



IMPACTS OF STRESS ON NURSING STAFF OF AN INTENSIVE CARE UNIT REFLEXOS DO ESTRESSE NA EQUIPE DE ENFERMAGEM DE UMA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

REFLEXIONES DEL ESTRÉS EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA DE UNA UNIDAD DE CUIDADO INTENSIVO

Cláudia Cristiane Filgueira Martins¹, Viviane Euzébia Pereira Santos², Francis Solange Vieira Tourinho³, Cilene Nunes Dantas⁴, Polyanna Keitte Fernandes Gurgel⁵, Kalya Yasmine Nunes de Lima⁶

ABSTRACT

Objective: to analyze the impacts of stress on the body of the nursing staff members from the ICU of a University Hospital in Natal-RN, Brazil. **Method:** qualitative research of descriptive approach held with members of the nursing staff of a university hospital in Natal, Brazil. The participants were twenty-one professionals as the inclusion criteria pre-established. Data collection happened through a semi-structured interview carried out with nursing professionals of this sector. These data were collected after the study was approved by the Research Ethics Committee of the Onofre Lopes University Hospital by CAAE No 0037.0.294.000-11. Data was analyzed through the thematic content analysis technique. **Results:** the categories that emerged from the analysis of participants' speech were: The body talks: Signs and Symptoms of Stress; and Working hours: impacts on the daily lives of the professionals. **Conclusion:** this study allowed us to realize that arduous working hours is a crucial factor in triggering diseases of body and mind of nursing professionals, the main signs are: physical and mental fatigue, insomnia, musculoskeletal pain, memory problems and chronic diseases. **Descriptors:** nursing; stress; occupational health.

RESUMO

Objetivo: analisar os reflexos do estresse no corpo dos membros da equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva. **Método:** pesquisa qualitativa, de abordagem descritiva, realizada junto aos membros da equipe de enfermagem de um hospital universitário de Natal-RN, Brasil. Participaram 21 profissionais conforme os critérios de inclusão pré-estabelecidos: trabalhar na UTI do hospital do estudo há pelo menos seis meses; disponibilizar de tempo em participar da pesquisa voluntariamente; não estar em nenhum tipo de licença ou afastamento. A coleta de dados ocorreu nos meses de setembro e outubro de 2011 por meio de entrevistas semiestruturadas, realizada com os profissionais da enfermagem do referido setor. Em seguida, os dados foram tratados pelo Método de Análise de Conteúdo Temática. O projeto de pesquisa foi encaminhado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário Onofre Lopes, mediante o CAAE nº0037.0.294.000-11. **Resultados:** a partir da análise das falas dos sujeitos emergiram as categorias: *O corpo fala: sinais e sintomas do estresse; Jornada de trabalho: reflexos no cotidiano dos profissionais*. **Conclusão:** com a realização desse estudo foi possível perceber que uma jornada de trabalho árdua é um fator determinantes para desencadear as doenças do corpo e da mente dos trabalhadores de enfermagem, sendo os principais sinais disso o cansaço físico e mental, insônia, dores osteomusculares, problemas com a memória e doenças crônicas. **Descritores:** enfermagem; estresse; saúde ocupacional.

RESUMEN

Objetivo: analizarlos reflejos del estrés en el cuerpo de los miembros del personal de enfermería de la UCI de un hospital universitario de Natal-RN, Brasil. **Método:** investigación cualitativa, con enfoque descriptivo celebrada con los miembros del personal de enfermería de un hospital universitario en Natal, Brasil. Los participantes fueron veintinueve profesionales como los criterios de inclusión preestablecidos. Los datos fueron recolectados a través de entrevista semiestructurada con profesionales de enfermería de ese sector. Estos datos fueron recolectados después de la aprobación del estudio por el Comité de Ética e Investigación del Hospital Universitario Onofre Lopes, según No 0037.0.294.000-11. Los datos fueron sometidos al análisis de contenido temático. **Resultados:** las categorías aprendidas a partir del análisis del discurso de los participantes fueron: El cuerpo habla: Signos y síntomas de estrés; Horas de trabajo: reflexiones sobre la vida cotidiana de los profesionales. **Conclusión:** con la finalización de este estudio, fue posible percibir que el trabajo duro es factor crucial para desencadenamiento de las enfermedades del cuerpo y de la mente del personal de enfermería, donde los principales signos son la fatiga física y mental; insomnio; dolor músculo-esquelético; problemas de memoria y enfermedades crónicas. **Descriptores:** enfermería; estrés; salud ocupacional.

