

# ESTRESSE E IMPLICAÇÕES PARA O TRABALHADOR DE ENFERMAGEM

Jorge Luiz Lima da Silva<sup>1</sup>  
Enirtes Caetano Prates de Melo<sup>2</sup>



As relações do indivíduo com seu trabalho acabam por influenciar no estilo de vida dos profissionais que cuidam. Reportando o pensamento a doutrina humanizadora do Ministério da Saúde, deve-se lembrar de que para que o cuidado prestado aos clientes seja adequado são necessários ambiente, recursos e condições dignas de trabalho para os profissionais de enfermagem desenvolvam suas atividades laborais (BRASIL, 2000, DESLANDES, 2004).

O trabalhador de enfermagem geralmente possui mais de um vínculo empregatício, deve ser considerado o pouco tempo destinado ao lazer e, como a maioria dos trabalhadores pertence ao gênero feminino, a jornada de trabalho doméstico também deve ser considerada na análise da qualidade de vida desses profissionais.

O estilo de vida frenético decorre; muitas vezes, de necessidades financeiras e manutenção de um padrão social, fazendo com que o (a) trabalhador (a) estabeleça para si um ritmo rigoroso de atividades envolvendo os vínculos empregatícios e a vida doméstica, desta forma, propiciando o estresse. Soma-se a isso, o fato de trabalhar em situações adversas impostas pela profissão que impõe grande demanda de atividades variadas - em turnos diferentes - pode afetar o desempenho físico, gerar distúrbios mentais, neurológicos, psiquiátricos e gastrintestinais como comentam Costa, Morita e Martinez (2000, p.554).

Januário (2005) ressalta que a lei trabalhista, de forma contundente, impõe ao trabalhador longas jornadas de trabalho. Dependendo do tipo de atividade desenvolvida e setor de atuação os riscos a saúde devem ser considerados.

As relações interpessoais na equipe de saúde são referidas por muitos profissionais como fator contributivo para estresse oriundo do ambiente onde se desenvolvem as atividades laborais, bem como o ritmo e a exigências de serviços, pois

O problema de um indivíduo estar estressado ou não conjuga a influência da estrutura do sistema com a forma como o indivíduo afronta as demandas do meio, portanto o modo de vida e a atividade de uma pessoa contribuem para determinar sua saúde e sua enfermidade (LABRADOR; CRESPO *apud* LAUTERT; CHAVES; MOURA, 1999, p. 421).

Atualmente, há uma preocupação com a saúde mental e bem-estar dos trabalhadores da área da saúde. É crescente o afastamento permanente do trabalho por doenças mentais tende, em um futuro próximo, a superar os afastamentos por doenças cardiovasculares e osteomusculares (CORGONZINHO, 2002).

A literatura descreve ocorrência de transtornos mentais comuns (TMC) em profissionais de enfermagem. Estudos epidemiológicos realizados na área da saúde do trabalhador evidenciaram associação entre a ocorrência de TMC e trabalho exercido por esses profissionais, (ARAÚJO, 1999, ARAÚJO et al, 2003), também com estudantes do curso de graduação em enfermagem (FAGUNDES, LUDEMIR, 2005) e com aspectos relacionados ao gênero feminino (ARAÚJO, 1999, ARAÚJO; PINHO; ALMEIDA, 2005). Tais estudos evidenciam a vulnerabilidade peculiar da classe.

Os TMC ocorrem quando há alterações orgânicas significativas mediante a presença do estímulo estressor, segundo Ballone, Neto e Ortoloni (2002) é a partir desse ponto que o processo começa as reações orgânicas, as atitudes, as emoções e comportamentos, alterações químicas, fisiológicas dentre outras. *Psiquicamente, a ansiedade crônica ou esgotamento leva a um estado de apatia e desinteresse, desânimo, uma espécie de pessimismo, insegurança e medo em relação à vida.* (ibid, p.80)

Kac e cols. (2006) afirmam que morbidades dessa categoria são muito comuns e difíceis de caracterizar. Os indivíduos relatam tristeza, ansiedade, fadiga, diminuição da concentração, preocupação somática, irritabilidade e insônia.

Como ressalta Alves (2004, p. 153), trabalhar em situações de estimulação ambiental excessiva *pode possibilitar equilíbrio psicossomático relevante para o funcionamento psíquico.* Em contrapartida, *pode levar a infelicidade, alienação e doença mental* como afirma Dejours (2000, p.98).

