

FACULDADE ATENAS

MARINA MENDES DO VALE

**ESTADO DE ESTRESSE NA VIDA PROFISSIONAL DO
ENFERMEIRO**

Paracatu

2018

MARINA MENDES DO VALE

ESTADO DE ESTRESSE NA VIDA PROFISSIONAL DO ENFERMEIRO

Monografia apresentada ao curso de Enfermagem da Faculdade Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Área da Concentração: Ciências da Saúde.

Orientadora: Prof^ª. Ingridy Fátima Alves Rodrigues.

Paracatu

2018

MARINA MENDES DO VALE

ESTADO DE ESTRESSE NA VIDA PROFISSIONAL DO ENFERMEIRO

Monografia apresentada ao curso de Enfermagem da Faculdade Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Área de Concentração: Ciências da Saúde.

Orientadora: Prof^ª. Ingridy Fátima Alves Rodrigues.

Banca Examinadora:

Paracatu- MG, ____ de _____ de _____.

Prof. Ingridy Fátima Alves Rodrigues.

Faculdade Atenas

Prof. Giovanna Cunha Garibaldi de Andrade

Faculdade Atenas

Msc. Lisandra Rodrigues Risi

Faculdade Atenas

Dedico este trabalho a Deus e a oportunidade que me foi dada de chegar até esse momento da minha vida, alcançando mais, entre tantos objetivos importantes da minha vida

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pela saúde, disposição e inteligência a fim de concluir o curso de Enfermagem pela Faculdade Atenas.

Agradeço o apoio da minha família, para que eu pudesse alcançar meu objetivo pessoal e possuir uma graduação a fim de me sentir mais preparada e segura para enfrentar a profissão que me aguarda.

Aos colegas de classe, principalmente aqueles com quem pude mais contar durante os anos do curso.

Aos professores da Faculdade Atenas, especialmente a Professora - Orientadora Ingridy Fátima Alves Rodrigues, pelo valioso apoio em compor esta monografia.

RESUMO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 90% da população no mundo sofre de estresse, o que o leva a classificá-lo como uma epidemia global. O termo estresse significa um estado gerado pela percepção de estímulos que provocam perturbação emocional e alteram a homeostase do organismo. O “stress” no campo da saúde é o termo utilizado tanto para definir a resposta do organismo em situações estressantes, como para os efeitos que esse estado traz a saúde. Estudos apontam que os enfermeiros representam uma classe profissional que particularmente está mais exposta a níveis elevados de pressão e estresse, devido passarem mais tempo em contato com pacientes; com isso o presente trabalho tem o objetivo de descrever os fatores que acarretam o estresse na vida profissional do enfermeiro. Essa pesquisa é do tipo descritivo, explicativo com leitura em materiais bibliográficos e informações colhidas em artigos científicos e livros do acervo da Faculdade Atenas e do site *Google Acadêmico* e *Scielo*. Levando em consideração todos os fatores que podem levar um indivíduo a desenvolver um quadro de estresse, as principais consequências envolvem casos de doenças e até óbito em situações mais graves.

Palavras-chave: Estresse ocupacional. Ambiente hospitalar. Qualidade de vida.

ABSTRACT

According to the World Health Organization (WHO), 90% of the world's population suffers from stress, which leads it to classify it as a global epidemic. The term stress means a state generated by the perception of stimuli that provoke emotional disturbance and alter the homeostasis of the organism. Health stress is the term used both to define the body's response in stressful situations and to the effects that this state brings to health. Studies indicate that nurses represent a professional class that is particularly exposed to levels high pressure and stress, because they spend more time in contact with patients, so the present work aims to describe the factors that cause stress in the professional life of the nurse. This research is of the descriptive, explanatory type with reading in bibliographical materials and information collected in scientific articles and books of the collection of the Athens Faculty and the Google Acadêmico e Scielo website. Taking into account all the factors that can lead an individual to develop a stress scenario, the main consequences involve cases of illness and even death in more severe situations.