¹Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-Graduação de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/PPGEnf/UFRN. Membro do Grupo de Pesquisa: Laboratório de Investigação do Cuidado, Segurança e Tecnologias em Saúde e Enfermagem. Natal (RN), Brasil. Bolsista CAPES. E-mail: cladiacrisfm@yahoo.com.br ²Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem e do PPGEnf/UFRN. Vice líder do Grupo de Pesquisa: Laboratório de Investigação do Cuidado, Segurança e Tecnologias em Saúde e Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/UFRN. Natal (RN), Brasil. E-mail: vivianeepsantos@gmail.com ³Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem e do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Líder do Grupo de Pesquisa: Laboratório de Investigação do Cuidado, Segurança e Tecnologias em Saúde e Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/UFRN. Natal (RN), Brasil. E-mail: francistourinho@gmail.com ⁴Enfermeira. Mestre em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UFRN. Enfermeira da Secretaria Municipal de Saúde de Natal-RN. Professora de Enfermagem da FACEX-RN. Natal (RN), Brasil. E-mail: cilenenunesdantas@bol.com.br ⁵Graduanda de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/UFRN. Bolsista PIBICP/CNPq. Natal (RN), Brasil. E-mail: gurgelpkf@gmail.com ⁶Graduanda de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/UFRN. Natal (RN), Brasil. E-mail: yasmine.lima@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A atividade laboral envolve diretamente aspectos psíquicos e físicos de seus trabalhadores, podendo representar prazer, satisfação e equilíbrio. No entanto, ainda pode ser fonte de várias desordens como o estresse, o sofrimento e, conseqüentemente, o adoecimento do trabalhador.¹

Dentre as desordens psíquicas que podem abalar o trabalhador, destaca-se o estresse ocupacional. Este é conceituado como um conjunto de fenômenos que se apresenta no organismo do trabalhador e que pode afetar sua saúde.²

Dessa forma, a presença constante do estresse no ambiente de trabalho desencadeia o estresse crônico, sendo responsável pelas seguintes desordens no organismo do trabalhador: insatisfação profissional; esgotamento psicossomático, absenteísmo, redução da produtividade, acidentes frequentes, envelhecimento precoce, além de doenças psicossomáticas.³

Assim, a profissão que o trabalhador desempenha está intrinsecamente relacionada com o desenvolvimento de um quadro de estresse físico e mental, uma vez que é no trabalho que o indivíduo, em sua maioria, enfrenta situações de tensão emocional.

Nesse interim, os profissionais da saúde ganham destaque, uma vez que estão inseridos em um contexto de enfrentamento entre a saúde e a doença; a vida e a morte. E, desse grande grupo cabe ressaltar os trabalhadores da equipe de enfermagem. Uma vez que, são eles que estão em contato direto com os pacientes, assistindo-os, cuidando diretamente de sua saúde.

Além disso, os ambientes em que esse cuidado é desempenhado exerce forte influencia no desenvolvimento do estresse nessa equipe. Nesses, destaca-se a Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Afinal, é um setor que possui grande aparato tecnológico em que os profissionais necessitam de conhecimentos específicos para manipula-los. Bem como, pacientes hemodinamicamente instáveis; que necessitam de cuidados diretos, atenção constante e são totalmente dependentes dos profissionais da enfermagem para todas as suas necessidades.

