos físicos ( $100,0 \pm 37,8$ ) e aspectos emocionais ( $100,0 \pm 39,6$ ) resultados satisfatórios, entretanto, apresentam alto índice de estresse, tanto os homens ( $26,3 \pm 11$ ) como mulheres ( $29,5 \pm 6,1$ ) devido à sobrecarga de trabalho e baixa remuneração. Conclui-se que os profissionais avaliados apresentam qualidade de vida ruim domínios dor, saúde geral, vitalidade, aspectos sociais e saúde mental, associados a isto tem elevados níveis de estresse. Tal situação corrobora com a pandemia da COVID-19 que aumentou significativamente a carga de trabalho destes profissionais. Os dados encontrados permitem identificar que a avaliação sobre o estresse e qualidade de vida é relevante para vigilância em saúde do trabalhador enfermeiro.

**PALAVRAS-CHAVE:** Enfermeiros; *Stress*; Desgaste físico e psicológico; Síndrome de *Burnout*.

### 1. INTRODUÇÃO

<sup>1</sup>Graduando do 9º Período do curso de Graduação em Enfermagem, Faculdade Vértice- UNIVERTIX.

<sup>2</sup>Graduando do 10º Período do curso de Graduação em Enfermagem, Faculdade Vértice-UNIVERTIX.

<sup>3</sup> Graduada em Enfermagem. Mestre em Gestão Integrada do Território - UNIVALE. Professora do curso de enfermagem da Faculdade Vértice - UNIVÉRTIX- Matipó

<sup>4</sup> Graduado em Fisioterapia, Mestre em Motricidade, Doutor em Cinesiologia. Professor e Diretor Geral da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX.

<sup>5</sup> Licenciada e Bacharel em Educação Física. Licenciada em Pedagogia. Mestre em Meio Ambiente e Sustentabilidade. Coordenadora de Pesquisa e Extensão na Faculdade Univértix - Matipó-MG.

<sup>6</sup> Licenciada e Bacharel em Educação Física pela UFV. Mestre em Educação Física pela UFV. Doutorado em Ciências da Nutrição pela UFV. Professora na Faculdade Univértix – Matipó -MG.

A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2016) afirma que o estresse no trabalho é responsável por impactos na saúde e na produtividade laboral. Tais condições, que excedem os limites de nossas habilidades e capacidades, denomina-se como estresse no ambiente de trabalho, que pode causar disfunções físicas, psicológicas e até sociais que prejudicam nossa saúde.

A OPAS (2016) afirma que este estado mina a produtividade e podem afetar até as relações familiares e círculos sociais. As causas mais comuns de estresse no trabalho são riscos psicossociais relacionados à organização do trabalho, projetos de trabalho, trabalho e suas condições, bem como as condições externas que podem influenciar o desempenho do trabalhador, satisfação na ocupação e saúde.

A Enfermagem está entre as profissões mais estressantes, pois os seus profissionais são submetidos a diversos fatores geradores do estresse e estão vulneráveis às ocorrências de manifestação da doença. Tal situação afeta diretamente a qualidade da prestação da assistência de Enfermagem ao paciente (PORTELA *et al.*, 2015).

Um fator desencadeador do alto índice de estresse deve-se às mudanças institucionais que exigem profissionais cada vez mais capacitados e produtivos. Essa mudança forçou o trabalhador a se adaptar ao novo modelo de trabalho e a pressão imposta por ele, com isso as empresas pressionam, exigem e cobram cada vez mais, entretanto as remunerações continuam menores, o que pode afetar o cotidiano destes profissionais (LIMA, 2016; PAIVA, 2017).

Segundo Barros e Honório (2015) tal permanência nesse estado de estresse (exaustão) pode levar a uma condição conhecida como Síndrome de *Burnout*, O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM – V) (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014), que é usado como guia para o diagnóstico das doenças mentais, informa que o *Burnout* não é reconhecido como uma doença. Já a Organização Mundial de Saúde (OMS), na Classificação Internacional das Doenças (CID-10), afirma que é uma "Sensação de Estar Acabado" ou "Síndrome do Esgotamento Profissional".

Uma das principais consequências do agravo dessa doença é a ausência e abandono de suas atividades laborais e isolamento pessoal, podendo levar à morte. As incidências mais comuns são: diminuição do rendimento pessoal, mudanças comportamentais e perda de capacidade em tomar decisões e atitudes sem coerência (LELES e RAMOS, 2019).