Keywords: *Occupational stress. Hospital environment. Quality of life.*

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ISS	Inventário de Sintomas de Stress
OMS	Organização Mundial da Saúde
SAG	Síndrome de Adaptação Geral
SNAs	Sistema nervoso autônomo simpático

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
1.1 PROBLEMA	11
1.2 HIPÓTESE	11
1.3 OBJETIVOS	11
1.3.1 OBJETIVOS GERAIS	11
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO	11
1.5 METODOLOGIA DE ESTUDO	12
1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO	13
2 CARACTERÍSTICAS E DEFINIÇÃO DO MECANISMO DE ESTRESSE	14
3 INVESTIGAÇÃO DOS FATORES QUE DESENCADEIAM O ESTRESSE NA ENFERMAGEM	17
4 CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE NA VIDA PROFISSIONAL DO ENFERMEIRO	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
REFERÊNCIAS	24

1 INTRODUÇÃO

A globalização, os avanços tecnológicos, a concorrência no mercado profissional e a sobrecarga de trabalho influenciam diretamente a qualidade de vida dos profissionais em suas diferentes áreas de atuação. Onde diversas doenças típicas acabam se desenvolvendo decorrentes da insatisfação com o trabalho ou pelo estresse (PEREIRA; BUENO, 1997).

Segundo a Organização Mundial da Saúde, 90% da população no mundo sofre de estresse, o que o classifica como uma epidemia global (BAUER, 2002). O termo estresse significa um estado gerado pela percepção de estímulos que provocam perturbação emocional e alteram a homeostase, aumentando a secreção de adrenalina que produz diversas manifestações sistêmicas, com distúrbios fisiológicos e psicológicos (HOUAISS; VILLAR; FRANCO, 2001)

O “stress” no campo da saúde é o termo utilizado tanto para definir a resposta do organismo em situações estressantes, como para os efeitos que esse estado traz a saúde. No estilo de vida atual, o estresse ocupacional se tornou uma grande fonte de preocupação, e é reconhecido como um dos riscos mais graves ao bem-estar emocional do indivíduo, pois o estresse relacionado ao trabalho põe em risco a saúde do profissional e tem como consequências mal desempenho, alta rotatividade, baixo moral e até violência no local de trabalho (ROSSI, 2005). O estresse ocupacional não é um fenômeno novo, mas passou a ganhar maior relevância devido à suas consequências, que são doenças vinculadas ao estresse no trabalho como: úlcera e hipertensão (STACCIARINI; TRÓCOLI, 2002).

Estudos apontam que os enfermeiros representam uma classe profissional que particularmente está mais exposta a níveis elevados de pressão e estresse, devido passarem mais tempo em contato com pacientes (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Em relação a enfermagem classificam-se como principais estressores: Falta de comunicação com a equipe; problemas inerentes à unidade; precária assistência prestada; interferências na vida pessoal e atuação do enfermeiro (BIANCHI, 1999). Sendo que, a alta carga de trabalho ainda é considerada o estressor mais relevante na atividade do enfermeiro (STACCIARINI; TRÓCOLI, 2001).

O estresse no trabalho ocorre quando o ambiente se torna uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano profissional e pessoal, surgindo demandas maiores do que sua capacidade de enfrentar. Levando em consideração todos os fatores que podem levar um indivíduo a um estado de estresse, é possível afirmar que aqueles que atuam na área da saúde acabam se tornando um grupo de risco maior no desenvolvimento dessa síndrome (MARTINS et.al, 2000).

1.1 PROBLEMA

De que forma o estresse é desencadeado na vida profissional do enfermeiro?

1.2 HIPÓTESE

O estresse é um problema que apresenta altos riscos para o equilíbrio emocional do ser humano. O profissional de enfermagem faz parte da classe mais afetada pelo estresse dentre os profissionais de saúde. Provavelmente, as interferências causadas pelo estresse no enfermeiro são desencadeadas pelas más condições de trabalho, a falta de material e conflito de trabalho em equipe.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GERAL

Descrever os fatores que acarretam o estresse na vida profissional do enfermeiro.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a)** Caracterizar e definir o mecanismo do estresse.
- b)** Investigar os fatores que desencadeiam o estresse na Enfermagem.
- c)** Classificar as consequências do estresse na vida profissional do enfermeiro.

1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO

O estresse é caracterizado como uma resposta fisiológica, psicológica e comportamental de um indivíduo, quando visa sua adaptação a mudanças ou situações novas, geradas por pressões externas ou internas. Dentro dos diversos tipos, o estresse profissional está ligado a profissionalização e o desenvolvimento da sociedade, ou seja, o trabalhador deve ser responsável por administrar a vida profissional e ainda saber lidar com as situações de conflito gerada pela sociedade (LENTINE; SONODA; BIAZIM, 2003).

No ambiente de trabalho dos profissionais da saúde, diversos fatores favorecem o desenvolvimento do estado de estresse. Independentemente do local de atuação, seja em Unidades Básicas de Saúde ou nos vários setores da unidade hospitalar, um quadro de estresse pode gerar muitas complicações ao trabalhador (LINCH; GUIDO; UMANN, 2010).