Desse modo, a articulação entre as características do trabalho e a profissão desempenhada pode acabar desencadeando um quadro de estresse crônico ocupacional, gerando assim problemas crônicos de saúde, evidenciados por doenças clássicas como hipertensão arterial; enxaqueca; depressão;

indisposição do trabalhador. O que pode acarretar a equipe de enfermagem uma queda na produtividade do cuidado destinado aos pacientes, bem como a existência desses reflexos em sua vida pessoal.

Em face disto, esse estudo teve como questão de pesquisa: Quais os reflexos do estresse no corpo dos membros da equipe de enfermagem de um Hospital Universitário em Natal-RN? Como objetivo analisar os reflexos do estresse no corpo dos membros da equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva.

MÉTODO

Estudo qualitativo de abordagem descritiva. Esse método permitiu as pesquisadoras abordar e compreender a realidade estudada, possibilitando-lhes integração entre a literatura e a questão de pesquisa, o que evidenciou a abordagem mais integral e fidedigna entre as percepções dos integrantes da equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva- UTI.⁴

Participaram do estudo vinte e um profissionais da equipe, sendo dezesseis (16) técnicos de enfermagem e cinco (5) enfermeiros. Todos foram inclusos nos seguintes critérios: trabalhar na UTI do hospital do estudo há pelo menos seis meses; disponibilizar de tempo em participar da pesquisa voluntariamente; não estar em nenhum tipo de licença ou afastamento. A coleta de dados ocorreu nos meses de setembro e outubro de 2011, por meio de entrevistas semiestruturadas.

A fim de assegurar a privacidade dos sujeitos quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa, os entrevistados foram denominados por ordem cronológica de período de realização das entrevistas e identificados por enfermeiro (E1, E2...) e Técnicos de enfermagem (TE1, TE2...).

Os dados coletados foram transcritos e analisados segundo o método de análise de conteúdo temática.⁵ Esse método permite a avaliação sistemática de mensagens dos interlocutores; síntese dos dados conforme as etapas de pré-análise, organizando as ideias iniciais e sistematizando preliminarmente as informações coletadas; análise, codificando as informações por meio de uma avaliação temática; e interpretação, quando alçam as unidades de significação presentes nas entrevistas, o que definiu as temáticas que fundamentaram o estudos.⁵ Após esse processo foram criadas as categorias de significação dos reflexos do estresse no corpo dos profissionais estudados.

O projeto de pesquisa desse estudo foi avaliado e aprovado pelo Comitê de ética e Pesquisa do Hospital Universitário Onofre Lopes, com o CAAE nº0037.0.294.000-11.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No decorrer das entrevistas foi traçado o perfil dos entrevistados quanto ao sexo; idade; estado civil e se apresenta dupla jornada de trabalho. Com a tabulação e interpretação desses dados, foi possível perceber que a maioria da população estudada é do sexo feminino, 80% dos profissionais; está na faixa etária de 30 a 39 anos (52,3%); é casada (52,3%) e possui duplo vínculo (65,7,4%).

A partir das falas dos entrevistados evidenciou-se que o estresse é um elemento presente na vida profissional da equipe estudada. Esse dado resulta em consequências diretas a saúde desses trabalhadores sendo evidenciado nas seguintes categorias de significação: O corpo fala: Sinais e sintomas do Estresse e Jornada de trabalho: reflexos no cotidiano dos profissionais.

♦ O corpo fala: Sinais e Sintomas do Estresse

Os profissionais da saúde são vítimas constantes de problemas físicos e psicológicos no decorrer de uma jornada de trabalho ou mesmo após algum tempo de atuação na área. Esses problemas, em sua maioria, estão associados à realidade do ambiente de trabalho, como, também, ao ritmo e às cargas do ambiente de atuação, que são potenciais geradoras de estresse.