Para o Ministério da Saúde (2001, p. 20), *pode-se dizer que o perfil de morbimortalidade dos trabalhadores caracteriza-se pela coexistência de agravos que têm relação direta com condições de trabalho específicas* como, por exemplo, as doenças relacionadas ao trabalho, que têm sua frequência, surgimento e/ou gravidade

modificadas pelo trabalho e doenças comuns ao conjunto da população, que não guardam relação etiológica com o trabalho.

No Brasil, a maior representação de profissionais de enfermagem encontra-se nos hospitais, seguindo o modelo assistencialista do setor saúde, atendendo ao modelo biológico curativista. Os fatores ligados ao ambiente, ergonomia e o perigo constante do risco biológico justificam a tensão e ansiedade os quais se tornam mais evidentes, na medida em que encontra-se o “cuidar” da equipe de enfermagem voltado para clientes com doenças crônicas, traumas agudos e enfermidades terminais, ou com grave risco de morte.

Esse contato constante com pessoas fisicamente doentes ou lesadas, adoecidas gravemente, com frequência, impõe um fluxo contínuo de atividades que envolvem a execução de tarefas agradáveis ou não, repulsivas ou aterrorizadoras, muitas vezes que requerem para seu exercício, ou adequação prévia à escolha de ocupação, ou um exercício cotidiano de ajustes e adequações de estratégias defensivas para o desempenho das tarefas (PITTA, 1994, p.62).

Tais fatores, mencionados por Ana Pitta, além de gerar as defesas psicológicas, impõem demandas da mesma natureza e acarretam o estresse crônico, o qual pode agir como potencial contribuidor para agravos e danos à saúde do trabalhador.

A legislação previdenciária brasileira (lei n. 3048 de 06/05/1999) reconhece estresse e a depressão como doenças do trabalho o que podem vir a se tornar um grave problema de saúde pública. Fato relevante, na medida em que o trabalho dos profissionais de enfermagem é referido; por diversos autores, como estressante, destacada como uma das profissões passíveis de desenvolvimento da síndrome de *Burnout* —fase mais avançada do estresse que leva ao esgotamento— a qual se refere a um tipo de estresse ocupacional e institucional com predileção para profissionais que mantêm relação constante e direta com outras pessoas, principalmente, quando esta atividade é considerada de ajuda como afirma Ballone (2004).

Os estressores ocupacionais têm recebido atenção especial pelos pesquisadores, fenômeno sendo definido como tensões e problemas advindos do exercício de uma atividade ocupacional. *O trabalho do enfermeiro, por sua própria natureza e características revela-se especialmente suscetível ao fenômeno do estresse ocupacional* (STACCIARINI; TRÓCCOLI, 2001, p.18).

De acordo com Murofuse, Abranches e Napoleão (2005, p. 259) a enfermagem foi classificada pela *Health Education Authority* como a quarta profissão mais estressante, no setor público, que vem tentando profissionalmente afirmar-se para obter maior reconhecimento social.

Percebe-se que inserido nesse ambiente estão as relações interpessoais e de trabalho que impõe as demandas psicológicas na execução de tarefas e do controle sobre seu trabalho, bem como o desgaste psicológico podendo levar a distúrbios de ordem psíquica. Lautert, Chaves e Moura (1999) ressaltam que a falta de controle sobre o trabalho e responsabilidade excessiva produzem conseqüências psicológicas e somáticas negativas para o profissional de enfermagem. As autoras apontam que, no campo hospitalar, o enfermeiro pode desenvolver alterações de saúde de ordem imunológica, músculo-articulares, cardiovasculares e gastrintestinais.

As demandas de ordem psicológica, assim como o grau de controle que o trabalhador aplica no desenvolvimento de suas atividades laborais são atualmente exploradas no Brasil. Durante vários anos, sob de diversas perspectivas, foram identificadas as conseqüências da organização do trabalho e sua relação com estresse saúde e bem-estar do trabalhador. A magnitude desse fenômeno e impacto sobre a economia também podem ser evidenciados (KARASEK; THEORELL, 1990, CREED, 1993, NORIEGA et al, 2000). Araújo e cols. (2003) em estudo com profissionais de enfermagem na Bahia, encontrou associação entre níveis altos de demanda psicológica no trabalho e prevalências de TMC, assim como também esteve associado o nível baixo de controle sobre as tarefas desenvolvidas na instituição hospitalar com as desordens psíquicas.