A área da saúde por si só é um setor propício para desenvolver quadros de estresse. A enfermagem, por ser a profissão que passa mais tempo em contato com o paciente, foi classificada como a quarta profissão mais estressante do setor público, o que refleti diretamente no desempenho da sua função (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Diante disso, o trabalho presente tem como propósito descrever as interferências que um estado de estresse pode causar na vida profissional do enfermeiro e as implicações na sua respectiva atuação.

1.5 METODOLOGIA DE ESTUDO

Segundo Gil (2010), esta pesquisa é do tipo descritiva e explicativa, com leitura em materiais bibliográficos que teve por objetivo descrever a interferência do estresse na vida profissional do enfermeiro. Para a utilização de tal pesquisa foram utilizados livros e periódicos que compõem instrumentos valiosos para área da saúde. O objetivo foi obter informações em artigos científicos e livros do acervo da Faculdade Atenas e dos sites Google Acadêmico e *Scielo*.

1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO

O primeiro capítulo apresenta introdução, problema, hipótese, objetivos gerais e específicos, justificativa, metodologia e estrutura do trabalho.

O segundo capítulo caracteriza e define o mecanismo de estresse.

Já o terceiro capítulo investiga os fatores que desencadeiam o estresse na Enfermagem.

O quarto capítulo classifica as consequências do estresse na vida profissional do enfermeiro.

E o quinto capítulo é constituído das considerações finais.

2. CARACTERÍSTICAS E DEFINIÇÃO DO MECANISMO DE ESTRESSE

O conceito de estresse está presente em todos os campos da vida, uma vez que são encontradas sua influência ou intervenção em diversas situações que vão desde as pressões diárias do trabalho, insegurança à perda do emprego, violência urbana, catástrofes naturais, guerra, dentre outras situações que exigem resposta rápida do organismo para manter o equilíbrio ou a homeostase do mesmo (ARAGÃO; VIEIRA; ALVES; SANTOS, 2009).

Nenhuma pessoa está livre deste mal, entretanto é possível aprender a lidar com o mesmo. Com o crescimento da sociedade, imaginava-se que as pessoas não iriam trabalhar tanto para poder desfrutar mais tempo com o entretenimento e família, porém o que presenciamos hoje é exatamente o oposto. Os seres humanos estão cada vez mais ansiosos, impacientes, com a respiração acelerada, musculatura rígida e com um sentimento de impotência diante de mínimos fatos (DE MARTINO; PAFARO, 2002).

A palavra “estresse” é originada da palavra inglesa “stress”, que possui o significado de “pressão, tensão ou insistência”. O estresse pode ser definido como um conjunto de reações fisiológicas, desencadeadas quando há necessidade de adaptação a novas situações. Porém, o estresse pode ser gerado tanto de estados emocionais negativos como positivos (VARELLA, 2012). Encontrar uma definição adequada para o termo estresse é muito difícil, pois ele é um conjunto de diversos fatores que são capazes de gerar no organismo respostas semelhantes (ARANTES, 2002).

Segundo McEwen (2003), o mecanismo do estresse é descrito como reações do organismo que reagem diante de emergências ou mudanças. Para que o indivíduo ultrapasse essas situações sem causar danos severos ao organismo, os principais sistemas do corpo se unem e oferecem uma defesa poderosa. Essa intensidade requer a união e atuação do cérebro, coração, pulmões, hormônios, glândulas, sangue e sistema imunológico.

A reação ao estado de estresse é parte de um sistema padrão mente-corpo, que resulta respostas orgânicas compartilhadas em diversos sistemas do corpo humano (ARANTES, 2002). Dentre estas reações encontramos algumas doenças, que ocorrem devido a vulnerabilidade do organismo, as disfunções fisiológicas,

depressão, excesso de irritação, baixa autoestima, elevação do colesterol e etc. (CANTOS, 2004).