Esse aspecto do estresse é mencionado por alguns autores^{3,6-7} como os mais prejudiciais para a saúde do corpo e da mente do trabalhador. Dentre os sintomas físicos de maior frequência são: aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto de mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas e mãos e pés frios.⁶

Dentre os aspectos psicológicos, foram elencados: ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação excessiva, inabilidade de concentrar-se em outros assuntos que não o estressor, dificuldade de relaxar, raiva e hipersensibilidade emotiva.⁶

Esses sinais e sintomas são evidenciados a depender da fase do estresse que o indivíduo está vivenciando. No presente estudo, os enfermeiros e técnicos, queixaram-se de problemas com a memória; formigamento de extremidades; cansaço constante;

pensamento em um só assunto; irritabilidade excessiva e sensibilidade emotiva.

Essa realidade pode desencadear uma série de eventos prejudiciais ao cotidiano de serviço desses trabalhadores, como, por exemplo, segurança do paciente prejudicada, dores musculoesqueléticas, problemas de convivência entre a equipe, envolvimento emocional com os pacientes, dentre outros.

Outro ponto importante a ser mencionado é que os técnicos de enfermagem relataram maiores queixas físicas, cerca de 76,4%. Enquanto que entre os enfermeiros os sintomas de maior predominância foram os psicológicos, cerca de 57,1%.

Esse dado faz referência à atuação que cada profissional executa na terapia intensiva. A equipe técnica executa procedimentos que envolvem esforço físico maior, como levantamento e transporte do paciente, banho no leito, dentre outros. Enquanto que os enfermeiros desempenham a tarefa que se sobressai pelo acúmulo de tarefas administrativas e burocráticas, pressões e cobranças da chefia e distanciamento entre o trabalho físico e o trabalho real.⁸

Nas falas dos entrevistados, há recortes de como o ambiente laboral influencia o processo saúde - doença desses profissionais da enfermagem:

Cansaço, cansaço [...] Porque, assim, você trabalhar em uma UTI, em um setor crítico que você tem que assim... tem que estar pronta para cuidar de seu paciente, você tem que vir com disponibilidade para trabalhar. Então, assim, quando você trabalha em duas UTIs é muito mais pesado. (TE2)

É, acho que o cansaço físico em si. Principalmente dores nas pernas, porque eu passo o dia em pé, e como eu já fico com aluno de manhã em pé e à tarde na UTI [...] eu acho que o cansaço físico. E estresse mental também. Às vezes você fica um pouco ríspido, às vezes a gente se vê até de forma grosseira, é respondendo alguma coisa, acho que resultante até daqueles outros fatores. (E1)

Sim, meu braço. Se eu tiver muito ansiosa, eu sinto muito tensa. Mesmo eu não pegando peso, se eu tiver muito estressada isso aqui meu [fazendo referência ao ombro] fica em tempo de explodir e cefaleia intensa. (TE8)

Nesses relatos, apreende-se que o cansaço físico em decorrência de um dia de trabalho é uma constante nas falas dos entrevistados. Também é evidenciada a falta de tempo para o lazer, provocando efeitos sistêmicos e de esgotamento emocional e físico nesses profissionais.⁹

Esse mesmo fato foi visualizado por uma pesquisa realizada com enfermeiros hospitalares de uma unidade de terapia intensiva de São Paulo, e o cansaço físico apareceu como predominante entre esses profissionais. O estudo ainda traz que esses se sentem esgotados, com pouca energia, e a impressão que têm é que não terão como recuperar essas energias.¹⁰

Como consequência disso, os profissionais ficam pouco tolerantes, facilmente irritáveis e nervosos dentro do ambiente de trabalho, bem como com amigos e familiares.¹⁰ Esses sintomas são percebidos, muitas vezes, pelas cargas de trabalho presentes no ambiente da terapia intensiva, que pode ser definidas como elementos do processo de atuação que interagem entre si e com o corpo do profissional, desencadeando alterações nos processos biopsíquicos que se manifestam com o desgaste físico e psicológico potencialmente afetado.¹¹

