



ESTRESSE PSICOLÓGICO NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

PSYCHOLOGICAL STRESS IN NURSING PROFESSIONALS

¹Paulo Henrique Santana Feitosa Sousa, ²Thaynara Fontes Almeida, ³Marcel Vinicius Cunha Azevedo, ⁴Beatriz Melo de Souza, ⁴Ana Josefa de Menezes Oliveira, ⁵Gilverton Melo Santos Júnior

¹Enfermeiro. Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, Emergência e Unidade de Terapia Intensiva. Docente na Faculdade de Aracaju e Preceptor no Centro Universitário Estácio de Sergipe. Aracaju/SE, Brasil. E-mail: paulo.henrique@hotmail.com.

²Enfermeira. Especialista em Atenção Hospitalar à Saúde e Auditoria no Setor de Enfermagem. Centro Universitário Estácio de Sergipe. Aracaju/SE, Brasil.

³Enfermeiro. Mestre em Saúde da Família. Docente e coordenador do curso de graduação em enfermagem do Centro Universitário Estácio de Sergipe. Aracaju/SE, Brasil.

⁴Graduanda do curso de enfermagem do Centro Universitário Estácio de Sergipe. Aracaju/SE, Brasil.

⁵Graduando do curso de enfermagem do Centro Universitário Estácio de Sergipe. Aracaju/SE, Brasil. Recebido em 25/05/2020. Aprovado em 10/07/2020.

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

RESUMO

O estresse se tornou parte do dia a dia, principalmente no exercício do labor e vem acometendo cada vez mais os profissionais de enfermagem pois os mesmos lidam diariamente com fatores estressantes, tais como sobrecarga de trabalho e falta de insumos, comprometendo seu bem-estar físico-mental assim como a qualidade da sua assistência. Diante dos efeitos nocivos do estresse laboral à saúde dos profissionais de enfermagem e do pouco conhecimento a respeito do problema se faz necessária a investigação sobre a temática a fim de prevenir o estresse ocupacional. O estudo objetivou identificar os principais fatores que desencadeiam o estresse psicológico nos profissionais de enfermagem. Trata-se de uma revisão integrativa, de caráter descritivo, utilizadas publicações científicas de enfermagem que buscou artigos indexados nas bases de dados Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura (MEDLINE). Os fatores estressantes mais prevalentes são: sobrecarga de trabalho, alta demanda, relações interpessoais e falta de comprometimento, falta de recompensa, falta de reconhecimento e sentimento de tristeza em não prestar a assistência adequada ou com as perdas. Sendo assim, se faz necessário a implementação de estratégias que objetivem a diminuição de fatores de risco, auxiliando a equipe de enfermagem na realização da sua assistência de forma segura e eficaz, por conseguinte trazendo melhorias à qualidade de vida dos profissionais e à qualidade da assistência prestada aos pacientes.

Descritores: Estresse psicológico. Esgotamento profissional. Burnout.

ABSTRACT

Stress has become part of everyday life, mainly in the exercise of work and has been increasingly affecting nursing professionals as they deal with stressful factors on a daily basis, such as work overload and lack of supplies, compromising their physical well-being. mental health as well as the quality of your care. In view of the harmful effects of occupational stress on the health of nursing professionals and the little knowledge about the problem, research on the theme is necessary in order to prevent occupational stress. The study aimed to identify the main factors that trigger psychological stress in nursing professionals. It is an integrative review, of a descriptive character, used scientific nursing publications searched articles indexed in the databases Latin American Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) and Online Search System and Literature Analysis (MEDLINE). The most prevalent stressors are: work overload, high demand, interpersonal relationships and lack of commitment, lack of reward, lack of recognition and feeling of sadness for not providing adequate assistance or with losses. Therefore, it is necessary to implement strategies that aim to reduce risk factors, assisting the nursing team in carrying out their care in a safe and effective manner, thus bringing improvements to the quality of life of professionals and quality of care provided to patients. patients.

Descriptors: Psychological stress. Professional exhaustion. Burnout.

INTRODUÇÃO

É de conhecimento que o estresse se tornou algo que faz parte do cotidiano, principalmente dos profissionais de saúde e a enfermagem, como prática social, não fica livre. É necessário compreender alguns fatores relacionados ao estresse, para a busca de soluções (WITTRATOCHINSKI *et al.*, 2016).

No ambiente de trabalho da enfermagem, os trabalhadores lidam com situações complexas como pressão do tempo, falta de pessoal e insumos, demanda crescente e alto desempenho visando uma melhor qualidade na assistência (PINHATTI *et al.*, 2018).