O estresse sem dúvida é considerado um fator predominante que aumenta a vulnerabilidade à doenças (RAHE, 1975). Para Hans Selye (1946), o primeiro pesquisador a utilizar o termo estresse em biologia, o conceito de estresse está diretamente relacionado a respostas não específicas do corpo a qualquer demanda, seja ela causada por condições favoráveis ou não favoráveis. Segundo ele existe algo muito comum entre seres humanos doentes, independente da patologia, e esse conjunto de sintomas é denominado como Síndrome de Adaptação Geral (SAG) com três fases distintas e identificadas atualmente como:

1º Fase de Alarme: ocorre quando o organismo reconhece o estressor e elabora uma resposta orgânica rápida para o seu enfrentamento. Esta resposta rápida é intercedida pela ativação do sistema nervoso autônomo simpático (SNAs) que causa a liberação de neurotransmissores em diversos órgãos-alvos que também instigam a medula das glândulas adrenais e liberam os hormônios catecolaminérgicos, noradrenalina e adrenalina, reforçando ainda mais a ativação neural. As glândulas adrenais então passam a liberar e produzir os hormônios do estresse (adrenalina e cortisol), que dilatam as pupilas, aumentam a sudorese, aceleram o batimento cardíaco, elevam os níveis de açúcar no sangue, reduzem a digestão, contraem o baço e causa imunodepressão. Todas essas respostas fisiológicas prepararam o organismo para as ações, que podem ser de “luta” ou “fuga” (DE MARTINO; PAFARO, 2002).

2º Fase de Resistência: as respostas fisiológicas e comportamentais, são mantidas a fim de restabelecer a homeostase do organismo, agora mediadas principalmente pelo cortisol. Nesta fase as respostas são eficientes e chegam no seu ponto máximo, com isso o indivíduo apresenta um melhor desempenho físico e cognitivo, e assim apresenta grandes condições de neutralizar o agente agressor. Porém, quando o estressor possui muita intensidade ou é de longa duração, a resistência vai diminuindo e o organismo se enfraquece iniciando a terceira fase (MEYER, 2007).

3º Fase de Exaustão: quando a neutralização do agente estressor falha, este se prolonga e o organismo continua respondendo de forma crônica, onde as alterações fisiológicas e comportamentais, inicialmente adaptativas levam os sistemas

a uma sobrecarga energética e de exaustão. Os sinais da fase de alarme retornam ainda mais intensos, tornando o organismo mais susceptível a doenças. As patologias mais específicas que podem ocorrer são:

- Infarto do miocárdio;
- Úlceras.
- Psoríase;
- Depressão;
- E morte em casos mais graves (VILARTA; GUTIERREZ, 2007).

Em recente estudo o (ISS) Inventário de Sintomas de Stress, identificou a quarta fase que se desencadeia entre a fase de resistência e exaustão. Nessa fase há o enfraquecimento e incapacidade do indivíduo de se adaptar ao estressor, podendo surgir problemas leves de saúde (LIPP, 2000).

O estresse é uma reação desenvolvida por qualquer evento que abale a pessoa profundamente a ponto de interferir em sua vida (LIPP, 1994). Deste modo, é possível entender que o mecanismo do estresse põe em alerta as funções do corpo podendo melhora o desempenho e aumentar a produtividade do indivíduo. Mas quando o estresse se toda m fator crônico, os efeitos podem ser devastadores para a saúde e o bem-estar interferindo diretamente na qualidade de vida e atividade profissional das pessoas (CAMELO; ANGERAMI, 2004).

3. INVESTIGAÇÃO DOS FATORES QUE DESENCADEIAM O ESTRESSE NA ENFERMAGEM

Segundo Bianchi (2000) e Guido (2003) na década de 90, foram encontradas no Brasil várias publicações e teses de doutorado falando sobre o estresse dos enfermeiros nas mais diversas áreas de atuação, e entre os estudos todos concordavam em relação a profissão ser estressante.

Conforme Batista; Bianchi (2006) para os enfermeiros de unidade de emergência os estressores básicos são: o número reduzido de funcionários na equipe de enfermagem; falta de respaldo institucional e profissional; carga de trabalho; realização de tarefas em tempo reduzido; descontentamento com o trabalho; falta de experiência por parte dos supervisores; falta de comunicação e compreensão por parte da supervisão de serviço; ambiente físico da unidade; tecnologia de equipamentos; assistência ao paciente e relacionamento com familiares.

Para Bianchi (2000) atividades relatadas como estressantes são: o relacionamento com outras unidades ou supervisores, atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade, à administração de pessoal assistência de enfermagem prestada aos pacientes, coordenação das atividades da unidade, condições para o desempenho das atividades do enfermeiro.

Estudo realizado por Aquino (2005) com 30 enfermeiras em sete unidades de centro cirúrgico de hospitais de Recife-PE, identificou como estressores os seguintes itens: falta de material necessário para o trabalho (93,7%); falta de recursos humanos (73,3%); trabalhar em instalações físicas inadequadas (73,3%); trabalhar com pessoas despreparadas (56,7%); prestar assistência a pacientes graves (46,6%); sentir desgaste emocional com o trabalho (70%); administrar ou supervisionar o trabalho de outras pessoas (60%).