Quanto às cargas presentes no cotidiano da terapia intensiva, estudos mostram que essas estão relacionadas às características do ambiente, à quantidade de profissionais por pacientes, à organização do local de atuação. Na terapia intensiva, podemos encontrar aquelas classificadas como químicas, como os com medicamentos, as biológicas, como o contato com materiais perfurocortantes, e as psíquicas, que dependem de cada profissional; todas podem provocar o estresse diretamente no organismo do trabalhador.¹²

Esses fatores influenciam diretamente na qualidade da assistência aos pacientes e na qualidade de vida dos profissionais, bem como nos custos hospitalares decorrentes de pessoal de enfermagem.

Outro sintoma físico que foi vislumbrado nas entrevistas está relacionado aos distúrbios no ciclo de peso dos profissionais, como podemos perceber:

Eu aumentei 30 quilos, num período de aproximadamente 3 a 4 anos [...]a questão da memória, também, a falta de memória... (E3)

Depois que eu comecei a trabalhar eu engordei uns 20 quilos ou mais [...] Ao longo desses 10 anos, ou 30 quilos, é muito peso, né?Então é por isso que eu sinto isso e do ponto de vista emocional, psicológico, eu percebo que a própria paciência, às vezes eu estou muito irritado. (E4)

Eu emagreci consideravelmente de uns quatro anos para cá, eu perdi 4 quilos e nunca mais recuperei... (TE6)

Isso pode ser entendido pelos hábitos de vida desses profissionais, uma vez que esses não auxiliam na manutenção de uma

alimentação saudável nem na prática regular de exercícios físicos, acarretando um acúmulo de peso ou mesmo o emagrecimento.

Esse fato foi evidenciado na literatura, ao descrever que o estresse contribui para mudanças comportamentais alimentares, o que leva à mudança de peso, índice de massa corpórea ou atividade do cortisol, e isso acarreta em ganho de peso ou sua perda, e dependerá do organismo de cada um.¹³

Além disso, o estresse pode contribuir para esse ganho de peso, mesmo que a pessoa não se alimente em demasia, pois há o aumento do cortisol, o que estimula a vontade de se alimentar e a proliferação das células de gordura do organismo.¹⁴

Outro problema mencionado pelos entrevistados foi o déficit de memória. Esse sintoma também foi encontrado na literatura pesquisada: a dificuldade em manter a memória preservada estava presente entre os entrevistados, independente do tempo de trabalho.¹⁵

Sintomas desse tipo são reflexos dos efeitos cognitivos do estresse no corpo do indivíduo, uma vez que, quando se está vivenciando o estresse, a mente encontra dificuldades em se manter concentrada, aumentando a desatenção e reduzindo a amplitude da memória de curto e longo prazo.¹⁶

O fato é que os trabalhadores da saúde, em especial os da enfermagem, muitas vezes não percebem os malefícios que o trabalho em excesso pode provocar em seu organismo físico e psíquico. Assim, o corpo acaba respondendo na forma dos mais diversos sinais e sintomas, podendo inclusive chegar ao esgotamento e desgaste.

♦ Jornada de trabalho: reflexos no cotidiano dos profissionais

Na profissão de enfermagem, o excesso de trabalho, na maioria das vezes, é rotineiro, ocorrendo em decorrência de uma série de motivos, dentre eles: trabalho em turno, que acarreta grandes consequências a saúde do trabalhador; o aumento da carga de trabalho, e condições de alto esforço dos profissionais, recompensa baixa e empenho a longo prazo.¹⁸⁻⁹

Essa realidade também foi comprovada neste estudo. Do universo de cinco enfermeiros entrevistados, quatro têm dupla jornada de trabalho. Já entre os técnicos de enfermagem, essa realidade é ainda mais presente. Do total de dezesseis técnicos de enfermagem entrevistados, onze possuíam dupla jornada de trabalho, e um relatou que tinha tripla jornada.

