



CLÍNICA

DETERMINAÇÃO DOS ESTRESSORES DOS ENFERMEIROS ATUANTES EM UNIDADE DE INTERNAÇÃO.

STRESSORS AMONG NURSES WORKING IN CARE UNITS OF HOSPITAL.

*Menzani, G. y **Ferraz Bianchi, E.R.

*Aluna de graduação da Escola de Enfermagem da USP. Bolsista FAPESP. **Prof. Doutora do Departamento de Enfermagem Médico-cirúrgica da Escola de Enfermagem da USP. Brasil.

Palavras-chave: stress, profissão, enfermeiros, hospital.

Palabras clave: estrés, profesión, enfermeros, hospital.

Key words: stress, profession, nurses, hospital, coping.

RESUMO

A enfermagem é conhecida mundialmente como uma profissão altamente estressante, porém não apresenta estressores idênticos em todas suas áreas de atuação. O presente estudo tem como objetivo investigar os estressores presentes na atuação dos enfermeiros em unidades de internação. O estudo foi realizado com uma população de enfermeiros de uma instituição pública e governamental, sendo utilizado um questionário para coleta de dados, a fim de levantar os estressores desses enfermeiros e comparar outras unidades de atuação. Como resultados, identificamos como os estressores mais citados, os relacionados às condições de trabalho dos enfermeiros e a administração de pessoal. Não houve correlação estatisticamente significativa entre as áreas de estudo de stress na atuação do enfermeiro e o tipo de unidade (unidade de internação em relação às unidades de cuidado intensivo e semi-intensivo). Há necessidade de outros estudos para a comprovação dos resultados apresentados.

ABSTRACT

Nursing has long been recognized as a stressful occupation. Stressors are not identical in each area of nurses' actuation in hospital. The goal of this study is to investigate the stressors in nurses' work in unit care. Nurses worked in a public and governmental hospital in São Paulo city - Brazil. A questionnaire was used to collect data about stressors and to compare with other units in hospital. As results,

stressors most cited by respondents were classified as “work conditions” and “personnel management”. No significant correlation was observed between stressors and kind of units (care and intensive care unit). There must be realized other studies to prove the results demonstrated in this research.

RESUMEN

La enfermería es conocida mundialmente como una profesión altamente estresante, pero no presenta factores de estrés idénticos en todas sus áreas de actuación. El presente estudio tiene como objetivo investigar los estresores presentes en la actuación de los enfermeros en unidades de internación. Fue realizado con una población de enfermeros de una institución pública y gubernamental, siendo utilizado un cuestionario para la recogida de datos, con el fin de conocer los factores de estrés de esos enfermeros y compararlos con otras unidades de actuación. Como resultados, identificamos que los factores de estrés más citados son los relacionados con las condiciones de trabajo de los enfermeros y de la administración de personal. No existió una correlación estadísticamente significativa entre las áreas de estudio del estrés y la actuación del enfermero y el tipo de unidad (unidad de interacción en relación a las unidades de cuidado intensivo y semi-intensivo). Hay la necesidad de otros estudios para la comprobación de los resultados presentados.

INTRODUÇÃO

A preocupação com o stress é mundial, levando a Organização Mundial da Saúde a considerá-lo como uma “epidemia global” com diversos fatores agravantes ou atenuantes à situação . OMS (1995).

O stress tem sido estudado por diferentes especialistas e por diversos ângulos. É de conhecimento que para alguns autores o stress é considerado o mal do século, como uma epidemia que em outras épocas dizimou populações da Idade Média. Na área da saúde, este “poder de disseminação” é até considerado exagerado, pois os profissionais estão tão envolvidos em assistir o paciente, que muitas vezes não conseguem diagnosticar sua própria vulnerabilidade ao stress. Bachion e colaboradores (1998).

Aubert (1996) , referindo-se ao stress relacionado ao trabalho, descreve-o como um processo de perturbação que pode acometer o indivíduo, quando este mobiliza excessivamente sua energia de adaptação para enfrentar solicitações do meio profissional que ultrapassem suas capacidades físicas e/ou psíquicas.