Existem inúmeras fontes geradoras de estresse, destacando “o conteúdo do trabalho, as condições do trabalho e os fatores organizacionais.” Em relação ao conteúdo do trabalho, considera como maior estressor do enfermeiro, em unidade de terapia intensiva, as inúmeras interferências, com isto, portanto não é possível manter o controle das atividades, gerando maior preocupação quanto à qualidade da assistência prestada. Nas condições de trabalho destaca: ambiente tumultuado,

equipamentos com alta tecnologia, elevada carga de trabalho, entre outros (MAIA, 1999).

Conforme estudo realizado por Rodrigues e Chaves (2008) com enfermeiros que trabalham em oncologia de cinco hospitais de grande porte do município de São Paulo, foi identificado como situações estressoras:

- O óbito dos pacientes, principalmente quando se trata de criança ou adolescente, pois é visto como interrupção no ciclo natural da vida;
- Situações de emergência como parada cardiorrespiratória, reações anafiláticas decorrentes do uso de quimioterápicos e piora o quadro clínico dos pacientes;
- Problemas de relacionamento com a equipe de enfermagem: discordância quanto à conduta do enfermeiro com relação aos pacientes na escala de serviço;
- Situações relacionadas ao processo de trabalho.

Stumm (2000) em trabalho realizado em hospitais de Ijuí, aponta o quanto é estressante a atuação do enfermeiro em centro cirúrgico, pois é uma unidade fechada, de riscos, com normas e rotinas, onde é necessário um controle rigoroso do estado do paciente, e, portanto, acaba lidando permanentemente com situações desgastantes, sofrimento, dor e incertezas.

Em estudo realizado no Centro de Terapia Intensiva de um hospital universitário do município do Rio de Janeiro, identificou como fatores mais estressantes para o trabalho do enfermeiro os seguintes itens:

- Parcos insumos materiais e humanos devido ao desgaste psicofísico que acarreta sentimento de impotência e frustração;
- Trabalho em regime de plantão de 12 horas associado ao duplo emprego; pois diminui o tempo livre do enfermeiro e dificulta a interação social;
- Quantitativo de pessoal de enfermagem, levando em conta a complexidade dos pacientes, o tipo de trabalho e as inúmeras demandas com isso o número de enfermeiros e técnicos é considerado reduzido;
- Ambiente de trabalho gerador de estresse, pode resultar em erros devido à diminuição da concentração e alterações de memória (SANTOS; OLIVEIRA; MOREIRA,2006).

Segundo Lautert; Chaves; Moura (2001) entre as fontes de estresse na atividade gerencial do enfermeiro a que apresentou maior risco relativo foi a sobrecarga de trabalho, seguida pelas situações críticas, gerenciamento de pessoal, conflito de funções e relacionamento interpessoal, em seu estudo não se evidenciou correlação entre estresse e a variável turno de trabalho.

O enfermeiro num ambiente hospitalar está exposto a diversas situações causadoras de estresse, conforme estudo realizado por Stacciarini; Tróccoli (2000), como: recursos inadequados, atendimento ao paciente, relações interpessoais, carga emocional, cobranças, sobrecarga de trabalho, reconhecimento profissional, poder de decisão, para os autores as fontes de estresse são diferentes, apesar de algumas serem comuns, independente do cargo que o enfermeiro ocupa e sua área de atuação, concluem que seria importante realizar pesquisas na área para que ocorra a prevenção de doenças.

4. CONQUÊNCIAS DO ESTRESSE NA VIDA PROFISSIONAL DO ENFERMEIRO.

Na área da saúde é possível verificar uma variedade de doenças que podem ser desencadeadas a partir do estresse. Tais doenças são decorrentes das alterações psicofisiológicas que ocorrem e são associadas às predisposições individuais (LIPP; MALAGRIS, 2001).

No que se refere às consequências na área profissional, observa-se absenteísmo, atrasos, desempenho insatisfatório, queda da produtividade, problemas de relacionamento (FONTANA, 1994. SANTOS; ROCHA, 2003).

Martins *et al.* (1996) se referem a alguns indicadores para detecção de pessoas com comprometimento em seu desempenho profissional, tais como:

Conforme relata Pitta (1999), é milenar o conhecimento de que o trabalho adoece visto que a legislação trabalhista de vários países inclusive o Brasil “reconhece a relação de causa e efeito de vários agentes físicos, químicos e biológicos” na ocorrência de doenças ocupacionais. Para o mesmo autor a natureza do trabalho hospitalar facilita que este seja insalubre, pois os trabalhadores estão em constante exposição a um ou mais fatores que produzem doenças ou sofrimento no trabalho hospitalar como a dor, o sofrimento e a morte do outro, e as demais formas de organização desse trabalho.