Esse fato é evidenciado na literatura, ao mencionar que o acúmulo de empregos é uma característica do profissional de enfermagem hospitalar no Brasil, e isso pode acarretar para o serviço efeitos negativos, como maior risco para acidentes de trabalho, bem como efeitos negativos para o cuidado destinado aos pacientes.¹⁹

O excesso de trabalho é capaz de desencadear nos profissionais da enfermagem consequências imediatas e em longo prazo. Dentre as imediatas, destacam-se a redução de tempo de sono, sintomas de fadiga e depressão, dor e vários tipos de disfunções; em longo prazo são: incapacidade para o trabalho e interferência na família do empregador e no cuidado destinado aos pacientes.²⁰

Esses efeitos também foram visualizados nas respostas dos entrevistados, como se pode perceber:

Cansaço, cansaço...pronto, minha opção de sair da outra instituição foi justamente essa. Porque, assim, é muito[...] você trabalhar em uma UTI, em um setor crítico que você tem que assim [...] tem que estar pronta para cuidar de seu paciente, você tem que vir com disponibilidade para trabalhar. Então, assim, quando você trabalha em duas UTI's é muito mais pesado. (TE2)

Eu chego em casa, durmo, quando eu consigo, porque às vezes eu estou tão agitada que demoro a dormir... (E3)

Acho que mais cansaço [...] dia que você se pega com as pernas pesadas, eu deixei de ter um tempo para ele (filho), eu deixei de ouvir ele, e ele às vezes me cobra, aí me afeta por causa disso. (TE6)

Foram encontrados trabalhadores que relatam o acúmulo de carga horária, a ausência de tempo com a família, implicando em sofrimento psíquico e podendo gerar transtornos mentais como a ansiedade e a depressão.

Ainda é citada como fonte do sofrimento psíquico a atuação no ambiente hospitalar, visto que um cotidiano marcado por doença, dor e morte é enfrentado por esses profissionais em mais de um turno de trabalho. O aumento do contato com esse ambiente, somado a uma carga horária elevada e a uma sobrecarga de atividades, passa a ser potencializador do estresse no seu local de atuação profissional e em sua vida pessoal.

Percebe-se, na realidade estudada, que ocorre excesso da jornada de trabalho por enfermeiros e técnicos de enfermagem. Essa, muitas vezes, está relacionada à atuação em outro vínculo de semelhante função, ou seja, outra unidade de terapia intensiva.

Esse acontecimento ocasiona o cansaço físico e mental em ter que dar conta das diferentes esferas, gerando conflitos e discórdias no local de atuação profissional e no lar, além de desencadear aspectos psíquicos negativos nessas profissionais.

Outro dado importante a relatar é que essa rotina de sobrecarga de atividades e papéis evidencia o índice cada vez maior de profissionais acometidos por alguma doença ocupacional, bem como estresse ocupacional e o desenvolvimento da síndrome de *Burnout*.

Pesquisas mostram que conviver e trabalhar em um ambiente estressante e ter que conciliar papéis e vínculos diferentes constitui-se em processo desgastante e estressante, fazendo-se necessário mecanismos de defesa, conscientes ou não, para que a doença e o sofrimento do outro não interfiram na saúde psíquica e física do profissional.²¹

CONCLUSÃO

O estudo possibilitou a análise e a reflexão acerca das consequências que o estresse ocupacional e a jornada de trabalho árdua podem acarretar no organismo, físico e mental, dos profissionais da enfermagem da UTI de um hospital universitário de Natal-RN.

Esses trabalhadores relataram como reflexos do estresse: cansaço físico e mental; aumento de peso; insônia; dores osteomusculares; hipertensão arterial; problemas com a memória; formigamento de extremidades; irritabilidade excessiva e sensibilidade emotiva. Além disso, percebeu-se que o aumento da jornada de trabalho é um fator determinante para o desencadeamento de doenças do corpo e da mente. Muitas vezes, o profissional tem uma vida dedicada, quase que exclusivamente, à jornada laboral, o que restringe o tempo de lazer, sono, repouso e outras atividades.