Com base nisso, observa-se o quão é importante investigar o perfil e a percepção do estresse pelos profissionais de Enfermagem, no que tange a saúde mental e física, bem como a relação com a qualidade de vida. Tem-se como lacuna de estudo a estas relações ainda não elucidadas na literatura: perfil do enfermeiro, percepção de estresse e qualidade de vida.

Diante disso, tem-se como questão norteadora: qual a percepção de estresse em enfermeiros atuantes no Sistema Único de Saúde (SUS) de Municípios da Zona da Mata Mineira? E como objetivo avaliar o estresse percebido (EP) de enfermeiros atuantes no Sistema Único de Saúde (SUS) de Municípios da Zona da Mata Mineira.

Estudos como este são relevantes para a saúde pública e para os profissionais da saúde, pois podem identificar ações de controle do estresse e garantir o atendimento aos pacientes com qualidade. Assim, espera-se contribuir de forma direta e concisa para a melhor compreensão dos fatores relacionados ao estresse percebido, por conseguinte, traçar melhores estratégias de prevenção e tratamento para tal condição psicológica.

## 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

As novas formas organizativas do processo de trabalho estão passando por alterações complexas, profundas e sofisticadas, que está refletindo na saúde dos trabalhadores, e em alguns ambientes laborais que são mais propensos para desenvolver as doenças ocupacionais, sobretudo em grande parte na área da saúde, e com maior potencial para o adoecimento por causa do estresse (FREITAS, 2019).

O estresse é caracterizado como um processo psicofisiológico que gera sintomas de irregularidades hormonais. Segundo Santos (2019) o estresse pode ser classificado em duas fases, a distresse e a eustresse. A fase eustresse ela seria identificada como um estresse positivo com o propósito de motivar o indivíduo a desempenhar as suas atividades, sendo mais criativo e mais produtivo. Já o distresse seria o estresse negativo que apresenta respostas inadequadas, fazendo com que ele fique com medo de enfrentar situações ameaçadoras e levando a psicopatologia.

O estresse, enquanto patologia, é nomeado como Síndrome de *Burnout*, que segundo Leles e Ramos (2019, p.10):

é psicológica decorrente da tensão emocional que é vivida por trabalhadores, fazendo com que os mesmos percam o interesse do seu trabalho, e esse estresse ocupacional acomete principalmente os profissionais de enfermagem que se expõem diariamente a situações desgastantes, o que os tornam mais suscetíveis a desenvolver doenças biopsicossociais, no qual altera a qualidade de assistência de enfermagem.

Os profissionais acometidos pela síndrome desenvolvem principalmente fadiga, depressão, raiva, intolerância, exaustão emocional, baixa realização profissional, rigidez e inflexibilidade. Com o passar do tempo as instituições vem exigindo profissionais cada vez mais capacitados e produtivos, porém não dão respaldo financeiro e muito menos psicológico para eles, o que acaba acarretando um estresse agudo, posteriormente a Síndrome de *Burnout* (OLIVEIRA, 2018).

Os profissionais de Enfermagem são os mais expostos por diversos fatores de risco para o adoecimento, tais como: sobrecarga de trabalho em principiantes na carreira, as condições inadequadas para o desempenho da atividade profissional, a relação com paciente, conflitos interpessoais entre outros profissionais, e óbito de pacientes, interferindo tanto na vida pessoal quanto profissional (SILVA, 2018).

Leles e Ramos (2019) realizaram um estudo com o objetivo de caracterizar a Síndrome de *Burnout* no exercício profissional da Enfermagem, discorrer sobre os impactos da síndrome nos profissionais e desvelar as formas de prevenção. Os resultados foram agrupados em duas categorias. A primeira “A contextualização de estresse, exaustão emocional e sobrecarga de trabalho”, que aborda a identificação de sinais e sintomas da Síndrome de *Burnout* em trabalhadores, e avaliar sua relação com os aspectos laborais. Já segundo foi “As intervenções adequadas para os indivíduos com a Síndrome de *Burnout*” que cita algumas estratégias para abordar experiências inerentes ao contexto dos profissionais da Enfermagem e suas possíveis relações com a Síndrome de *Burnout*. Os autores concluíram que esta pesquisa possibilitou a importância de refletir sobre a saúde profissional, relacionado ao trabalho que os enfermeiros desempenham.