Uma das instituições em que se pode observar o fenômeno do esgotamento dos indivíduos em função dessa causa é o hospital. Nesse ambiente se encontram, com relativa freqüência, equipes de trabalho indiferentes, apáticas e cansadas, queixando-se de stress e desmotivação , gerando, por vezes, conflitos e insatisfação em alguns profissionais. Lautert, Chaves e Moura (1999).

Em relação especificamente ao trabalho do enfermeiro, verificamos que um grande percentual de estudos psicológicos e sociológicos têm demonstrado que essa profissão, principalmente no âmbito hospitalar, é uma das que mais origina stress, apesar de tratar-se de uma atividade socialmente útil. Bachion e colaboradores (1998).

A enfermagem é reconhecida mundialmente como uma profissão estressante. É alvo de diferentes pesquisas por diversos focos de atenção e por outros profissionais. Sabe-se que Menzies (1960) foi a primeira autora a descrever que o trabalho com pessoas doentes requer uma demanda de compaixão, sofrimento e simpatia e que o enfermeiro se sentia irritado, desapontado e culpado por não conseguir lidar com esses sentimentos. Appelbaum (1981) relata, ainda, que a morte de um paciente leva o enfermeiro a um sentimento de culpa com conseqüente frustração.

Anderson e colaboradores (1998) verificaram que os enfermeiros de unidades médico-cirúrgicas experimentaram maior nível de stress do que os de unidade de terapia intensiva e, apontam ainda, que fatores inerentes ao papel do enfermeiro são determinantes do stress.

Frente ao desgaste sofrido pelo enfermeiro proveniente de sua profissão, nos propusemos a identificar os estressores de uma determinada população de enfermeiros hospitalares atuantes em unidades de internação por acreditarmos que identificar e reconhecer os fatores que os esgotam e entender suas causas seria importante para auxiliá-los a administrar tais estressores e talvez minimizar seus efeitos deletérios.

METODOLOGIA

A população estudada constituiu-se de 58 enfermeiros. Houve autorização prévia da Comissão de Ética do hospital e aquiescência do Departamento de Enfermagem assim como a participação ativa do enfermeiro com a aceitação oral e escrita e o preenchimento do consentimento informado.

Dentre os 58 enfermeiros participantes, foram selecionados 28 deles por se tratarem de enfermeiros atuantes em unidades abertas, os quais foram a população alvo deste estudo.

A coleta de dados foi realizada utilizando-se um questionário para levantamento dos estressores na atuação do enfermeiro hospitalar. Bianchi (1999).

O questionário consta de dados de caracterização do enfermeiro e 51 situações do dia-a-dia, com escala de 0 a 7, sendo o valor 1 como “pouco desgastante”; o valor 4 como “valor médio” e o valor 7 como “altamente desgastante”. O valor 0 deveria ser assinalado quando o enfermeiro não executasse a atividade abordada.

Para a caracterização da amostra, foram analisadas as variáveis: sexo, faixa etária, tempo de trabalho, tempo de formado, cargo ocupado e tipo de unidade. Em relação ao tipo de unidade, levou-se em consideração o fluxo de pessoal e de familiares nessas unidades. A classificação ficou determinada como ABERTA as seguintes unidades: unidade de internação, emergência, unidades de internação em pediatria, coordenação, grupo de atendimento a pacientes e diálise. Foram consideradas FECHADAS as seguintes unidades: unidade de terapia intensiva, recuperação, hemodinâmica, neonatologia e diagnóstico por imagem.

Os dados dos enfermeiros das unidades de internação foram comparados com os dados dos enfermeiros alocados nas demais unidades da instituição. Para a realização da comparação, os estressores foram classificados nas seguintes áreas: A. Relacionamento com outras unidades e supervisores; B. Atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade; C. Atividades relacionadas à administração de pessoal; D. Assistência de enfermagem prestada ao paciente; E. Coordenação das atividades da unidade; F. Condições de trabalho para o desempenho das atividades do enfermeiro.

Para calcular o escore de cada área, foi somado o escore de cada estressor englobado na área determinada e dividido pelo total de situações que a compõem, perfazendo o escore padronizado para a área.

Foi considerado o nível de stress com a seguinte pontuação de escore padronizado : baixo (abaixo de 3,0); médio (entre 3,1 e 4,0); alerta para alto nível de stress (entre 4,1 e 5,9) e alto (acima de 6,0).