Isso acarreta consequências diretas à assistência prestada por esses profissionais, pois, queixas físicas e psicológicas geram o absenteísmo do profissional; o aumento da frequência dos acidentes de trabalho e efeitos nocivos para a saúde e bem-estar tanto no ambiente de trabalho como fora.

A realização desse estudo trouxe benefícios para a população estudada, pois lhe possibilitou a reflexão sobre como o estresse pode se manifestar na equipe e influenciar diretamente sobre a saúde, acarretando-lhe sensibilização quanto a esse fato e a necessidade da prevenção de doenças físicas e mentais no ambiente de trabalho, tendo a

responsabilidade de se cuidar primeiramente para melhor cuidar do outro.

Cabe ressaltar que esse estudo foi realizado em contexto único, caracterizando ações e reflexões de uma população específica, o que gerou aproximações e distanciamentos com a realidade em outras instituições e localidades, sendo necessários novos estudos a fim de ampliar horizontes sobre a relação do estresse e o reflexo na saúde de trabalhadores.

É preciso pensar e realizar intervenções na realidade, fazer com que os profissionais reflitam e minimizem os danos lhes causados em ambiente de trabalho, para que sejam capazes de entender o processo de adoecimento e discutir as questões referentes ao desgaste, instrumentalizando-lhes para o cuidar de si. Isso só será possível se passarem a pensar sobre o processo de trabalho e como este pode interferir no adoecimento do corpo e da mente. Com isso, haverá sensibilização e maior pensamento para se engajarem e se cuidarem no ambiente de atuação profissional.

REFERÊNCIAS

1. Dejours C. A loucura do trabalho: estudo de Psicopatologia do Trabalho. São Paulo: Cortez; 1998.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de saúde. Doenças relacionadas ao trabalho: Manual de Procedimentos para o serviço de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
3. Lautert L. A sobrecarga de trabalho na percepção de enfermeiras que trabalham em hospital. Rev gaúch enferm [Internet]. 1999 July [cited 2012 Mar 3];20(2):50-64. Available from: http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Revista_GauchadeEnfermagem.
4. Casagrande L, Patrício ZM. Comunidade orgânica no trabalho: estratégia para a vida saudável do trabalhador e da organização. Curitiba: CRV; 2010.
5. Bardin L. Análise de conteúdo. Portugal: Edições 177; 2004.
6. Lipp MEN. Stress no Brasil: pesquisas avançadas. Campinas: Papirus; 2004.
7. Cooper CL. A natureza mutante do trabalho: O novo contrato psicológico e os estressores associados. In: Rossi AM, Perrewé PL, Sauter SL. Stress e qualidade de vida no trabalho: Perspectivas atuais da saúde ocupacional. São Paulo: Atlas; 2007:3-9.
8. Souza NVDO, Santos DM, Ramos EL, Anunciação CT, Thiengo PCS, Fernandes MC. Repercurssões psico-físicas na saúde dos enfermeiros da adaptação e improvisação de materiais hospitalares. Esc Anna Nery Rev Enferm [Internet]. 2010 Apr/June [cited 2012 Mar 5];14(2):236-43. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v14n2/04.pdf>.
9. Menzani G, Bianchi ERF. Stress dos enfermeiros do pronto socorro dos hospitais brasileiros. Rev eletrônica enferm [Internet]. 2009 May [cited 2012 Mar 5];2(11):327-33. Available from: http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n2/v11n2_a13.htm.
10. Salomé GM, Arbage CC, Lima MG, Lopes MO, Mariano A. Caracterização dos sintomas físicos e nível de estresse do pronto socorro de um hospital estadual da cidade de São Paulo. Saúde Coletiva [Internet]. 2008 Aug [cited 2012 Mar 14];23(5):135-40. Available from: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/842/84202303.pdf>.
11. Secco IAO, Robazzi MLCC, Souza FEA, Shimizu DA. Cargas psíquicas de trabalho e desgaste dos trabalhadores de enfermagem de hospital de ensino do Paraná, Brasil. SMAD, Rev eletrônica saúde mental alcool drog [Internet]. 2010 Nov [cited 2012 Mar 3];6(1):3-17. Available from: http://www.revistasusp.sibi.usp.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762010000100016&lng=pt&nrm=iso.
12. Rossetti AC. Carga de trabalho de profissionais da enfermagem em pronto-socorro: proposta metodológica [dissertation]. São Paulo (SP): Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2009. Available from: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7140/tde-18012011-084203/pt-br.php>.
13. Block JP, Yulei He AM, Zaslavsky LD, Ayanian JZ. Psychosocial Stress and Change in Weight Among US Adults. Am J Epidemiol [Internet]. 2009 May [cited 2012 Mar 3];2(179):181-92. Available from: <http://aje.oxfordjournals.org/content/170/2/181.abstract>.
14. Baggio MA, Formaggio FM. Trabalho, cotidiano e o profissional de enfermagem: o significado do descuido de si. Cogitare Enfermagem [Internet]. 2008 mar [cited 2012 mar 4]; 13(1): 67-74. Available from: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=532119&indexSearch=ID>.
15. Costa JRA, Lima JV, Almeida PC. Stress no trabalho do enfermeiro. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2003 July [cited 2012 Mar