Oliveira (2018) fez um estudo com o objetivo de identificar fatores de risco que levam os profissionais de Enfermagem a desenvolver a Síndrome de *Burnout* e reconhecer os principais sintomas. Foi concluído que a falta de experiência, autonomia, alta demanda de serviço e pressões das atividades do dia-a-dia pode ser o gatilho para o desencadeamento da Síndrome, principalmente em profissionais

recém-formados e em equipes despreparadas. Em suma, a síndrome ocorre na maioria das vezes pela falta de organização do ambiente de trabalho.

Ainda, de acordo com Silva *et al.* (2020), o serviço de Enfermagem, abrangendo técnicos, auxiliares e enfermeiros, e está sujeito à baixa qualidade de vida no trabalho. Os trabalhadores dessa área percebem grandes demandas psicológicas e baixo controle sobre suas atuações, por estarem responsáveis pela coordenação do funcionamento das ESF, lidarem diretamente com o público todos os dias, os enfermeiros se deparam com enormes responsabilidades diariamente. Ademais, muitas vezes, são influenciados pelas inquietações dos pacientes, uma vez que conhecem todo o processo de saúde e doença destes. Tamanho convívio denota familiaridade que, por vezes, torna-se excessiva, no sentido de interferir na vivência profissional e equipe de enfermagem.

Para Santos *et al.* (2019) no estudo que identificaram o nível de estresse dos enfermeiros atuantes na Estratégia de Saúde da Família (ESF), constatou-se a presença de estresse em enfermeiros e percebe-se a inevitabilidade de realizar intervenções preventivas voltadas aos profissionais expostos aos agentes estressores. Dentre os agentes estressores, Moreira *et al.* (2019), destaca a insatisfação com a profissão, tais como, as condições de trabalho, sobrecarga de trabalho, escassez de recursos físicos e materiais, infraestrutura inapropriada, desvalorização profissional, dentre outros.

Enfim, como os profissionais de Enfermagem lidam diariamente com vários fatores que podem causar a Síndrome de *Burnout*, podemos destacar que a exaustão emocional, a sobrecarga de trabalho, a auto demanda de trabalho e as pressões recorrentes ao seu dia-a-dia pode ser o gatilho para o desenvolvimento da Síndrome, afetando o seu psicológico, a relação entre familiares e amigos, fazendo com que o profissional acaba ficando insatisfeito com sua profissão.

### 3. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um estudo quantitativo do tipo descritivo que segundo Leles e Ramos (2019) é um estudo que oferece um suporte para a tomada de decisões e melhorias nas atividades do cotidiano. Ela possibilita o conhecimento de um determinado assunto, sendo um modo de pesquisa fundamental, pois a sua contribuição é evidente na qualidade da assistência prestada.

Na amostra deste estudo foram questionados 22 enfermeiros que trabalham em Unidades Básicas de Saúde (UBS) integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS), em dois municípios da Zona da Mata Mineira. Os municípios foram Santa Margarida e Rio Casca, sendo que Santa Margarida há 9 UBS e 10 enfermeiros, já em Rio Casca possui 9 UBS e 12 profissionais atuantes na área.

O município de Santa Margarida possui média populacional de 16.208 habitantes, e está localizada há uma distância de 259 quilômetros da capital mineira. O município de Rio Casca, com a população de 14.198 habitantes, está localizado a 198 quilômetros da capital.

Para a coleta de dados foram aplicados questionários para caracterização pessoal e profissional dos enfermeiros, questionário de percepção de estresse e questionário para avaliação da qualidade de vida. O questionário de caracterização possui questões relacionadas a sexo, idade, nível de formação, atividades do dia-a-dia, aspectos emocionais, ansiedade alteração comportamentais e emocionais, fadiga e sobre o estado geral em saúde.

O questionário de percepção de estresse, validado por Reis, Hino e Rodriguez (2013), avalia a respeito dos seus sentimentos e pensamentos durante os últimos 30 dias (último mês). As questões são compostas pelos aspectos emocionais, pela forma que o doente se sente; a saúde mental, através da depressão, ansiedade, alterações comportamentais e emocionais; e a vitalidade, através da fadiga e do cansaço sentidos pelos doentes.