A revisão bibliográfica foi elaborada com base nos bancos de dados Dedalus, Sci ELO, Biblioteca Cochrane e Medline.

RESULTADOS

- Perfil da população

A população estudada é totalmente feminina (100%).

Com relação à faixa etária, temos que 57,14% da população está incluída entre 31 e 40 anos.

Quanto ao tempo de formação dessa população observamos que todos os enfermeiras , atuantes em unidades abertas, possuem de 2 a 5 anos de formadas.

- Nível de stress na atuação do enfermeiro de unidade aberta

Gráfico 1: Distribuição dos escores padronizados das áreas de atuação dos enfermeiros de unidade aberta . São Paulo, 2002.



Podemos observar que a maioria das seis áreas de atuação apresenta valores que demonstram médio nível de stress, ou seja são valores entre 3,1 e 4.

As áreas que apresentaram os maiores valores , em ordem decrescente, são : área F - condições de trabalho ; área C - atividades relacionadas à administração de pessoal ; área B - atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade ; área D - assistência de

enfermagem prestada ao paciente ; área E - coordenação das atividades na unidade e área A - relacionamento com outras unidades e superiores.

Gráfico 2. Atividades consideradas mais estressantes. São Paulo, 2002.



- 29 - enfrentar a morte do paciente - área D -> 5,6
- 49 - realizar tarefas com tempo mínimo disponível - área F -> 5,5
- 28 - atender aos familiares de pacientes críticos - área D -> 5,11
- 30 - atender familiares de paciente crítico - área D -> 5,0
- 14 - elaborar escala mensal de funcionários - área C ->? 4,71
- 37 - nível de barulho da unidade - área F -> 4,6
- 48 - realizar atividades burocráticas - área F -> 4,03

DISCUSSÃO

- Condições de trabalho para o desempenho das atividades do enfermeiro

Nesta área, o item 37 - nível de barulho na unidade - obteve um escore considerado elevado (4,6) , o que significa que o nível de barulho na unidade representa um fator bastante estressante .

Os efeitos adversos do ruído são proporcionais ao tempo de exposição ; quando o ruído é inesperado, provoca no organismo uma reação de alarme pelo aumento de corticóides, adrenalina e noradrenalina, e a repetição desse processo pode levar a uma situação de stress, representado pelos sintomas de náuseas, cefaléia, irritabilidade, instabilidade emocional, ansiedade, sonolência ou insônia, diminuição da produtividade e aumento do número de acidentes. Gomes(1989).

Num estudo realizado por Bronzatti (2002), 82,14% dos trabalhadores de enfermagem responderam que o ruído interfere na comunicação, 50% acreditam que pode também atrapalhar o andamento do serviço, referindo-se à diminuição da concentração, dores de cabeça, cansaço físico e mental, irritabilidade e queda na produtividade.

Os ruídos podem interferir nas tomadas de decisões, e são uma das principais causas de deterioração do desempenho das tarefas mentais de vigilância e de precisão. Carvalho(1985).

- Atividades relacionadas à administração de pessoal.

Dentre as atividades consideradas mais estressantes , três delas estão relacionadas com a atividade gerencial do enfermeiro, são elas: realizar tarefas com tempo mínimo disponível (5,5); elaborar escala mensal de funcionários (4,7) e realizar atividades burocráticas (4,0).

Quando o sujeito começa a perceber que as demandas do trabalho são superiores aos recursos de que dispõe para enfrentá-las , se inicia um quadro de tensão que é considerado a primeira fase da Síndrome de Burnout (Lautert, Chaves e Moura, 1999). Essa síndrome é caracterizada pela exaustão física e emocional diante dos estressores no trabalho, fazendo com que o profissional considere que o trabalho ou sua opção de profissão é estressante, chegando a mudar de emprego e até de profissão . Esta é uma síndrome cíclica, com várias fases, sinais e sintomas definidos e avaliados , que pode acometer qualquer profissional na sua trajetória de trabalho, podendo ser eliminada ou não, levando à troca até de profissão. Muitas vezes, não é a profissão em si que é estressante, mas como a pessoa se insere no trabalho e nas condições de realização, sendo interdependente da avaliação da pessoa e do trabalho em si Bianchi (1999). Lautert, Chaves e Moura (1999) realizaram um estudo utilizando a escala do Inventário de Burnout como instrumento , composto por dezoito enfermeiras que referiram desgaste em seu trabalho e treze que não o referiram. Todas as enfermeiras que se consideravam esgotadas referiram-se à sobrecarga de trabalho de nove a doze vezes, enquanto relatavam as situações que consideravam desgastantes. Dentre as participantes 55% dos participantes expressaram a intenção de mudar de profissão; 12% relataram que tinham que fazer um esforço para ir ao trabalho; e 68% se disseram insatisfeitos com a profissão