3];37(3):63-71. Available from:
<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v37n3/08.pdf>.

16. Araldi-Favass CT, Armiliato N, Kalinine I. Aspectos fisiológicos e psicológicos do estresse. Rev Psicol UNC [Internet]. 2005 May [cited 2012 Mar 6];2(2):84-92. Available from:
<http://www.nead.uncnet.br/2009/revistas/psicologia/4/42.pdf>.

17. Azambuja EP, Pires DEP, Vaz MRC, Marziale MH. É possível produzir saúde no trabalho da enfermagem. Texto & contexto enferm [Internet]. 2010 Oct/Dec [cited 2012 Mar 7]; 19(4):655-8. Available from:
<http://www.scielo.br/pdf/tce/v19n4/08.pdf>.

18. Silva AA, Rotenberg L, Fischer FM. Jornadas de trabalho na enfermagem: entre necessidades individuais e condições de trabalho. Rev saúde pública [Internet]. 2011 July [cited 2012 Mar 5];45(6):1117-26. Available from:
<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n6/2314.pdf>.

19. Santos TCMM, Inocente NJ, Taduese MSR. Estresse ocupacional em enfermeiros: risco esforço e recompensa e super comprometimento no trabalho. Rev enferm UFPE on line [Internet]. 2012 Mar [cited 2012 Apr 4];6(3):488-96. Available from:
http://www.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/2322/pdf_1088.

20. Caruso CC, Bushnell T, Eggerth D, Heitmann A, Kojola A, Rosa RR, et al. Long working hours, safety and health: toward a national research agenda. Am j ind med [Internet]. 2006 Nov [cited 2012 Apr 5];49(11):930-42. Available from:
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16948157>.

21. Vargas D, Dias APV. Prevalência de depressão em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva: estudo em hospitalais de uma cidade do noroeste do estado de São Paulo. Rev latinoam enferm [Internet]. 2011 Sept/Oct [cited 2012 Mar 8]; 19(5):1-9. Available from:
http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n5/pt_08.pdf.

Sources of funding: No
Conflict of interest: No
Date of first submission: 2012/07/09
Last received: 2012/07/11
Accepted: 2012/07/12
Publishing: 2012/10/01

Corresponding Address

Cláudia Cristiane Filgueira Martins
Sebastião Barreto, 91, Bl.12, Ap. 202 –
Neópolis
CEP: 59080-480 – Natal (RN), Brazil