Os principais fatores estressores ocupacionais estão relacionados às unidades específicas, como Unidades de Terapia Intensiva (UTI), as emergências e os serviços especializados. Entre os efeitos negativos acarretados pelo estresse ocupacional no profissional são observados transtornos tanto físico e psíquico, quanto comportamental (PUERTO *et al.*, 2017).

Considerando as consequências do esgotamento profissional, buscar formas para entender e minimizar os problemas associados é uma maneira de avançar na qualidade da assistência dos profissionais, assim como instituir práticas de atenção primária no país resulta em uma maior humanização do trabalho em saúde (MARTINS *et al.*, 2014).

Desde 1999, a previdência social classifica como doença ocupacional a Síndrome de Burnout. A Síndrome de Burnout ou síndrome do esgotamento profissional, é definida pelo Ministério da Saúde como uma resposta a estressores emocionais e interpessoais crônicos no ambiente de trabalho. Também a incluiu na relação de doenças ocupacionais classificando-a como um transtorno mental e do comportamento relacionado ao trabalho, por meio do CID (Código Internacional de Doenças) código Z73.0 (OMS, 2000; BEMEVIDES-PEREIRA, A.M.T., 2003).

Ela é definida como uma resposta crônica aos estressores interpessoais resultantes do ambiente de trabalho. Essa definição alcança uma perspectiva sociopsicológica e é a mais aceita. A síndrome é ainda constituída por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho (CARDOSO *et al.*, 2017).

Marques *et al.* (2015) em seu estudo demonstraram que a maior frequência de

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

afastamentos é registrada na faixa etária de 41 a 50 anos. O estudo mostra também a predominância do sexo feminino no absenteísmo com 92,9% dos casos, o qual se justifica pelo perfil do trabalhador de enfermagem ser formado predominantemente por mulheres.

Diante do contexto do processo de trabalho na área de saúde, dos efeitos nocivos do estresse laboral à saúde física e mental dos profissionais de saúde e do pouco conhecimento a respeito do problema se faz necessário a investigação sobre a temática a fim de prevenir o estresse ocupacional, visando melhorar o bem-estar do indivíduo (RIBEIRO *et al.*, 2018).

A justificativa para a realização deste estudo surgiu a partir da grande ocorrência de estresse psicológico nos profissionais de enfermagem, relacionado à sobrecarga de trabalho registrada nas bases científicas e da necessidade da tomada de decisões da parte dos empregadores para mudança desta realidade. Assim, o presente estudo objetivou identificar através das bases bibliográficas os principais fatores que desencadeiam o estresse psicológico nos profissionais de enfermagem.

METODOLOGIA

O estudo utiliza como método a revisão integrativa da literatura de caráter descritivo. Para construção do estudo, foram adotadas as etapas seguintes: Formulação das questões norteadoras e objetivos da pesquisa; escolha das amostras, critérios de inclusão e exclusão dos artigos; busca na literatura; discussão dos resultados; apresentação do trabalho científico (PRAÇA, 2015). Para orientar a pesquisa, formulou-se a seguinte questão norteadora: Quais fatores de risco desencadeiam estresse psicológico nos profissionais de enfermagem?

A pesquisa dos artigos foi realizada entre os meses de março e junho de 2019, indexadas nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura (MEDLINE). Foram utilizados os seguintes descritores, de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DECS): estresse psicológico, esgotamento profissional e Burnout. Salienta-se o uso *and* como operador booleano.

Os critérios de inclusão foram: artigos originais, textos completos, disponíveis em português e recorte temporal entre os anos de 2013 a 2019. Foram definidos como