O questionário de qualidade de vida, validado por Souza (2011), avalia sobre a saúde, a forma como se sente e sobre a sua capacidade de desempenhar as atividades habituais. As questões são compostas por: capacidade funcional, associada as limitações físicas; os aspectos físicos, no que se refere à sua influência a quando as suas realizações das suas atividades diárias; a dor, interferências nas realizações das atividades; o estado geral em saúde, em termos globais.

O valor obtido para o domínio dor é 74, numa escala que varia de 0 a 100, onde zero é o pior estado e cem é o melhor. Assim, você deverá fazer o cálculo para os outros domínios, obtendo oito notas no final, que serão mantidas separadamente, não se podendo somá-las e fazer uma média. Obs.: A questão número 02 não faz parte do cálculo de nenhum domínio, sendo utilizada somente para se avaliar o quanto o indivíduo está melhor ou pior comparado a um ano atrás. Se algum item

não for respondido, você poderá considerar a questão se esta tiver sido respondida em 50% dos seus itens.

Para a obtenção dos resultados utilizou-se os pontos de corte proposto por Souza (2011), que considera a qualidade de vida ruim, quando o somatório dos resultados é inferior a 60, já a qualidade de vida boa, quando os escores são maiores que 60.

O preenchimento dos questionários será de forma *online*, utilizando o *Google* Formulários, no mês de maio de 2020. A escolha do formulário online decorre devido a pandemia do COVID-19 e pelo sistema ser um serviço gratuito, para criação e acompanhamento de questionários online. Nele, os pesquisadores podem produzir pesquisas de múltipla escolha, fazer questões discursivas, solicitar avaliações em escala numérica, entre outras opções.

Quanto aos aspectos éticos, será informada à amostra os objetivos do estudo e a sua participação será concretizada mediante o aceite online (clique na opção) do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo 2). Este estudo seguirá as especificações da Lei 466/2012 (BRASIL, 2012), que trata de pesquisa envolvendo seres humanos, resguardando-lhe o anonimato e autonomia de recusar-se ou desistir de fazer parte da amostra do estudo.

A análise dos dados será pela estatística descritiva, através do cálculo de medidas de tendência central (média), de dispersão (desvio padrão) e de frequência relativa (percentuais).

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresenta os resultados provenientes da pesquisa quantitativa. Primeiramente, serão apresentados os resultados de forma separadas por sexo, nível de formação, local de trabalho e município de residência, e na sequência, os dados referentes à qualidade de vida e por fim será apresentado dados do estresse percebido no dia a dia, dos profissionais de enfermagem.

Na tabela 1 está apresentado as características dos enfermeiros que atuam nas Unidades Básicas de Saúde dos municípios investigados.

Tabela 1: Características dos enfermeiros das Unidades Básicas de Saúde (UBS) integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS), em dois municípios da Zona da Mata Mineira. 2020

<u>Características</u>	<u>%</u>
------------------------	----------

<b>Sexo</b>	
Feminino	78,6
Masculino	21,4
<b>Nível de Formação:</b>	
Graduação	57,1
Especialização	28,6
Mestrado	14,3
<b>Local onde trabalha:</b>	
Unidade Básica de Saúde	64,3
Outros	35,7
<b>Município onde Trabalha:</b>	
Santa Margarida - MG	57,1
Rio Casca-MG	42,9

Fonte: Elaborado pelos autores

Verifica-se que a maioria é do sexo feminino (78,6%), possuem apenas a graduação (57,1%), trabalham apenas na UBS (64,3%) e atuam em Santa Margarida (57,1%). A faixa etária dos enfermeiros está entre 30 a 40 anos de idades.

Analisando o cenário atual, em relação aos aspectos relativos à distribuição dos profissionais de saúde pelo sexo, vê-se em trabalhos como o de Padilha et. al. (2018) que o percentual de mulheres enfermeiras hoje no Brasil é mais do que o de homens. Esse texto é interessante, visto que os autores refletem sobre a transformação da sociedade relacionada ao gênero. Reforçam que a evolução depende de mudanças substanciais no comportamento da sociedade como um todo.