Um elemento que contribui para a percepção de sobrecarga de trabalho é o acúmulo de funções que desenvolvem ao longo da jornada de trabalho. Essa subcategoria aparece, quando as enfermeiras se referem à execução de funções que poderiam ser desempenhadas por outros profissionais, ou seja, funções não restritas à elas.

Para poderem incorporar as atividades decorrentes das novas demandas cotidianas, as enfermeiras foram reduzindo o tempo dedicado à realização de algumas atividades próprias da profissão e delegando funções que gostariam de desenvolver ou consideram importantes, o que acaba gerando conflito.

A combinação de altas demandas psicológicas e baixo poder de decisão foi associado ao excesso de estímulos(distress) e desgaste emocional. Lautert, Chaves e Moura (1999) encontrou correlação significativa entre executar funções conflitantes na atividade gerencial do enfermeiro e o auto-relato de alterações imunológicas e músculo-articulares na saúde desses profissionais. Esses dados contribuem para a reflexão sobre efeitos deletérios do esgotamento/sofrimento referido por essas enfermeiras, uma vez que ele pode afetar tanto sua saúde emocional quanto física.

O acúmulo de funções, as atividades burocráticas e a limitação do tempo para realizar as tarefas são fatores que geram conflitos e esgotamento para os enfermeiros. Por esse motivo seria necessário rever tais situações e desenvolver mecanismos que reestruturassem a prática da enfermagem visando melhores condições de trabalho e diminuição dos efeitos deletérios à saúde desses profissionais.

- **Assistência de Enfermagem prestada ao paciente**

A área D (assistência de enfermagem prestada ao paciente) demonstrou três atividades com valores de escore acima de 5,0, o que denota alerta para alto nível de stress. São elas : enfrentar a morte do paciente (5,6);atender a familiares de pacientes críticos (5,11) e orientar familiares de paciente crítico (5,0).

Dentre as três atividades citadas, sabemos que o enfrentamento da morte do paciente é a mais descrita na literatura pelo grande sofrimento psíquico e pelo desgaste emocional que gera nos profissionais.

O enfermeiro é o profissional que permanece mais tempo ao lado do paciente e da família. Essa permanência e a proximidade decorrente dela geralmente é fonte de angustia e desgaste emocional.

Uma forma de lidar com o sofrimento gerado pela morte do paciente, é evitar o envolvimento excessivo com o mesmo enquanto está prestando assistência a ele. Já como mecanismos individuais de defesa alguns enfermeiros, mencionados no estudo de Kirschbaum (1998), relataram procurar a religião ou alguma forma de ajuda espiritual e inúmeros passatempos : passeios, execução de trabalhos manuais, leitura e meditação. A maioria destes enfermeiros mencionou o choro como válvula de escape. Uma pequena parcela dos enfermeiros relatou não misturar problemas do trabalho com sua vida pessoal, denominando isso como “ independência profissional”.

O contato com a morte gera o sentimento de impotência ao enfermeiro. Há sofrimento advindo do envolvimento com o paciente e com seus familiares e da impotência diante da evolução negativa do diagnóstico.

Como alternativa para minimizar o sofrimento psíquico e o desgaste emocional gerado pela morte do paciente, os profissionais deveriam contar com um suporte psicológico para que pudessem compartilhar suas angústias e aprender lidar com elas. Desta forma, poderíamos minimizar um fator altamente estressante para os profissionais de enfermagem.