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

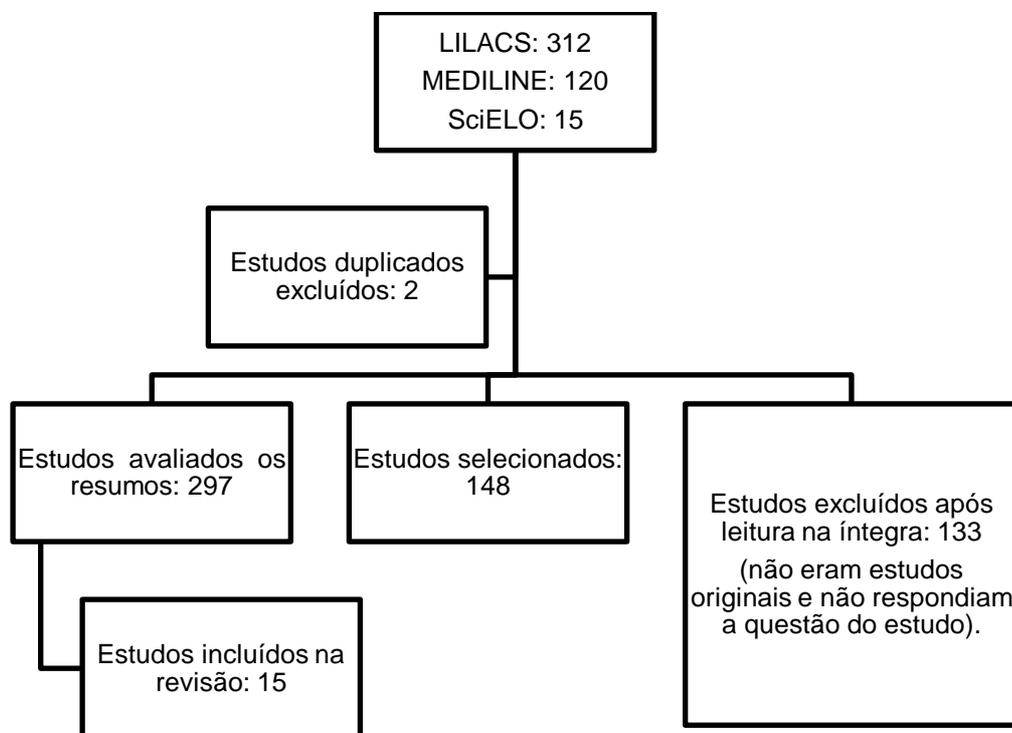
critérios de exclusão: trabalhos que não apresentassem resumos na íntegra nas bases de dados e duplicidade de artigos. Os dados foram analisados por meio do programa Microsoft Office Excel versão 2013, e expressos em gráficos e tabelas.

O estudo foi desenvolvido respeitando a lei dos direitos autorais, 12.853/13. Essa Lei regula os direitos autorais, entendendo-se sob esta denominação, os direitos de autor e os que lhes são conexos.

RESULTADOS

Para construção desta revisão, foi realizada uma busca nas bases de dados LILACS, MELINE e SciELO na qual foram encontrados 312, 120 e 15 artigos, respectivamente. Destes, foram excluídos 2 artigos por estarem duplicados nas bases, 297 após leitura do título e resumo e 133 artigos por não serem estudos originais e/ou não responderem à questão norteadora. Sendo assim, a partir das análises feitas para a construção desta revisão, apenas 15 artigos se encaixaram nos critérios de inclusão e permitiram a elaboração dos resultados e discussão (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma de identificação, seleção e inclusão dos estudos da revisão integrativa. Aracaju, Sergipe, 2019.



Fonte: Elaborado pelos autores.

Do material obtido, foi elaborado um instrumento para coleta de informações, a fim de responder as questões norteadoras desta revisão, em ordem decrescente,

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

composto pelos seguintes itens: título do artigo, objetivo, metodologia, autor/ano e fatores desencadeantes de publicação (Quadro 1).

Quadro 1 - Artigos utilizados para o embasamento teórico desta pesquisa. Aracaju, Sergipe, 2019.

TÍTULO	OBJETIVO	METODOLOGIA	AUTOR/ANO	FATORES DESENCADEANTES
Estresse Ocupacional: Exposição da Equipe de Enfermagem de uma Unidade de Emergência	Descrever os fatores estressores para a equipe de enfermagem de setor de emergência de um hospital público.	Estudo qualitativo	SANTOS <i>et al.</i> , 2019.	Sobrecarga de trabalho, demanda maior do que as condições assistenciais da equipe e o número insuficiente de profissionais da enfermagem no setor.
Angústias Psicológicas Vivenciadas por Enfermeiros no Trabalho com Pacientes em Processo de Morte: Estudo Clínico-Qualitativo	Conhecer as angústias vivenciadas pelos enfermeiros no trabalho com paciente em risco ou em processo de morte em uma unidade hemato oncológica	Estudo Clínico-Qualitativo.	BASOS; QUINTANA; CARNEVALE, 2018.	A morte do paciente infantil tem o significado de impotência, tristeza e desesperança. Os enfermeiros, ao longo do processo de trabalho, têm insights sobre como a sua relação com o trabalho poderia ser melhorada, porém, no momento do sofrimento, a preocupação dos enfermeiros não foi ouvida.
Aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios psíquicos menores na enfermagem: uso de modelos combinados	Analisar o uso de modelos combinados para a avaliação dos aspectos psicossociais no trabalho e sua associação com a prevalência de Distúrbios Psíquicos Menores entre trabalhadores da enfermagem.	Estudo transversal	PINHATTI <i>et al.</i> , 2018.	Os achados deste estudo encontraram associações consistentes entre demandas de trabalho, níveis de controle, apoio social, esforço extrínseco, recompensa, comprometimento excessivo e os DPM.
Burnout, estresse percebido e satisfação no trabalho entre enfermeiros de trauma em um centro de trauma de rede de segurança nível I.	Explorar os níveis de burnout, estresse e satisfação no trabalho em enfermeiras que prestam assistência a pacientes traumatizados em um trauma de rede nível 1.	Estudo transversal	MUNNANGI <i>et al.</i> , 2018.	O grau de exaustão emocional vivenciado pelos enfermeiros variou com o local de trabalho e foi maior nos enfermeiros das unidades de terapia intensiva cirúrgica.
Estresse ocupacional	Avaliar o estresse	Estudo qualitativo,	RIBEIRO <i>et al.</i> , 2017.	Os participantes apresentaram alta