No que diz respeito à escolaridade, verifica-se que independentemente do nível de formação todos tem tendência a desencadear o estresse, pois ele está presente nos profissionais desde a formação acadêmica, considerando que, durante este período, os acadêmicos vivenciam várias situações de adaptações (MOREIRA e FUREGATO, 2016). E o estresse é decorrente da inserção do indivíduo, pois o trabalho além de possibilitar o crescimento, transformação também o reconhecimento e a independência, também pode causar problemas de insatisfação e o desinteresse.

Corroborando com o exposto, ser um profissional de enfermagem significa ter como agente de trabalho as pessoas, e, como sujeito de ação, o próprio homem. E também há uma estreita ligação entre o trabalho e o trabalhador, com a vivência direta e ininterrupta do processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e tantos outros sentimentos e reações desencadeadas pelo processo doença (BATISTA e BIANCHI 2006).

O local de trabalho pode ser um dos fatores desencadeantes do estresse, mas também pode ser um local de alívio das tensões diárias, pois as redes de relacionamento contribuem para apoio e empatia. O ser humano cada vez mais está vivendo diante de inúmeras situações as quais precisa adaptar-se, a exemplo disso, ele se vê diante de demandas e pressões externas vindas da família, do meio social, do trabalho/escola ou do meio ambiente. Temos também outros fatores aos quais precisa adaptar-se são as responsabilidades, obrigações, autocrítica, dificuldades fisiológicas e psicológicas (PINHEIRO, 2002). No decorrer do dia-a-dia, muitas frases como “estou estressado”, ou “isto me estressa”, são usadas para qualquer situação que faça com que fuja do controle (LENTINE *et al*, 2003).

Outro fator que merece atenção é a dimensão populacional dos municípios investigados, pois são de pequeno porte, desse modo, pode ocorrer sobrecarga de trabalho, cobranças da população, cansaço e baixa remuneração. Em contraponto, as grandes cidades têm mais números de UBS e mais profissionais trabalhando, mas há necessidade de deslocamento e uso de transporte para chegar no seu ambiente de trabalho (SALA e MENDES, 2011)

Associadas às características pessoais é importante compreender quais domínios da qualidade de vida atendem os preceitos da saúde, ver tabela 2 que apresenta estes domínios.

Tabela 2: Escores dos domínios da qualidade de vida de enfermeiros das Unidades Básicas de Saúde (UBS) integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS), em dois municípios da Zona da Mata Mineira. 2020.

<b>Domínio</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>
Capacidade Funcional	35,0	100,0	90,0	17,1
Aspectos Físicos	0,0	100,0	100,0	37,8
Dor	22,0	74,0	46,5	17,7
Saúde Geral	32,0	97,0	59,5	17,5
Vitalidade	10,0	70,0	45,0	16,1
Aspectos Sociais	12,5	100,0	56,3	34,6
Aspectos Emocionais	0,0	100,0	100,0	39,6
Saúde Mental	20,0	92,0	48,0	19,9

Fonte: Elaborado pelos autores

Os dados permitem inferir que nos domínios dor, saúde geral, vitalidade, aspectos sociais e saúde mental os enfermeiros apresentam qualidade de vida ruim (escores menores que 60,0). Já nos domínios capacidade funcional, aspectos físicos e aspectos emocionais apresentam qualidade de vida boa (escores maiores que 60,0).

Segundo Haas (2016) a capacidade funcional é considerada a habilidade dos indivíduos em realizar suas funções e atividades rotineiras; com isso mantendo sua autonomia. Quando a capacidade está prejudicada, a qualidade de vida também sofre algumas alterações, contudo, na amostra investigada este domínio apresenta média boa.

Para Rodrigues (2019), é necessário que haja uma variedade de aspectos que se relacionam a favor de uma boa qualidade de vida e através deste trabalho nota-se a importância dos aspectos físicos para um bom vigor, o que pode ser observado na amostra investigada, onde os escores neste domínio foi o máximo (100,0). Quanto à dor, o autor menciona que está relacionada ao domínio limitações por aspectos físicos, entretanto, na amostra investigada não foi encontrada esta relação, pois os valores médios foram 46,5 ( $\pm 17,7$ ) e 100,0( $\pm 37,8$ ), respectivamente. Segundo o autor, a dor é um fator agravante para a qualidade de vida, e que deve ser sanado para que haja uma melhora e seu bem-estar trazendo com isso um maior conforto pessoal.

