



ORIGINAL ARTICLE

INFLUENCE OF THE STRESS IN THE OCCUPATIONAL NURSES' HEALTH WHO WORKS IN HOSPITAL EMERGENCY

A INTERFERÊNCIA DO ESTRESSE NA SAÚDE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO QUE ATUA EM EMERGÊNCIA HOSPITALAR

LA INFLUENCIA DEL ESTRÉS EN LA SALUD OCUPACIONAL DE LAS ENFERMERAS QUE TRABAJAN EN EL HOSPITAL DE EMERGENCIA

Carla Castilho Martins¹, Geilsa Soraia Cavalcanti Valente²

ABSTRACT

Objectives: to describe the influences patterns of work of nurses in the hospital emergency on their mental health, identifying the types of nurses' perceptions of the risks of illness in their work and to discuss strategies for self-care performed by nurses of the emergency. **Methodology:** this is a qualitative, exploratory and descriptive study. Interviews were conducted with seven nurses, who agreed to participate in the study in accordance with Resolution 196/96 of CONEP whose project was approved by the research ethics under the HUAP record n. 001/2009. Data were transcribed and later analyzed from the thematic content analysis. **Results:** influences patterns of work of nurses in the emergency room for their mental health forms of perception nurse about the risks of illness in their work, and strategies of self-care performed by nurses of the hospital emergency. **Conclusion:** the symptoms and signs that are provided by the nursing professionals are related to the triggering factors of burn-out, and a pressing need for nursing professionals to pay attention to prevention of stress as a factor protecting their own health. **Descriptors:** emergency nursing; burnout professional; self-care; circadian rhythm; working conditions; ocupacional health; strategies.

RESUMO

Objetivos: descrever as influências do ritmo de trabalho do enfermeiro na emergência hospitalar na sua saúde mental; identificar as formas de percepção do enfermeiro quanto aos riscos de adoecimento no seu trabalho; discutir as estratégias de autocuidado realizadas pelo enfermeiro da emergência. **Metodologia:** trata-se de estudo qualitativo, do tipo exploratório e descritivo. Foram entrevistados sete enfermeiros, que aceitaram participar do estudo de acordo com a Resolução 196/96 do CONEP cujo projeto foi aprovado pelo Comitê de ética em pesquisa do HUAP sob registro n. 001/2009. Os dados foram transcritos e analisados posteriormente a partir da análise temática de conteúdo. **Resultados:** influências do ritmo de trabalho do enfermeiro na emergência hospitalar para a sua saúde mental; Formas de percepção do enfermeiro quanto aos riscos de adoecimento no seu trabalho; e Estratégias de autocuidado realizadas pelo enfermeiro da emergência hospitalar. **Conclusão:** os sintomas e sinais que são apresentados pelos profissionais da enfermagem estão relacionados com os fatores desencadeantes da Síndrome de Burn-out, sendo premente a necessidade do profissional de Enfermagem estar atento às formas de prevenção do estresse como um fator de proteção à sua própria saúde. **Descritores:** enfermagem em emergência; esgotamento profissional; autocuidado; ritmo circadiano; condições de trabalho; saúde do trabalhador; estratégias.

RESUMEN

Objetivos: describir los patrones de influencia del labor de las enfermeras en la emergencia de un hospital en su salud mental, la identificación de los tipos de percepciones de las enfermeras de los riesgos de la enfermedad en su trabajo y para discutir estrategias para el autocuidado realizados por personal de la emergencia. **Metodologia:** el estudio cualitativo, exploratorio y descriptivo. Se realizaron entrevistas con siete enfermeras, que aceptaron participar en el estudio, de conformidad con la Resolución 196/96 del CONEP y el proyecto fue aprobado por la ética de la investigación bajo el expediente HUAP n. 001/2009. Los datos fueron transcritas y posteriormente analizado en el análisis de contenido temático. **Resultados:** influye en las pautas de trabajo de las enfermeras en la sala de emergencias para sus formas de la salud mental de la percepción enfermera sobre los riesgos de la enfermedad en su trabajo, y estrategias de autocuidado realizadas por las enfermeras de la emergencia del hospital. **Conclusión:** los síntomas y signos que son prestados por los profesionales de enfermería están relacionados con los factores desencadenantes de burn-out, y una necesidad imperiosa para los profesionales de enfermería para prestar atención a la prevención del estrés como un factor la protección de su propia salud. **Descritores:** enfermería de urgencia; agotamiento profesional; autocuidado; ritmo circadiano; condiciones de trabajo; salud laboral; estrategias.