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário	ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário	descritivo e de corte transversal		demanda e alto controle do trabalho e baixo apoio social, indicando um trabalho ativo. Os enfermeiros tiveram menor controle sobre o trabalho e os médicos receberam maior apoio social. Apoio social reduzido esteve relacionado à maior exposição ao estresse entre os auxiliares e técnicos de enfermagem
Estresse ocupacional: estressores referidos pela equipe de enfermagem.	Identificar os estressores ocupacionais referidos pela equipe de enfermagem.	Estudo descritivo e qualitativo	UENO <i>et al.</i> , 2017.	Demandas de trabalho, pressão emocional, falta de reconhecimento profissional e dificuldades no relacionamento interpessoal
Uma nova contribuição para a classificação dos fatores estressores que afetam os profissionais de enfermagem.	Identificar e classificar os principais fatores ocupacionais mais estressantes que afetam os profissionais de enfermagem nas unidades médicas hospitalares.	Estudo quantitativo, descritivo e prospectivo realizado com a técnica Delphi.	PUERTO <i>et al.</i> , 2017.	Os fatores estressores foram a sobrecarga de trabalho, interrupções frequentes durante a execução de suas tarefas, trabalhar em horário noturno, a simultaneidade em executar tarefas diferentes, não ter tempo suficiente para dar apoio emocional ao paciente ou a falta de tempo para alguns pacientes que necessitem, entre outros.
Riscos psicossociais relacionados ao trabalho: percepção dos profissionais de enfermagem.	Analisar as percepções dos trabalhadores da enfermagem, de equipes de saúde da família, sobre a presença de possíveis riscos psicossociais no desempenho de suas atividades laborais.	Estudo exploratório, qualitativo.	ARAÚJO; PENAFORTE, 2016.	O estudo revelou riscos psicossociais relacionados ao trabalho das equipes de saúde da família, como: falta de preparo e capacitação; sobrecarga de papéis; longas horas de trabalho e recursos materiais insuficientes.
Estresse do enfermeiro que atua em unidade de internação	Analisar o estresse no trabalho do enfermeiro de unidade em internação e relacionar com a percepção do estresse e a	Estudo quantitativo, descritivo e transversal.	SIMONETTI; BIANCHI, 2016.	Relações interpessoais, coordenação das atividades da unidade, condições de trabalho para o exercício de sua profissão e baixa de valorização no trabalho.

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

	valorização no trabalho			
O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática	Realizar uma revisão sistemática da produção científica realizada a respeito do tema stress em enfermeiros.	Revisão sistemática	WITTRATOC HINSKI <i>et al.</i> , 2016.	O profissional de enfermagem está suscetível continuamente ao estresse que pode ser provocado por diversos fatores, entre eles a dupla jornada de trabalho, a rotina, e a preocupação com o outro. Outro resultado identificado é que este grupo apresenta sintomas de estresse tanto físico quanto psicológico.
Processo de trabalho e seu impacto nos profissionais de enfermagem em serviço de saúde mental.	Analisar o processo de trabalho e seu impacto nos profissionais de Enfermagem em serviço de saúde mental destinado à atenção aos usuários de substâncias psicoativas.	Estudo transversal	SOUZA <i>et al.</i> , 2015.	Foram identificadas sobrecargas de trabalho que interferiram na satisfação percebida pelos trabalhadores e refletiram em sua saúde física e psíquica.
O absenteísmo – doença da equipe de enfermagem de um hospital universitário	Analisar o absenteísmo – doença da equipe de enfermagem	Estudo retrospectivo com abordagem quantitativa	MARQUES <i>et al.</i> , 2015.	Dos 602 trabalhadores, 435 apresentaram 1574 atestados médicos. As doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo, seguidas dos transtornos mentais e comportamentais foram as principais causadoras de licenças médicas. A categoria profissional que apresentou maior número de atestados médicos foi a de técnico em enfermagem.
Prevalência de transtornos mentais comuns em trabalhadores de enfermagem em um hospital da Bahia.	Descrever a prevalência de “suspeitos” de transtornos mentais comuns (TMC) em trabalhadores de enfermagem em um hospital geral, no estrado da Bahia.	Estudo epidemiológico, de corte transversal	RODRIGUES <i>et al.</i> , 2014.	Os resultados obtidos apontam que as condições de trabalho e saúde observadas, não são adequadas para a efetiva realização do trabalho de enfermagem no hospital estudado.
Esgotamento entre profissionais da Atenção	Avaliar o esgotamento profissional (EP) entre trabalhadores	Estudo descritivo exploratório.	MARTINS <i>et al.</i> , 2014.	Esgotamento profissional, variáveis sociodemográficas, aspectos do trabalho,