A saúde geral diz respeito ao “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade” (OMS, 1997, p 5). A saúde dos enfermeiros apresenta média de 59,5( $\pm 17,5$ ), logo, é necessário executar ações que estimulem a adoção de hábitos de vida saudáveis e ativos.

Para Rego (2019) assim como compreendendo o papel que o enfermeiro tem na aplicabilidade de ações em saúde, torna-se essencial, o reconhecimento das vulnerabilidades encontradas dentro das UBS, em base aos seus aspectos culturais e sociais, tornando assim os enfermeiros faça suas atividades com mais capacidade para desenvolver suas tarefas. O resultado apresentado na pesquisa mostrou que os enfermeiros não estão tendo uma boa vitalidade no período de pandemia que ocorreu próximo da pesquisa de avaliação de seus estados de saúde.

Em decorrência do exposto, verifica-se que todos os profissionais estão aptos a exercer a profissão de enfermagem, mas pelo fato de serem recém-formados trazem a preocupação de lidar com os primeiros pacientes. Isso gera um cuidado maior com os pacientes das unidades e também com o convívio do mesmo (FIORATI, 2016).

Segundo Santos e Lima (2018) as UBS são caracterizadas como ambiente de risco ocupacional aos indivíduos que trabalham na mesma, a demanda de serviços cobrado para o profissional, como a necessidade de atualizações, capacitações,

diferentes condições de trabalho, novas configurações organizacionais, provocam conseqüentemente o desgaste físico, psíquico, emocional, caracterizando-se como fatores que propiciam o surgimento da *Síndrome de Burnout*. Em contraponto, observa-se que os Enfermeiros avaliados apresentam qualidade de vida, nos aspectos emocionais, boa.

Silva *et al.* (2016) afirma que a *Síndrome de Burnout* é a resposta ao processo de estresse ocupacional crônico, ou seja, é o resultado de uma exposição prolongada ao estresse no trabalho causando um aumento na exaustão emocional, cinismo e ineficácia que representam as três dimensões de *Burnout*. Neste sentido, a exaustão é compreendida como uma dimensão afetiva caracterizado por sentimentos de cansaço e esgotamento de energia emocional, o que pode estar relacionado à baixos escores na Saúde Mental, relacionado à qualidade de vida, na amostra investigada.

Na figura 1 apresenta a classificação dos domínios da qualidade de vida: capacidade funcional, que são associadas as limitações físicas; os aspectos físicos; a dor, interferências nas realizações das atividades; o estado geral em saúde, em termos globais. Para classificação dos escores brutos, procedeu-se a separação da amostra em dois grupos, com escores de qualidade de vida < 60 (considerado ruim) e > de 60 (considerado bom) (SOUZA 2011).