Segundo Stacciarini; Tróccoli (2000), o estresse não é um fenômeno novo, mas um campo de estudo onde está vinculado doenças que são consequências do estresse como hipertensão, úlceras e outras.

Para Couto apud Stacciarini; Tróccoli (2001) o estresse decorre de um desgaste anormal do organismo humano devido “a incapacidade prolongada do indivíduo tolerar, superar ou se adaptar às exigências de natureza psíquica existentes em seu ambiente de trabalho”.

Em estudo realizado em unidade de terapia intensiva de um hospital universitário de grande porte do interior paulista constatou-se que o ambiente de trabalho é estressante; as atividades desenvolvidas exigem alto grau de responsabilidade e qualificação, com desgaste emocional intenso, demonstrando que sintomas indicativos de sobrecarga estavam presentes, participaram do estudo 12 enfermeiras, sendo que a maioria apresentou sintomas físicos e psicológicos de

estresse, nesta amostra destacou-se a jornada diária das participantes, sendo um possível gerador de estresse. (FERRAREZE; FERREIRA; CARVALHO, 2006).

Para Murofuse; Abranches; Napoleão (2005) o estudo das manifestações do estresse entre enfermeiros proporciona a compreensão de problemas “como insatisfação profissional, produtividade do trabalho, absenteísmo, acidentes de trabalho e algumas doenças ocupacionais”, assim como propor intervenção e soluções para o problema. O mesmo artigo indica que o estresse, depressão ou ansiedade, violência no trabalho, assédio e intimidação são responsáveis por afastamentos do trabalho em torno de duas semanas.

O estresse acarreta sintomas físicos como: fadiga, dores no corpo e de cabeça, insônia, palpitações, alterações intestinais, resfriados constantes, entre outros; e psíquicos, mentais e emocionais como: diminuição da memória, ansiedade, nervosismo, perda de senso de humor, depressão, raiva, frustração, irritabilidade, entre outros (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005)

Em estudo realizado por Lautert; Chaves; Moura (1999) num hospital universitário de Porto Alegre-RS os entrevistados apresentam alterações gastrintestinais, do sono e repouso, representaram riscos também as alterações imunitárias, músculos-articulares e cardiovasculares.

Segundo Maia (1999), a saúde do trabalhador é uma preocupação atual das empresas, pois caso isto não ocorra, o trabalhador torna-se insatisfeito e infeliz no trabalho, interferindo a sua produtividade e posteriormente deteriora a sua saúde mental.

Ainda segundo o mesmo autor o trabalho do enfermeiro torna-se muito complexo, pois além de todo conhecimento técnico-científico, também enfrenta problemas com o fato de cuidar de outro ser humano, onde há uma pressão em relação ao tempo para sua intervenção isto interfere na “responsabilidade no estresse na dúvida, na insegurança, e na necessidade de tentar salvaguardar a vida de outro ser humano”, utilizando todo o conhecimento científico inerente ao enfermeiro. Portanto é importante lembrar que uma falha neste cuidado pode levar a piora ou até a morte de outra pessoa. O desgaste emocional ao qual o trabalhador é submetido é fator determinante de transtornos relacionados ao estresse como: depressão, ansiedade patológica, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, entre outras, sendo

que a pessoa com este tipo de estresse normalmente não responde as demandas do trabalho, portanto apresenta-se irritável e deprimida.

O hospital é um local considerado como grau de risco três devido às operações insalubres, à exposição do trabalhador a agentes biológicos (vírus, fungos, bactérias) que causam as mais diversas infecções. Os autores ainda salientam outros riscos que podem ser prejudiciais à saúde dos trabalhadores, aos quais estes estão expostos e que são consequências de fatores físicos, químicos, psicossociais e ergonômicos (MARZIALE; CARVALHO, 1998).

Para Dias *et al* (2005) no hospital o serviço de enfermagem é imprescindível para que ocorra o tratamento dos pacientes, no entanto quando este trabalho é prejudicado pelas condições precárias com que são oferecidos traz como consequências acidentes, desmotivação, estresse e fadiga mental.