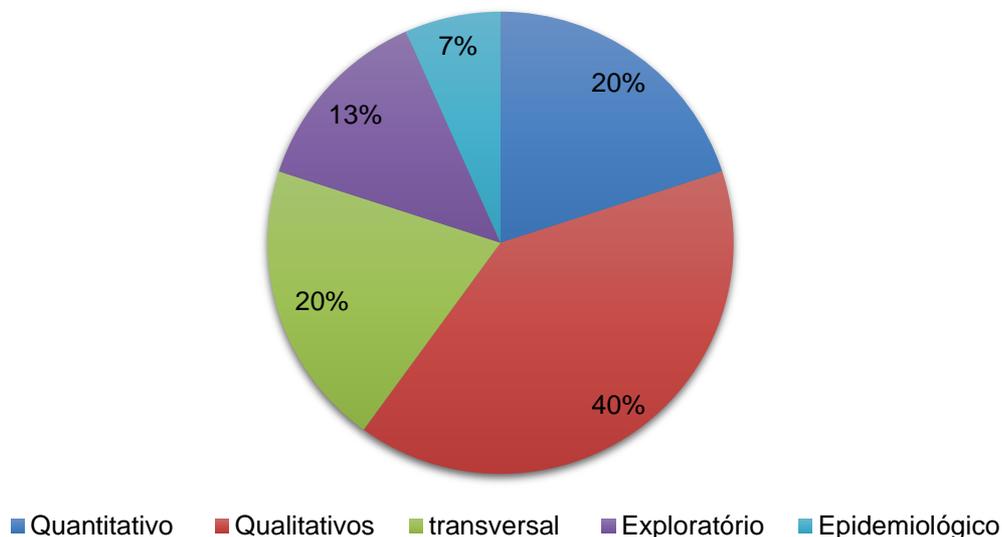
Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

Primária à Saúde.	da Atenção Primária à Saúde em três municípios de pequeno porte da Zona da Mata Mineira			estilos de vida, características ambientais de vulnerabilidade e percepção de risco.
Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho.	Investigar os principais agentes estressores nos trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho; verificar os principais sinais e sintomas indicadores de estresse.	Estudo descritivo e qualitativo	LIMA <i>et al.</i> , 2013.	O estudo revelou vários fatores levando ao estresse, com destaque para insatisfação salarial (83%), falta de lazer (73%) e sobrecarga de trabalho (60%), potencialmente prejudiciais à qualidade da assistência.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Constatou-se a predominância de estudos de caráter qualitativos 6 (35%), quantitativos 3 (20%) e transversais 3 (20%) (Figura 2).

Figura 2 - Classificação dos artigos em relação ao tipo de metodologia adotada. Aracaju, Sergipe, 2019.



Fonte: elaborado pelos autores.

Na Tabela 1, observam-se dados quanto à relação dos casos de estresse psicológico e os setores específicos de assistência de enfermagem. Foram identificados os fatores estressantes relacionados pelos autores e a quantidade de vezes que eles foram citados nos artigos avaliados (Tabela 2).

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

Tabela 1 - Setores que propiciam o desenvolvimento de estresse psicológico. Aracaju, Sergipe, 2019.

Autor/ Ano	Setor
SANTOS <i>et al.</i> , 2019	Unidades de emergência
BASTOS; CARNEVALE; QUINTANA, 2018	Ambulatórios quimioterápicos e internação infantil
PUERTO <i>et al.</i> , 2017	Unidades de terapia intensiva
UENO <i>et al.</i> , 2017	Oncologia

Fonte: Elaborado pelos autores.