^{1,2}Universidade Federal Fluminense/UFF. Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mails: xcarlamartins@hotmail.com; geilsavalente@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

O estresse é uma resposta, tanto fisiológica como psicológica, do organismo às pressões externas.¹ Sob esta ótica, desenvolvemos este trabalho de conclusão de curso de Graduação, com a intenção de contribuir para o conhecimento dos problemas de saúde da classe trabalhadora de Enfermagem, destacando a influência da organização, da produção e da realidade institucional, na saúde mental do trabalhador.

A motivação partiu da percepção pelos relatos informais dos trabalhadores da emergência hospitalar sobre alterações psicológicas, principalmente queixas de estresse, cansaço mental, irritabilidade, sonolência, insônia, entre outras que acreditamos que sejam causadas ou intensificadas pelo trabalho desgastante que é o da emergência hospitalar.

Foi escolhido o setor de Emergência Hospitalar como cenário, visto que este é completamente diferenciado dos outros setores do hospital, caracterizado pelo ritmo intenso para a realização das atividades e o desgaste físico e mental é muito grande. O profissional que atua em locais como este, tem papel fundamental na realização das tarefas e sofre influências que refletirão sobre seus aspectos físicos e mentais, caracterizado pelo ritmo de trabalho intenso.²

A carga horária intensa, a tarefa assistencial, a relação enfermeiro-cliente e outras responsabilidades atribuídas ao enfermeiro são fatores estressantes importantes tanto devido ao desgaste físico quanto o mental, o que provavelmente leva-o a nível elevado de tensão, angústia e ansiedade ocasionando faltas, abandonos de tarefas, mudanças de empregos e problemas de saúde que podem levá-lo ao afastamento do trabalho temporário.

As jornadas de trabalho, para os profissionais de enfermagem de modo geral, são infinitas uma vez que acumulam diversos empregos por conta dos baixíssimos salários, sendo estes com execução de 36 a 48 horas consecutivas de trabalho diurno e noturno.³

Torna-se, portanto, necessário identificar os riscos de adoecimento, para que possamos preveni-los e minimizar seus efeitos. As alterações psicológicas vão sempre estar presentes nos trabalhadores, visto que nosso organismo tem a necessidade de se adequar às situações do ambiente e a tudo que acontece em sua volta, porém nem sempre essa adequação ocorre, o que acarreta um desgaste psicológico.

Para que seja minimizado o desgaste mental o próprio profissional deve definir o seu limite, a sua máxima capacidade de realizar determinado número de tarefas, para que o mesmo não se sinta exausto. Porém, na maioria das vezes ele só percebe qual é o seu limite quando já o ultrapassou e começa a apresentar algum sinal e/ou sintoma. Este é um alerta para que o profissional diminua seu ritmo e comece a se cuidar, entretanto isto nem sempre ocorre.

OBJETIVOS

- Descrever as influências do ritmo de trabalho do enfermeiro na emergência hospitalar para a sua saúde mental.
- Identificar as formas de percepção do enfermeiro quanto aos riscos de adoecimento no seu trabalho.
- Discutir as estratégias de autocuidado realizadas pelo enfermeiro da emergência.

METODOLOGIA

Trata-se de em um estudo qualitativo, do tipo exploratório e descritivo, que visa analisar a percepção do estresse ocupacional vivenciada por enfermeiros.