CONCLUSÃO e CONSIDERAÇÕES FINAIS

Consegui identificar os estressores das enfermeiras atuantes em unidade de internação e, através do teste de Pearson, foi verificado que não houve correlação estatisticamente significativa ($p < 0,05$) entre as áreas de estudo de stress na atuação do enfermeiro e o tipo de unidade (unidade de internação em relação às unidades de cuidado intensivo e semi-intensivo).

Ao iniciar o estudo não se imaginava que o enfermeiro poderia ser alvo de tantas situações estressantes. No transcorrer do estudo, a bibliografia pesquisada despertou ainda mais o interesse pelo tema e fez com que associasse a literatura com a prática vivenciada nos estágios dentro das instituições hospitalares.

Foi interessante para avaliar as atitudes de alguns profissionais com um olhar mais crítico e, por vezes entender que nem sempre agem de forma desinteressada porque são simplesmente dessa forma, e sim porque têm todo um universo de dificuldades e conflitos que o cercam e, às vezes , os afligem.

O exercício da enfermagem é permeada por uma constante exposição à situações de stress decorrentes de dois aspectos: o primeiro é que, ao lidar com o cliente, o enfermeiro enfrenta no seu cotidiano a dor, a morte, o medo, a angustia, a tensão desses indivíduos , e para tanto necessita desenvolver habilidades para enfrentar tais situações; o segundo aspecto desta profissão é que a maioria de seus profissionais trabalha em hospitais, os quais exigem uma constante troca de turno, alterando o ritmo circadiano desses profissionais ao inverter seus horários de trabalho, como também uma disponibilidade de renúncia aos fins de semana, feriados e festas comemorativas, o que compromete sua participação na vida familiar e social para atender aos seus clientes.

Pensando numa forma de minimizar os efeitos deletérios gerados pelos estressores na profissão do enfermeiro , poderiam ser desenvolvidos estudos com o intuito de proporcionar uma maneira menos tensa dos enfermeiros suportarem tais estressores, e para isso o relaxamento pode ser uma das alternativas.

O ser humano pode aliviar a ansiedade de várias formas, lançando mão dos mecanismos mentais de defesa (abordagem Freudiana) ou mecanismo de coping. O conceito de “coping” é o modo usual do individuo lidar com problemas ou situações incomuns. É o conjunto de processos ou mecanismos através dos quais é restabelecido o equilíbrio psicológico e fisiológico . Algumas vezes, o coping é referido como esforços cognitivos e comportamentais para dominar, tolerar ou reduzir as demandas do stress.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Anderson M, Chiriboga DA, Bailey JT. Changes in management stressors on ICU nurses. *Dimensions Critical Care Nursing* 1998; 7(2): 111-117.
2. Appelbaum SH. *Stress management for health care professions*. Rockville: Aspen;1981.
3. Aubert N. A neurose profissional. In: Chanlat JF. *O indivíduo na organização : dimensões esquecidas*. São Paulo: Atlas 1996; 163-93.
4. Bachion MM, Peres AS, Belsário VL, Carvalho EC. Estresse, ansiedade e coping: uma revisão dos conceitos, medidas e estratégias de intervenção voltadas para a prática de enfermagem. *Rev Min Enf* 1998; 2(1): 33-9.
5. Bianchi ERF. *Stress entre enfermeiros hospitalares*. [livre docência] São Paulo (SP): Escola de Enfermagem da USP;1999.
6. Bronzatti JAG. *O trabalho de enfermagem na unidade centro de material: uma abordagem ergonômica*. [dissertação] São Paulo (SP): Escola de Enfermagem da USP; 2002.
7. Carvalho AM. Barulho e desempenho: aspectos ergonômicos. *Rev Brás Saúde Ocup* 1985; 13 (50):82-7.

8. Kirschbaum DIR, Silva JB. O sofrimento psíquico dos enfermeiros que lidam com pacientes oncológicos. Rev Bras Enf 1998; 2 (51): 273-290.
9. Lautert L, Chaves EHB, Moura GMSS. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. Rev Pam Salud Publica 1999; 6 (6): 415-425.
10. Menzies IEP. Nurses under stress. Int. Nurs. Review 1960; 7(6): 9-16.
11. Organização Mundial da Saúde (BR). Global strategy on occupational health for all. Genova;1995.

ISSN 1695-6141

© [COPYRIGHT](#) Servicio de Publicaciones - Universidad de Murcia