Alguns trabalhadores quando expostos de forma crônica ao estresse desenvolvem, como resposta a Síndrome de Burnout, que se caracteriza pela desmotivação, desinteresse, mal-estar interno ou insatisfação ocupacional. Esta síndrome afeta normalmente os profissionais que lidam com outras pessoas e que resolvem problemas dos outros profissionais. São acometidos de condutas negativas onde ocorre diminuição do rendimento, perda de responsabilidade, atitudes passivo-agressivas com os outros e perda da motivação. (BALLONE, 2005).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A qualidade de vida pode ser considerada fator essencial para todo ser humano. Porém, manter essa qualidade não é uma tarefa fácil, pois o cotidiano apresenta vários fatores de estresse que afetam de maneira negativa o ser humano tanto fisicamente quanto psicologicamente.

O estresse é uma doença crônica recorrente que, em longo prazo, pode ocasionar incapacidade para o trabalho. Sendo assim, o estresse ocupacional nada mais é que o estresse que provém do trabalho, podendo ser desencadeado por: pressão, longas jornadas, insatisfação, conflitos entre funcionários, atraso de pagamento, etc. A profissão do enfermeiro constitui a classe que mais está exposta aos riscos de desenvolvimento de um quadro de estresse, pois o contato excessivo do mesmo com os pacientes em ambiente hospitalar acarretam várias jornadas de trabalho sem descanso.

Muitas consequências provém da exposição do enfermeiro aos seus estressores, consequências essas que vão desde a um quadro de ansiedade, até doenças ou levar a óbito em casos mais graves. Portanto, é possível afirmar que a hipótese deste trabalho foi validada, pois as interferências que acarretam o estresse na vida do profissional enfermeiro são desencadeadas pelas más condições de trabalho, má remuneração, falta de material, conflitos entre equipe e falta de reconhecimento profissional, o que de certa forma irá interferir diretamente na qualidade de vida e saúde dos profissionais e da sociedade ao qual eles prestam serviço.

REFERÊNCIAS

ARANTES, M.J.F.V. **Estresse ou stress?** Casa do Psicólogo, São Paulo, 2002.

ARAGÃO, E.I.S.; VIEIRA, S.S.; ALVES, M.G.G.; SANTOS, A.F. **Suporte social e estresse: uma revisão da literatura.** Psicologia em foco, v.2, Jan./jun, 2009.

BIANCHI, E.R.F. **Enfermeiro hospitalar e o stress.** Revista Escola Enfermagem – UPS, v. 34, p. 390-4, dez. 2000.

BAUER, M.E. **Estresse: como ele abala as defesas do organismo.** 2002.

BIANCHI, E.R.F. **Stress entre enfermeiros hospitalares.** Escola de Enfermagem/USP, São Paulo, 2006.

BALLONE, G.J. **Estresse – Introdução.** *In.* PsiqWeb, 2005.

BATISTA, K.M; BIANCHI, E.R.F. **Estresse do enfermeiro em unidade de emergência.** Ribeirão Preto. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2006. v. 14, p. 534 – 539,.

CANTOS, G.A. **Prevalência de fatores de risco de doença arterial coronária em funcionários de hospital universitário e sua correlação com estresse psicológico.** Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial, Rio de Janeiro, v.40, n.4, p.240-247, 2004.

CAMELO, S.H.H.; ANGERAMI, E.L.S. **Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, v.12, n.1, p14-21, 2004.

De Martino M.M.F., Pafaro R.C. **Estudo do Estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um Hospital de Oncologia Pediátrica de Campinas.** Dissertação de Mestrado pelo Departamento de Enfermagem da UNICAMP, 2002.

DIAS, S.M.M.*et al.* **Fatores desmotivacionais ocasionados pelo estresse de enfermeiros em ambiente hospitalar.**São Paulo. *In:* VIII SEMEAD – Seminários em Administração FEA-USP, 2005.

FONTANA, D. **Estresse: faça dele um aliado e exercite a autodefesa.** São Paulo: Saraiva, 1994.

FERRAREZE, M.V.G; FERREIRA, V; CARVALHO, A.M.P. **Estresse ocupacional.** São Paulo, v. 19, n. 3, 2006.

GUIDO, L.A. **Estress e coping entre enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica.** São Paulo, 2003.

HOUAISS, A.; VILLAR, M.S.; FRANCO, F.M. **Dicionário da Língua Portuguesa.** Rio de Janeiro, 1 ed., 2001.

LAUTERT, L. **O Processo de Enfrentamento do Estresse no Trabalho Hospitalar: Um estudo com enfermeiras.** In: Haag, Guadalupe Scarparo; Lopes, Marta Júlia Marques; Schuck, Janete da Silva. **A enfermagem e a saúde dos trabalhadores.** Goiânia: AB, 2001. 152 p. p.114-140.