As pesquisas qualitativas são de caráter exploratório, ou seja, estimulam o pensar livre dos entrevistados sobre algum tema, objeto ou conceito. Por isso são utilizadas quando se busca percepções e entendimento sobre a natureza geral de determinada questão que se possui pouca informação, nas situações em que o fenômeno deve ser observado ou em que se deseja conhecer um processo, determinado aspecto psicológico complexo, ou um problema complexo, sem muitos dados de partida, abrindo assim espaço para a interpretação. Elas fazem emergir aspectos subjetivos e atingem motivações não explícitas, ou mesmo conscientes, porém de maneira espontânea.⁴

Os critérios de seleção dos sujeitos deste estudo foram: ser enfermeiro, trabalhar na emergência hospitalar há mais de três meses e aceitar participar da pesquisa. Sendo assim, foram entrevistados sete enfermeiros da Unidade de Emergência do Hospital Universitário Antônio Pedro (HUAP), localizado no Município de Niterói, no estado do Rio de Janeiro, os quais aceitaram participar após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e assinatura. Como forma de manter o anonimato dos depoentes quando forem citados. Os mesmos foram identificados com nomes de flores.

A técnica da coleta de dados realizada foi uma entrevista semi-estruturada, constituída

Valente GSC, Martins CC.

de três perguntas seguida de observação participante, sendo utilizado um diário de campo para anotação dos fatos observados durante a coleta de dados.

Quanto aos procedimentos de análise, os dados coletados na pesquisa de campo, foram transcritos e analisados posteriormente a partir da análise temática de conteúdo.

A análise de conteúdo pode ser entendida como "um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos, sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens".⁵

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal Fluminense, sob o número de protocolo 001/09, atendendo ao preconizado pela Resolução 196/96 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor visualização dos resultados obtidos, os dados foram agrupados em três categorias distintas, são elas: 1) Influências do ritmo de trabalho do enfermeiro na emergência hospitalar para a sua saúde mental; 2) Formas de percepção do enfermeiro quanto aos riscos de adoecimento no seu trabalho; 3) Estratégias de autocuidado realizadas pelo enfermeiro da emergência hospitalar.

Pela discussão dos dados foi demonstrada a forma em que o ambiente de trabalho e seus fatores interligados podem contribuir para o agravamento de problemas relacionados à saúde dos trabalhadores de enfermagem que atuam em emergência hospitalar e o que eles realizam como atividade de autocuidado para minimizar os seus efeitos.

• Categoria I: Influências do ritmo de trabalho do enfermeiro na emergência hospitalar para a sua saúde mental

Percebemos que existem as mais variadas formas de percepção a cerca da influência do ritmo de trabalho pelos enfermeiros.

[...] aqui num hospital universitário é muito complexo e atribulada [...], eu tenho que ver a emergência como um todo [...] (Azaléia)

[...] como sou a responsável pela organização do setor, pela divisão das tarefas, então eu acabo sendo a responsável pelo bom funcionamento do setor, o que é muito desgastante. (Camélia)

Influence of stress in the occupational health nurses...

[...] eu sou a responsável pelo gerenciamento do setor e do cuidado prestado ao cliente. (Begônia)

Historicamente, o enfermeiro tinha uma formação acadêmica voltada para a assistência, quando este começou a ter que se voltar para o cumprimento de tarefas burocráticas começou a apresentar um fator desencadeante do estresse, pois não é uma função que se aprendia na academia.⁶ Além disso, o enfermeiro de emergência deve atuar junto ao paciente, por tratar-se geralmente de casos graves, sendo assim, imprescindível a atuação deste profissional. Sem levar em consideração que as atividades administrativas do enfermeiro gastam muito tempo para a sua realização, quando este tempo poderia ser usado para um direcionamento direto à assistência ao paciente. Embora hoje em dia a administração faça parte do currículo da graduação, ainda assim o enfermeiro não sai da academia com facilidades para realizar este tipo de atividade.

Nos relatos dos depoentes, fica claro o acúmulo de funções destes profissionais, o que pode ser fator crucial para afetar-lhes a saúde mental. Além disso, ao acumular funções o enfermeiro não consegue dedicar-se de forma integral a nenhuma delas, o que o leva a realizá-las incompleta ou insuficiente, o que a posteriori pode levar a frustração por não conseguir realizar com êxito todas as atividades propostas a ele, o que também é um fator desencadeante de estresse.