Tabela 2 - Fatores estressantes citados nos estudos avaliados. Aracaju – SE, 2019.

Fatores estressantes	Nº de artigos que os citaram
Sobrecarga de trabalho	06
Alta demanda de trabalho	06
Relações interpessoais e falta de comprometimento	03
Falta de recompensa	03
Falta de reconhecimento	03
Sentimento de tristeza em não prestar a assistência adequada ou com as perdas	03
Níveis de controle comprometidos	02
Longas e/ou duplas jornadas de trabalho	02
Recursos humanos insuficientes	01
Recursos materiais insuficientes	01
Pressão emocional	01
Jornada noturna	01
Falta de preparo e capacitação	01
Percepção de risco/vulnerabilidade	01
Falta de lazer	01
Esforço extrínseco	01

Fonte: Elaborado pelos autores.

DISCUSSÃO

Sobrecarga de trabalho, alta demanda, relações interpessoais e falta de comprometimento, falta de recompensa, falta de reconhecimento e sentimento de tristeza em não prestar a assistência adequada ou com as perdas, são os fatores estressantes mais prevaletentes. No decorrer da construção dessa revisão, foi possível perceber a falta de estudos sobre as formas de minimizar os fatores estressores, referidos no campo de atuação dos profissionais de enfermagem.

Os profissionais de Enfermagem estão expostos a vários fatores de desgaste,

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

sendo que o psicológico é atingido com mais intensidade que o físico, resultando na insatisfação com a atividade laboral e no comprometimento na saúde física dos trabalhadores (SOUZA *et al.*, 2015).

Segundo Pinhatti *et al.* (2018), no ambiente de trabalho da enfermagem, há muitas exigências com as quais os trabalhadores precisam lidar, como situações complexas, pressão do tempo, falta de pessoal e insumos, demanda crescente e alto desempenho, visando uma melhor qualidade na assistência.

Com o objetivo de melhorar a qualidade da assistência os Serviços de Saúde aumentam as exigências sobre a equipe de enfermagem, mas não dão condições de trabalho para garantir o alcance deste objetivo. Logo, o resultado é o adoecimento da equipe e o comprometimento dos índices de qualidade da assistência.

Devido a condições socioeconômicas desfavoráveis e baixos salários, muitos profissionais de enfermagem assumem dupla jornada de trabalho em turnos distintos, comprometendo sua qualidade de vida (LIMA *et al.*, 2013). Rodrigues *et al.* (2014), corroboram com um estudo demonstrando que os trabalhadores de enfermagem que apresentaram baixa remuneração se envolvem em outras atividades em busca do aumento da renda mensal, ocasionando uma sobrecarga de trabalho.

Sobrecarga de trabalho e longas jornadas são citadas 08 vezes nos estudos analisados como fatores estressantes. Uma das razões que levam o profissional a se submeter à esta situação, é a baixa remuneração, citada 03 vezes como outro fator. A legislação brasileira deixa o trabalhador de enfermagem em situação de vulnerabilidade à medida que não estabelece um piso salarial e carga horária máxima.

As várias reflexões sobre o sofrimento psíquico sofrido pela enfermagem influenciam não apenas no processo de assistência de saúde como também na perda da autonomia profissional, uma vez que o profissional sente dificuldade em exteriorizar as angústias vivenciadas no trabalho (BASTOS; CARNEVALE; QUINTANA, 2018).

Puerto *et al.* (2017), afirmam que os principais fatores estressores ocupacionais estão relacionados às unidades específicas, como Unidades de Terapia Intensiva (UTI), às emergências e aos serviços especializados. SANTOS *et al.* (2019), reafirmam que a sobrecarga de trabalho e o ambiente favorável para o desenvolvimento de estresse ocupacional em profissionais de enfermagem, ocorre, comumente, nas unidades de urgência. Não obstante, o enfermeiro que trabalha em

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

uma Unidade de Internação também está exposto a fatores estressores no seu cotidiano de trabalho e pode desencadear doenças que modificam sua qualidade de vida (SIMONETTI *et al.*, 2016).

Segundo Araújo e Penaforte (2016), percebe-se que o ambiente de trabalho que tem poucas condições estruturais, recursos de materiais insuficientes, com problemas variados e pouca resolutividade, ocasiona um desgaste físico e mental nos profissionais.