Outro fator importante que se encontra no ambiente hospitalar de trabalho é a falta de aparato técnico e a própria organização do espaço físico como refere Silvino (2002) relatando os problemas de uma unidade pública universitária no estado do Rio de Janeiro. No setor privado, pode ser citado o completo aparato técnico que, muitas vezes, afasta o profissional do cuidado direto ao cliente e o aproxima da máquina. O excesso de equipamentos para monitoramento impõe mais atenção e obrigação do domínio das funções eletrônicas e o esquecimento de que a tecnologia deveria propiciar melhor qualidade da atenção ao cliente e contribuir para que o profissional torne-se mais presente e prestativo à sua clientela, já que a tecnologia muitas vezes poupa tempo. Em

suma, o trabalho pode ser percebido como fonte de satisfação; entretanto, quando rompe os limites da resistência física e psicológica, pode contribuir para agravos à saúde do trabalhador de enfermagem. A classe descrita aqui acaba sendo vítima da estrutura organizacional do trabalho, das demandas psicológicas necessárias para o desenvolvimento de suas tarefas, e os riscos químicos, físicos e biológicos nosocomiais

há muito tempo descritos e conhecidos pelos estudiosos da área. Além de se levantar a discussão sobre as medidas para promoção da saúde do trabalhador das grandes instituições hospitalares, ressalta-se também o foco de atenção dos estudos científicos da área que alertam para a relevância da saúde mental do trabalhador. Esta é a primeira a ser afetada, por sua vez, mais tarde o corpo apenas sinaliza as conseqüências.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO; et al. Aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios psíquicos entre trabalhadoras de enfermagem, Rev Saúde Pública, v.37, n. 4, p. 424-33. 2003.
- BRASIL.Ministério da Saúde. Programa Nacional de Humanização da Assistência Hospitalar. Brasília,2000.
- CREED, F. Mental health problems at work. BMJ, n.306, p.1082-1083.1993.
- CORGONZINHO, I. Saúde mental, trabalho e o descompasso tupiniquim. Revista Saúde mental & Trabalho, Belo Horizonte: UFMG, n.1, Ano 1, ago, p. 05 a 15.2000.
- COSTA, E. S; MORITA, I; MARTINEZ, M.A.R. Percepção dos efeitos do trabalho em turnos sobre a saúde e a vida social em funcionários da enfermagem em um hospital universitário do Estado de São Paulo, Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 16, n.2, p.553-555.abr-jun.2000.
- DESLANDES, S. F. Análise do discurso oficial sobre a humanização da assistência hospitalar. Ciência & Saúde Coletiva, v. 9, n.1, p.07-14.2004.
- FAGUNDES, V.L. D.; LUDEMIR, A. B. Transtornos mentais comuns em estudantes da área da saúde, Rev. Bras. Psiquiatria, v. 27, n.3, p.194-200. 2005.
- JANUÁRIO, F.V. O. O trabalho de enfermagem na unidade de terapia intensiva: conseqüências e implicações no corpo das enfermeiras. Dissertação (mestrado em enfermagem)- Escola de Enfermagem Alfredo Pinto da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2005. 128f.
- KARASEK R; THEORELL T. Healthy work: stress, productivity and the reconstruction of working life. New York: Basic Books, 1990.
- LAUTERT L; E. H. B. CHAVES; G. M. S. S. MOURA. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro, Rev Panam Salud Publica, Pan Am J Public Health, v. 06 n.06, 1999.
- LABRADOR F.J.; CRESPO M. Estrés: transtornos psicofisiológicos. Salamanca: Eudema, 1993.
- NORIEGA, M. Interacción de las exigencias de trabajo en la generación de sufrimiento mental, Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.16, n.4, p.1011-1019, out-dez. 2000.
- PITTA, A. Hospital, dor e morte como ofício. São Paulo: Hucitec,1994.
- SILVINO, Z. R. O desgaste mental no trabalho dos enfermeiros: entre o real e o prescrito.Tese de doutorado. Rio de Janeiro: UFRJ – EEAN, 2002.112p.
- STACCIARINI, J.M.; TRÓCCOLI, B.T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro, Rev Latino-am Enfermagem,v.9, n.2, p.17-25, março. 2001.

## REFERÊNCIA DO TEXTO:

SILVA, J.L.L.; MELO, E.C.P. Estresse e implicações para o trabalhador de enfermagem. Disponível em: <<http://www.uff.br/promocaodasaude/informe>>. Acessado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

<sup>1</sup> Enfermeiro. Pós-graduado em Ativação de Processos de Mudança na Formação Superior de Profissionais de Saúde ENSP/FIOCRUZ. Professor Colaborador do curso de especialização Enfermagem em Promoção da Saúde. Mestrando em Enfermagem/ UNIRIO.E-mail jorgeluzlima@vm.uff.br

<sup>2</sup> Enfermeira. Doutora em Saúde Pública. Professora Adjunta do Curso de Mestrado *Stricto Sensu* e de graduação em enfermagem da Escola de Enfermagem Alfredo Pinto/ UNIRIO. E-mail: enirtes@globo.com.