A diminuição do envolvimento pessoal no trabalho, caracterizada pelo sentimento de diminuição de competência e de sucesso no trabalho, é considerada como um dos elementos centrais característicos da Síndrome de Esgotamento Profissional, também conhecida como Síndrome de Burn-out.⁷

Os profissionais relatam ainda que o que lhes incomoda realmente é o fato de as condições de trabalho não serem as melhores possíveis.

[...] o setor ter perdido a característica de emergência e ter virado um setor de internação [...] e a gente não tem tempo nem recurso para uma melhora na assistência, sem falar na "correria". (Margarida)

[...] eu sinto um desgaste, uma desmotivação não só no que se refere a mim, mas também ao restante da equipe e acho que isso se deve as condições de trabalho. (Lírio)

Fatores relacionados à estrutura do ambiente de trabalho, bem como a deficiência no número de funcionários da equipe de Enfermagem, são relatados como

Valente GSC, Martins CC.

estressores pelos enfermeiros de unidade de emergência.

Esta precariedade das condições de trabalho, somadas à dificuldade de convivência com os colegas de profissão, acarretam prejuízos na vida cotidiana privada deste trabalhador, tendo em vista que pela permanência no hospital, devido às escalas extras de plantões, os trabalhadores se vêem forçados a abdicar do seu lazer a favor de melhores condições salariais, mas, para isto, sacrificam parte do tempo dedicado à convivência familiar, o que gera um sentimento de vazio, fragilização dos laços afetivos e um estresse ocupacional.

O ambiente físico e o tempo mínimo para a realização da assistência de enfermagem apresentam-se como determinantes na carga de trabalho do enfermeiro. Além disto, o número reduzido de funcionários também pode ser apresentado como o desencadeador do ritmo acelerado de trabalho, devido ao fato de o profissional ter de realizar um grande aporte de tarefas as quais deveriam ser divididas com outros membros da equipe. Assim, o trabalho, quando realizado em condições insalubres e inseguras, tem influência direta sobre o bem-estar físico e psíquico do indivíduo.¹¹

• Categoria II: Formas de percepção do enfermeiro quanto aos riscos de adoecimento no seu trabalho.

Pudemos observar que o enfermeiro tem as mais variadas formas de perceber que está acontecendo algo errado e que ele está prestes a adoecer, porém devido às diversas influências do ritmo de trabalho que afeta este profissional na emergência hospitalar ele só para quando já está doente, como veremos a seguir.

Os entrevistados indicam o fato da existência de precárias condições de trabalho, grandes jornadas, falta de algum membro da equipe e o intenso ritmo de trabalho como sendo causa importante de adoecimento.

[...]pelo fato da falta de postura, pegar peso, etc, e além do fato de que eu já venho de longa data na profissão[...]. (Samambaia)

[...]a gente enfrenta muitos problemas, inclusive a falta de funcionários, o que nos leva a ter que realizar a técnica e fica muito atribulado[...]. (Azaléia)

[...]eu apresento um cansaço físico e mental muito grande devido as grandes jornadas de trabalho, sobrecarga, pelo fato de eu ter mais de um emprego[...]. (Azaléia)

[...]me sinto muito estressada devido as grandes jornadas de trabalho[...] (Begônia)

Influence of stress in the occupational health nurses...

[...]é bem estressante. As condições de trabalho são precárias, tem vários fatores que dificultam[...]. (Lírio)

O setor de emergência é o que apresenta maiores problemas para a Enfermagem.¹¹ Comparando-se o setor público e privado, identificou-se que os fatores que tornam a unidade de emergência um setor estressante são: o número reduzido de funcionários, a falta de respaldo institucional e profissional, carga horária de trabalho excessiva, realização de tarefas em espaço de tempo reduzido, falta de experiência por parte dos supervisores, ambiente físico da unidade, assistência ao paciente e falta de tempo para relacionamento com familiares.