Além das condições citadas que tornam o ambiente mais adoecedor, os ambientes de trabalho de Urgências e UTI são permeados de situações críticas que requerem preparo científico, psicológico, raciocínio crítico e clínico bem como controle emocional para tratar dos pacientes de forma ágil e lidar com as perdas ocasionadas pelo processo de adoecimento. Falta de preparo e capacitação, alta demanda, pressão emocional e sentimento de tristeza com as limitações na assistência são fatores trazidos em mais de 10 dos estudos avaliados.

A existência de condições que desencadeiam sofrimento, estresse e ansiedade é uma realidade não mais contestada. No entanto, as repercussões sobre a saúde dos trabalhadores que são expostos a fatores estressantes ainda são pouco conhecidas (RODRIGUES *et al.*, 2014).

Sendo assim, faz-se necessário compreender as vivências do sujeito que está cuidando, dando voz ao mesmo que, por vezes, reprime sua angústia ao cuidar da dor do outro. Abordar essas vivências leva à reflexão quanto à prática do cuidar, uma vez que o processo de assistência é aprimorado através do aperfeiçoamento do enfermeiro, enquanto pessoa (BASTOS; CARNEVALE; QUINTANA, 2018).

Munnangi *et al.* (2018), afirmam a necessidade de manter uma constante avaliação dos estressores do exercício laboral e das estratégias de enfrentamento utilizada pelos colaboradores deve ser contínua.

Ribeiro *et al.* (2018), observaram que o baixo apoio social se mostra uma fonte de desgaste mental, resultando no surgimento de riscos à saúde do profissional. A alta demanda psicológica e o baixo apoio social no trabalho estão relacionados à diminuição da capacidade de exercer sua função e à percepção de saúde.

Observar os fatores estressores sob a perspectiva dos profissionais de enfermagem, pode contribuir na melhoria da gestão clínica, visando o aumento da

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

eficácia da organização e qualidade no ambiente laboral (PUERTO *et al.*, 2017).

Pinhatti *et al.* (2018), sugerem que as instituições invistam em redes de apoio, buscando melhorar os relacionamentos interpessoais no ambiente de trabalho, viabilizando meios que promovam o desenvolvimento profissional e pessoal, afim de diminuir os fatores que causam o adoecimento mental.

Tendo em vista a realidade dos profissionais, é necessária também à participação das instituições de saúde nas quais eles estão inseridos, no que se refere ao apoio emocional, uma vez que, assistido o sujeito, possa por meio da expressão de seus medos, gerenciar melhor seus conflitos morais inerentes à sua prática (BASTOS; CARNEVALE; QUINTANA, 2018).

Martins *et al.* (2014), corroboram afirmando que buscar formas para entender e minimizar os problemas associados é uma maneira de avançar na qualidade da assistência dos profissionais, assim como instituir práticas de atenção primária no país resulta em uma maior humanização do trabalho em saúde.

Santos *et al.* (2019), perceberam a necessidade de se discutir mais complexamente sobre as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem e da importância da implementação de ações que previnam o estresse ocupacional e na melhoria do ambiente de trabalho, garantindo assim a qualidade de vida dos profissionais.

Souza *et al.* (2015), constataram que os fatores que minimizam a sensação de sobrecarga são: trabalho em equipe interdisciplinar; melhor capacitação do enfermeiro; relação afetiva entre profissionais e usuários. Ressalta que o grau de satisfação com o trabalho está relacionado com a percepção de sobrecargas geradas pela atividade laboral.

Após conhecimento dos estressores, os profissionais podem buscar minimizar as fontes que geram o estresse, para melhorar a qualidade do trabalho e de vida, tendo em vista contratar novos profissionais para diminuição da sobrecarga de trabalho (UENO *et al.*, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Constatou-se a necessidade de implementação de estratégias que objetivem a diminuição de fatores de risco para o estresse entre os profissionais, auxiliando a equipe de enfermagem na realização da sua assistência de forma segura e eficaz,

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

trazendo melhorias a qualidade de vida dos profissionais e qualidade da assistência prestada aos pacientes.

De acordo com os fatores estressores evidenciados pelos autores, as instituições precisam adotar medidas que valorizem os profissionais, transformando-os em seus parceiros ativos, bem como utilizar processos para incentivar os membros da sua equipe e satisfazer suas necessidades individuais, incluindo boa remuneração e benefícios.

Desta forma é fundamental a capacitação das chefias e superiores, tornando-os capazes de compreender os problemas do ambiente de trabalho que comprometem a saúde e o desempenho de suas equipes, assim como atuarem de forma a solucionar ou reduzir os estressores, estimulando as relações interpessoais dentro do ambiente laboral.

É imprescindível que as instituições de saúde nas quais os profissionais estão inseridos, tenham um maior comprometimento no que se refere ao apoio psicossocial dos seus trabalhadores para que possam gerenciar melhor os conflitos específicos do seu labor.