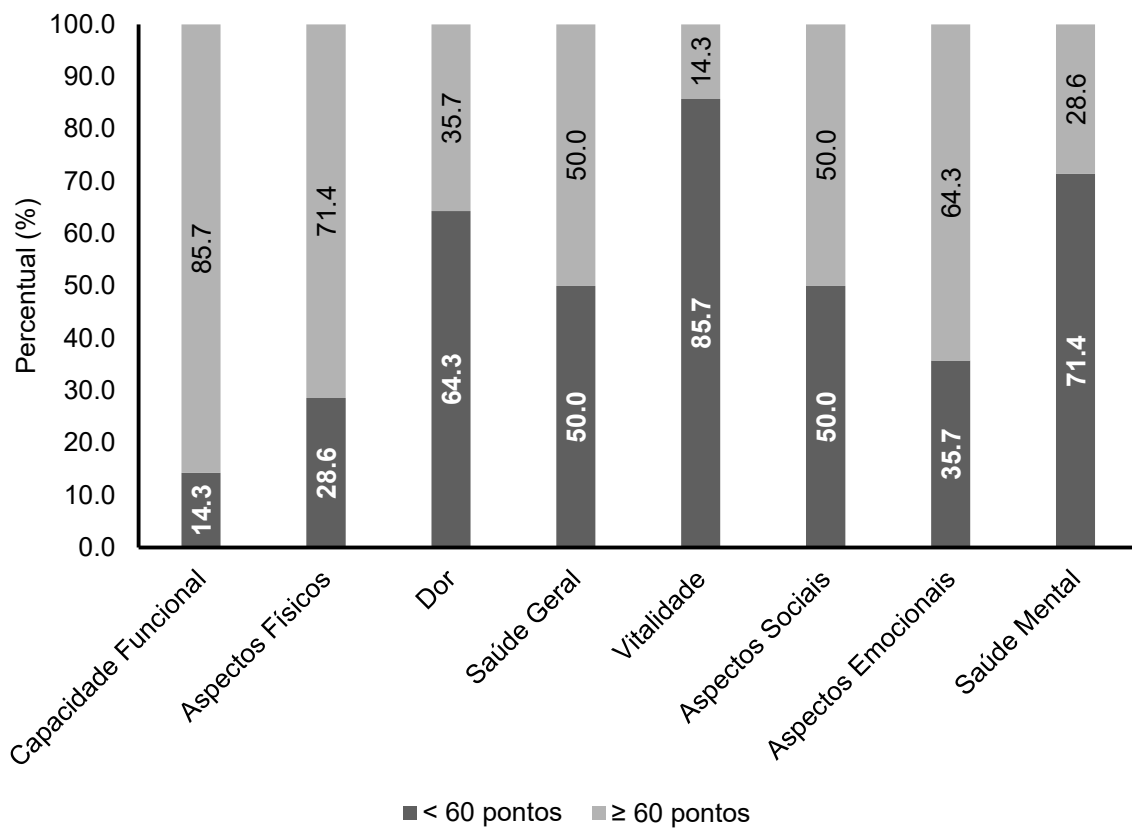


Figura 1: Classificação dos domínios da qualidade de vida de enfermeiros das Unidades Básicas de Saúde (UBS) integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS), em dois municípios da Zona da Mata Mineira, 2020.

Fonte: Elaborado pelos autores

A figura 1 Segundo as pesquisas realizadas pelos autores, evidencia-se que os enfermeiros atuantes em UBS apresentam classificações ruins para dor, vitalidade e saúde mental. Tal situação pode ser decorrente a Enfermagem ser uma profissão que pode causar exaustão e estresse, cobranças excessivas, por conseguinte, redução da satisfação pessoal, profissional, aumento do desânimo e apatia (OMS, 2016).

Torna-se relevante destacar que, no período da aplicação do questionário o mundo estava em meio a pandemia do COVID-19, o que pode contribuir para sentimentos de preocupação com a sua saúde e do próximo. Além do medo de contrair a doença, a COVID-19 tem provocado sensação de insegurança em todos aspectos da vida, da perspectiva coletiva à individual, do funcionamento diário da sociedade às modificações nas relações interpessoais. Quanto à saúde mental, é importante dizer que as sequelas de uma pandemia são maiores do que o número de mortes. Os sistemas de saúde dos países entram em colapso, os profissionais de saúde ficam exaustos com as longas horas de trabalho e, além disso, o método de

controle mais efetivo da doença, que é o distanciamento social, impacta consideravelmente a saúde mental da população (FARO *et al*, 2020).

A tabela 2 apresenta os escores do questionário de estresse percebido, aplicado aos enfermeiros das Unidades Básicas de Saúde, nos últimos trinta dias.

**Tabela 3:** Estresse percebido de enfermeiros das Unidades Básicas de Saúde (UBS) integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS), em dois municípios da Zona da Mata Mineira. 2020.

Escores de estresse	Média (DP)
Sexo	
Feminino	29,5 (6,1)
Masculino	26,3 (11,0)
Faixa etária	
<30 anos	26,0 (7,8)
30 - 40 anos	29,6 (7,6)
> 40 anos	31,0 (1,4)

Fonte: Elaborado pelos autores

Legenda: DP = desvio padrão

Nota-se que os escores foram maiores em mulheres (29,5±6,1) e nos profissionais com idade entre 30 a 40 anos (29,6±7,6).

A qualidade de vida e estresse são constructos inerentes aos aspectos de vida do ser humano e dependem da percepção pessoal em diferentes situações. Segundo Oliveira *et al* (2019), as mulheres estão buscando várias formas de lidar com o estresse, adotando a prática de atividades físicas, alimentação saudáveis e atividades voltadas para o bem-estar e saúde, por conseguinte, obterem maior desempenho das atividades diárias.