Neste estudo, todos os depoentes descreveram justamente todos os fatores considerados estressantes pelo autor supracitado, o que significa que eles estão presentes como um todo nas emergências hospitalares. Partindo deste princípio é importante que os profissionais lutem por melhores condições de trabalho, entre as quais podemos citar: aumento no quantitativo de pessoal, melhorias das estruturas físicas das instituições, treinamento adequado a todos os profissionais, recursos materiais necessários, entre outras reivindicações.

• Categoria III: Estratégias de autocuidado realizadas pelo enfermeiro da emergência hospitalar.

[...]não realizo nenhuma estratégia, pois como eu trabalho com uma carga horária de 12/36 horas eu preciso sempre que saio de um, descansar para ir pro outro e no dia seguinte, ainda voltar para cá[...]"'. (Azaléia)

[...]ultimamente, eu tenho que falar que não tenho tempo, além de trabalhar aqui eu trabalho em outro lugar, então o tempo que eu tenho eu estudo e durmo[...]"'. (Rosa)

[...]eu até fazia, porém eu agora trabalho aqui e sou ligada a docência e essas duas atividades estão tomando muito o meu tempo[...]. (Lírio)

Alguns dos entrevistados não realizam atividade devido a uma dupla jornada de trabalho. Observou-se que todos apresentam mais de um emprego o que dificulta, segundo os mesmos, a realização de alguma atividade extra.

Sobre este aspecto, em função da centralidade do trabalho na vida cotidiana, o tempo é definido a partir deste, estando as demais atividades na dependência do tempo de trabalho. Neste sentido, tempo de trabalho e tempo livre são transversais para o conhecimento da cotidianidade dos trabalhadores em estudo.¹⁴

O tempo dedicado ao trabalho afeta diretamente a vida pessoal dos trabalhadores. A sociedade sobrecarregada de trabalho cria contradições para si mesma, na medida em que seus objetivos acabam se tornando conflitivos. A ênfase exagerada na vida profissional, em detrimento da vida privada, acaba voltando-se contra a própria sociedade, na proporção que, deixando em segundo plano a função educativa dos pais, abre espaço à deriva no destino de muitas crianças e jovens.¹⁵

O ritmo acelerado de trabalho para a finalização de tarefas pré-determinadas é adotado em decorrência da insuficiência de recursos humanos e materiais na unidade, levando ao surgimento de problemas psicológicos e até mesmo físicos no profissional.¹⁶ Sobre este aspecto, os depoentes responderam que:

[...] sim, faço sessões de fisioterapia e RPG, que são tratamentos para controle da dor. (Samambaia)

[...] bem, para a tendinite só faço algo para aliviar quando estou em crise, e para o estresse procuro ao máximo sair em família [...]. (Begônia)

De acordo com os relatos, percebe-se a existência de atividades que são realizadas no intuito de sanar algum problema físico presente na vida desses trabalhadores, que lhes causa danos importantes. Porém, dentre os entrevistados apenas uma depoente informou realizar atividade física, o que torna claro que os enfermeiros pelo acúmulo de funções, longas jornadas de trabalho, acúmulo de mais de um emprego, não conseguem tempo para realizar atividades de autocuidado, apresentando assim uma predisposição maior ao estresse.

Nesta ótica da análise, quanto aos fatores de estresse na equipe de Enfermagem, foram destacados em três categorias:¹⁷

- Funcionamento organizacional que se refere ao caráter hierárquico e burocrático das organizações de saúde.

- Relacionamento interpessoal seja entre colegas de mesmo nível hierárquico, superiores e subordinados, seja entre empregados e clientes resultando em conflitos.

- Sobrecarga de trabalho, afetando negativamente a percepção enfermeiro acerca do seu contexto de trabalho e associando-se principalmente ao déficit de pessoal, sendo importante causador de sofrimento psíquico e estresse ocupacional.

CONCLUSÃO

O trabalho do enfermeiro em emergência é um fator desencadeador de estresse, devido a fatores inerentes a esta atividade, pois trata-se de um trabalho com grande exigência de atenção, concentração e força, tanto física quanto emocional, acarretando o desencadeamento de doenças ocupacionais diversas, levando a necessidade de conscientização destes trabalhadores quanto ao autocuidado, que é imprescindível para que este possa desenvolver as suas atividades profissionais sem prejuízos à sua própria saúde.