Espera-se que o estudo contribua como um alerta para os profissionais de enfermagem quanto à importância do autocuidado, a partir da delimitação dos fatores que levam os mesmos a negligenciarem sua saúde física e mental, interferindo na sua assistência e na sua vida pessoal, assim como incutir a responsabilidade das instituições para com os seus trabalhadores, propiciando um ambiente de trabalho com cargas estressoras reduzidas e incentivando o enfrentamento dos problemas através do apoio psicológico.

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, S.T.; PENAFORTE, K.L., Riscos psicossociais relacionados ao trabalho: Percepção dos profissionais de enfermagem. **Rev enferm UFPE on line**. Recife, v.10, n.11, p. 3831-9, nov. 2016.

BASTOS, R.A.; QUINTANA, A.M.; CARNEVALE, F., Angústias psicológicas vivenciadas por enfermeiros no trabalho com pacientes em processo de morte: Estudo clínico-qualitativo. **Trends Psychol**. Ribeirão Preto, v. 26, n. 2, p. 795-805, Junho, 2018.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. O estado da arte do burnout no Brasil. **Revista Eletrônica InterAção Psy**. v.1, n.1, p. 4-11, 2003.

CARDOSO, H.F. *et al.*, Síndrome de burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. **Rev Psicol., Organ. Trab. online**. v.17, n. 2, p. 121-128, 2017.

LIMA, M. B. *et al.* Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**. v. 5, n. 1, p. 3259-3266, janeiro 2013.

MARQUES, D.O. *et al.*, O absenteísmo - doença da equipe de enfermagem de um hospital universitário. **Rev Bras Enferm**. v. 68, n. 5, p. 876-882. Outubro, 2015.

MARTINS, L.F. *et al.* Esgotamento entre profissionais da atenção primária à saúde. **Ciênc. saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v. 19 n. 12, p.4939-4750, Dezembro, 2014.

MUNNANGI, S. *et al.*, Burnout, estresse percebido e satisfação no trabalho entre enfermeiros de trauma em um centro de trauma de rede de segurança nível I. **Journal of Trauma Nursing**. v. 25, n.1, p.4-13, janeiro/fevereiro, 2018.

Organização Mundial da Saúde (OMS), Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde, décima revisão (CID10) (8a ed.). **Editora da Universidade de São Paulo**. São Paulo, 2000.

PINHATTI, E.D.G. *et al.*, Aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios psíquicos menores na enfermagem: uso de modelos combinados. **Rev. Latino-Americana de Enfermagem**. v. 26, p. 3068, março, 2018.

PUERTO, J.C. *et al.*, Uma nova contribuição para a classificação dos fatores estressores que afetam os profissionais de enfermagem. **Rev. Latino-Americana de Enfermagem**. Ribeirão Preto, v. 25, p. 2895, 2017.

RIBEIRO, R.P. *et al.*, Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. **Rev Gaúcha de Enfermagem**. Porto Alegre, v. 39, p. 65127, 2018.

RODRIGUES, E.P. *et al.*, Prevalência de transtornos mentais comuns em

Estresse psicológico nos profissionais de enfermagem|SOUSA, P. H. S. F.; ALMEIDA, T. F.; AZEVEDO, M. V. C.; SOUZA, B. M.; OLIVEIRA, A. J. M.; JUNIOR, G. M. S.

trabalhadores de enfermagem em um hospital da Bahia. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 67, n. 2, p. 296-301, 2014.

SANTOS, J.N.M.O. *et al.*, Estresse Ocupacional: Exposição da equipe de enfermagem de uma unidade de emergência. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**. v. 11, n. 2, p. 455-463, janeiro, 2019.

SIMONETTI, S.H.; BIANCHI, E.R.F., Estresse do enfermeiro que atua em unidade de internação, **Rev. enferm UFPE on line**. Recife, v. 10, n. 12, p. 4539-46, dezembro, 2016.

SOUZA, I.A.S. *et al.*, Processo de trabalho e seu impacto nos profissionais de enfermagem em serviço de saúde mental. **Acta paul. Enferm.** São Paulo, v. 28, n. 5, p. 447-453, agosto, 2015.

UENO, L.G.S. *et al.*, Estresse Ocupacional: Estressores referidos pela equipe de enfermagem. **Rev. enferm UFPE on line**. Recife, v. 11, n. 4, p.1632- 8, abril, 2017.

WITTRATOCHINSKI; *et al.* O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**. v. 20, n. 4, p. 341-346, 2016.