LENTINE, E.C.; SONODA, T.K.; BIAZIN, D.T. **Estresse de profissionais de saúde das Unidades Básicas do município de Londrina.** Revista Terra e Cultura, Londrina, v.19, n.37, 2003.

LINCH, G.F.C; GUIDO, L.A; UMANN, J. **Estresse e profissionais da saúde: produção do conhecimento no centro de ensino e pesquisas em enfermagem.** Santa Maria, p.542-547. 2010.

Lipp, M.E.N.. **Como enfrentar o stresss.** Ed. Ícone ; Campinas ,2000.

LIPP, M.E.N; MALAGRIS, L.E.N. **O stress emocional e seu tratamento.** In B. Rangé (Org). **Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria** (pp.475-490). Porto Alegre: Artmed, 2001.

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

MARTINS, L.M.M.; BRONZATTI, J.A.G.; VIEIRA, C.S.C.A.; PARRA, S.H.B.; SILVA, Y.B. **Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação.** Revista Escolar de Enfermagem USP, v.34, 2000.

MARTINS, L.G; JARDIM, L.M; BUCHERONI, M.S.M; TOLEDO, M.F.L.; FURQUIM, P. M; OLIVEIRA, R.M.R.; LELLI, S.A; MENEGUETTI, V.R.S; NEVES, Y.M.C. **Fontes de stress ocupacional na equipe de auxiliares de enfermagem do Hospital e Maternidade Celso Pierrô.** Trabalho de conclusão do curso de Especialização em Psicologia na Saúde não-publicada, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, 1996.

MARZIALE, M.H.P; CARVALHO, E. **Campo de Condições ergonômicas do trabalho da equipe de enfermagem em unidade de internação de cardiologia.**Ribeirão Preto. Rev. Latino-am. Enfermagem. v. 6, n. 1, p. 99-117, janeiro 1998.

MEYER EL. **A Atividade Física como Instrumento de Redução do Estresse em Professores do Ensino Médio.** Vilarte R; Gutierrez C L. (Orgs.). **Qualidade de Vida em Propostas de Intervenção Corporativa.** Campinas, SP: IPES Editorial, 2007.p. 101-108.

McEWEN, B.S.; LASLEY, E.N. **O fim do estresse como nós o conhecemos.** Tradução Laura Coimbra, Rio de Janeiro: Nova Fronteira, p.15-139, 2003

MUROFUSE, N.T; ABRANCHES, S.S; NAPOLEAO, A.A. **Reflections on stress and Burnout and their relationship with nursing.** Ribeirão Preto. Rev.Latino-Am. Enfermagem. v. 13, n. 2, 2005.

PEREIRA, M.E.R., BUENO, S.M.V. **Laser – Um caminho para avaliar as tensões no ambiente de trabalho em UTI: uma concepção da equipe de enfermagem.** Revista Latino – americana de Enfermagem, p. 75-83, 1997.

PITTA, A.M.F. **Hospital: dor e morte como ofício.** 4. Ed. São Paulo: Hucitec, 1999.

RODRIGUES, A.B; CHAVES, E.C. **Stressing factors and coping strategies used by oncology nurses.** Ribeirão Preto. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 16, n. 1,2008.

ROSSI, A.M. **Estressores ocupacionais e diferenças de gênero.** Atlas, São Paulo, p. 9-18, 2005.

SANTOS, J.M; OLIVEIRA, E.B; MOREIRA, A.C. **Estresse.** Rio de Janeiro.Revista Enfermagem UERJ, v.14, n.4, 580-585, out-dez, 2006.

STACCIARINI J.M.R.; TRÓCOLI, B.T. **Estresse Ocupacional.** Universidade de Brasília, Brasília DF, p. 187-205, 2002.

STACCIARINI, J.M.R.; TRÓCCOLI, B.T. **Instrumento para mensurar o estresse ocupacional: inventário de estresse em enfermeiros (IEE).** Ribeirão Preto. Revista Latino-americana de Enfermagem, v. 8 – n. 6 – p. 40-49 – dez, 2000.

STACCIARINI, J.M.R.; TRÓCOLI, B.T. **O stress na atividade ocupacional do enfermeiro.** Revista Latino-americana de Enfermagem, 2001

STUMM, E.M.F. **O estresse de equipe de enfermagem que atuam em Unidades de Centro Cirúrgico, nos Hospitais da cidade de Ijuí.** Dissertação de Mestrado em Administração. Porto Alegre, RS: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2000.

VARELLA D. **Estresse.** 2012.