Conclui-se, portanto, que o ambiente laboral e os fatores interligados, podem contribuir para o agravamento de problemas relacionados à saúde dos trabalhadores de Enfermagem que atuam em emergência, em especial, neste estudo, o enfermeiro, e que a maioria destes profissionais não realiza atividades de autocuidado para minimizar os efeitos dos problemas desencadeados pelo ritmo de trabalho nesta unidade hospitalar.

REFERÊNCIAS

1. Azambuja EP, Kerber NPC, Kirchhof AL. A saúde do trabalhador na concepção de acadêmicos de enfermagem. Rev Esc Enferm USP. 2007;41(3):355-62.
2. Souza MA. Projeto Santa Cruz: Indicadores Psicofisiológicos de Neurastenia psiconeurose nos trabalhadores de turnos. Furnas Departamento de Saúde - Divisão de Higiene e Medicina do Trabalho (DHMT). Rio de Janeiro: Mar;1985.
3. Santos PR, Mattos UAO. A Organização do Sistema de Saúde e do Trabalho Hospitalar: Desafios e Perspectivas do Mundo do Trabalho e da Política Nacional de Saúde do Trabalhador. Enferm atual. 2001;1(6): 29-33.
4. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde. Rio de Janeiro: Hucitec/Abrasco; 1993.
5. Bardin L. História e teoria. In: Análise de Conteúdo (L. Bardin). Lisboa: Edições 70; 1997. p. 11-46
6. Silva M, Marchi R. Saúde e qualidade de vida no trabalho. São Paulo: Best Seller; 1997.
7. Seligman-Silva E. Desgaste mental do trabalho dominado. Rio de Janeiro: Cortez. 1995.
8. Santos SR, Paula AFA de, Lima JP. O enfermeiro e sua percepção sobre o sistema manual de registro no prontuário. Rev latinoam enferm. 2003;11(1):80-7.
9. Martin, F. Documentation. Nursing. 1994;24(6):63-4.

Valente GSC, Martins CC.

Influence of stress in the occupational health nurses...

10. Daniel LF. A enfermagem planejada. São Paulo: E.P.U.; 1981.
11. Batista KM, Bianchi, ER. Estresse de Enfermeiro em unidade de emergência. Rev latinoam enferm. 2006;14(4):534-39.
12. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. Revista latinoam enferm. 2005;13(2):255-61.
13. Pereira, AMTB. Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador. 1ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2002. 282p.
14. Heller A. Sociología de la vida cotidiana. 3ª ed. Barcelona: Ediciones Península; 1991.
15. Oliveira R D. Reengenharia do tempo. Rio de Janeiro: Rocco; 2003.
16. Lunardi WD Filho, Mazzilli C. O processo de trabalho na área de enfermagem: uma abordagem psicanalística. Rev adm São Paulo. 1996. 31(3):63-71.
17. Caldereno ARL, Miaso AI, Corradi-Webster CM. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de pronto atendimento. Rev eletrônica enferm[periódico na internet]. 2008 [acesso em 2008 Jan 10]. 10(1):51-62. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v10/n1/v10n1a5.htm>
18. Santos Junior BJ dos, Silveira CLS, Araújo EC de. Work conditions and ergonomic factors of health risks to the Nursing team of the mobile emergency care/SAMU in Recife City. Rev enferm UFPE on line[periodico na internet]. 2010 Jan/Mar[acesso em 2010 Mar 10];4(1):246-54. Disponível em: <http://www.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/enfermagem>

Sources of funding: No

Conflict of interest: No

Date of first submission: 2009/10/26

Last received: 2010/03/18

Accepted: 2010/03/20

Publishing: 2010/04/01

Address for correspondence

Geilsa Soraia Cavalcanti Valente

CEP: 24315-270 – Rua Dr. Celestino, 74,

Centro – Niterói

Rio de Janeiro, Brasil