Independentemente da idade as causas do estresse são reações físicas ou mentais relacionadas às atividades e ocorrências do ambiente de trabalho, e com isso não só ao ambiente de trabalho, mas também a sobrecarga de responsabilidade a um conjunto de acontecimentos que desestrutura o profissional. O estresse pode ser percebido pelo indivíduo como uma ameaça pessoal e profissional (SOUSA *et al*, 2020).

Segundo Maia e Dias (2020) todas as pandemias são geradoras de forte impacto social, econômico e político. Deste modo a população teve que adaptar estratégias de prevenção como conviver e estar junto de outras pessoas, teve que adaptar ao novo modo de trabalho, como lidar com a população no ambiente de trabalho, deixando assim ele preocupado como proceder e como adaptar isso na sua vida. Mesmo com o cenário atual pandêmico obtivemos um número relevante de respostas dos pesquisados, e de forma segura, sem contatos físicos, somente de

forma online, trazendo com isso segurança e comodidade para os profissionais que participaram desta pesquisa.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os resultados obtidos dos através dos questionários aplicados resultam em um alto índice de estresse durante o período de trabalho, no que diz respeito qualidade de vida, identifica-se no domínio da capacidade funcional, aspectos físicos e aspectos emocionais resultados satisfatórios. Identifica-se que os enfermeiros que trabalham no Sistema Único de Saúde (SUS) estão com alto índice de estresse devido a sobrecarga de trabalho e baixa remuneração.

Este estudo teve como limitações o acesso aos enfermeiros, em virtude da pandemia da COVID-19, o que pode também acarretar vieses nas respostas dos profissionais. Conforme evidenciado na literatura, a pandemia ocasionou impactos sociais, econômicos e políticos, bem como na saúde. Desse modo, sugere-se que estudos futuros avaliem tais profissionais, pós pandemia, e comparem os resultados e analisem se os escores de qualidade de vida e estresse se mantêm.

## REFERÊNCIAS

BARROS, N. M. G. C.; HONÓRIO, L. C. Riscos de adoecimento no trabalho de médicos e enfermeiros em um hospital regional mato-grossense. **Revista de Gestão**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 21-39, jan./mar. 2015.

FARO, A. *et al.* **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado**. Estudo de Psicologia. v. 37, p. 1-14, 2020.

FREITAS, M.J.C *et al.* Estresse ocupacional em profissionais enfermeiros: revisão literária. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 2, n. 4, p. 3143-3146, jul./aug. 2019.

LELES, D.O.; RAMOS, G. S. **A Síndrome de Burnout no exercício profissional da enfermagem**. Orientador: Juliana Macedo Melo. 2019, 27f. Trabalho de conclusão de curso (Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGELICA), Anápolis – GO 2019.

OLIVEIRA, M. C. **Síndrome de Burnout e os fatores de risco em profissionais de enfermagem**. Orientador: Daniele Santos de Almeida. 2018. 22 f. Trabalho de conclusão de curso (Saúde do trabalhador) - Universidade Católica do SalvadorNova UCSAL. Salvador – BA, 2018.

PADILHA, M.C.S. Gênero e Enfermagem: uma análise reflexiva. **Rev. Enfermagem UERJ.** v 14, n 2, p 292-300, abr/jun 2018. Rio de Janeiro – RJ

REGO. C.F. Atuação do enfermeiro no Processo de Envelhecimento na Atenção Primária. **Rev. Ciencia Atual.**, v.13, n. 1, p 1-14. 2019.

SANTOS, J.S., SANTOS, L. B. P., LIMA, J.R. Relação entre resiliência e burnout: Promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros. **Rev. Destaques Academicos.**, v. 10, n 3, p 190-198.2018.

SILVA, R.M.; GOULART, C. T.; GUIDO, L. A. Evolução histórica do conceito de estresse. **Rev. Cient. Sena Aires**, v.7, n. 2, p. 148-56, 2018.

SILVA. J.S *et al.* Síndrome de Burnout em Enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva: Produção Científica de Enfermagem. **Rev. Portuguesa de enfermagem de Saúde Mental.**v. 10, n. 16, p. 190-198. 2016.

SOUSA. C. N. S *et al.* Análise do estresse ocupacional na enfermagem: revisão integrativa. **Rev. eletrônica Acervo Saúde.** v. 52, n. 52 p. 1-8. 2020.

TRETTENE, A.S *et al.* Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em Unidades de Pronto Atendimento. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, v.36, n.91, p. 243-261, jul.2016.