

FATORES ESTRESSANTES QUE PROPICIAM ALTERAÇÕES PSICOLÓGICAS EM ENFERMEIROS EMERGENCISTAS.

Maria Karoline Santos Lima¹; Débora Vieira de Farias²; Safira Ferreira do Nascimento³; Josivan Soares Alves Júnior⁴

¹ Discente de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande.
(karolinelimaenf@gmail.com)

² Discente de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande.
(deboravieira.med@gmail.com)

³ Docente do Departamento de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande. (profjosivansoares@gmail.com)

Resumo: Sabendo que a saúde, considerada pela Organização Mundial da saúde (OMS), como sendo o estado de completo bem-estar físico, mental e social, podemos afirmar diante disso que o processo saúde doença está intrinsecamente relacionado a uma série de fatores que propiciam ao indivíduo uma qualidade de vida que pode favorecer ou não a alterações psicológicas. Diante disso, vale ressaltar que no que concerne fatores estressantes aos profissionais emergencistas deve-se ter em mente a precariedade do ambiente de trabalho, a escassez de subsídios, as responsabilidades cotidianas, a sobrecarga física e psíquica e a superlotação dos hospitais de pronto atendimento, bem como a defasagem salarial, sendo estas vertentes que colaboram para um processo de adoecimento do trabalhador da área de saúde, sobretudo, aos de caráter emergencial. Sob este prisma, o presente trabalho objetiva discorrer sobre os elementos que proporcionam uma deterioração na saúde daqueles que são peça fundamental no atendimento à vítima em estado de emergência, além de favorecer meios que venham a auxiliar o profissional na conservação da sua qualidade de vida mesmo mediante a fatores de estresse. Fora utilizadas para pesquisa a Biblioteca Virtual de Dados – BVS, bem como também bancas de Literatura Latino- Americana e do Caribe em ciências da Saúde – LILACS e Literatura Internacional em Ciências da Saúde – MEDLINE e os descritores de ciências em saúde – DECS.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador, esgotamento, emergência, doença.

Introdução

A condição estressante do trabalho é um assunto bastante explorado atualmente devido ao aumento dos índices de doenças psíquicas desenvolvidas por estresse cotidiano no âmbito de trabalho. Evidencia-se, principalmente, nos profissionais de emergência por estarem sujeitos de forma rotineira a fatores que demandam um maior equilíbrio emocional. (REIS, 2010)

Por isso, o estudo do estresse tem sido dominado pela perspectiva clínica, como um fenômeno psicofisiológico decorrente da percepção individual de desajustes entre as demandas do ambiente e a capacidade de respostas do indivíduo. Nessa perspectiva, o estresse tem consequências fisiológicas, psicológicas e comportamentais que são mediadas pela percepção, com foco na susceptibilidade do indivíduo, cujas intervenções são dirigidas para o desenvolvimento de estratégias individuais de enfrentamento (REIS, 2010).

Diante disso, o termo estresse advém, de acordo com Selvye em 1936, como sendo sinônimo de uma adaptação do organismo mediante a situações que ameacem a vida e o equilíbrio interno do indivíduo, o que é denominado de SAG ou Síndrome da Adaptação Geral. Esta síndrome pode dividir-se em fases, sendo a primeira a de alerta em que é uma fase aguda onde o corpo reconhece o estressor e ativa de imediato o sistema neuroendócrino que libera uma sobrecarga hormonal que provoca na pessoa um sensação de vigília, conseqüentemente, fazendo com que o indivíduo sofra alterações físicas como aumento da frequência cardíaca, respiratória e elevação da pressão arterial sistêmica, entre outras. Posteriormente, diante da expressão de sintomas o corpo entra em fase de adaptação e resistência, nesta fase há uma diminuição dos efeitos ocasionados pela fase de alerta em que ocorre uma redução nos níveis hormonais. (PANIZZON et al., 2008).

Todavia, se a sensação de estressante der continuidade, ou seja, tornar-se crônico, é ativada a terceira fase em que há um mecanismo de exaustão em que é considerado como sendo um estado de doença relacionada a condição estressante, onde o corpo encontra-se exaurido pelo excesso de atividade desempenhada rotineiramente e que se expressa em forma de doenças orgânicas (PANIZZON et al., 2008).

Por isso, o estresse constitui um problema de saúde pública, acrescentando a seu caráter natural a dimensão social das mudanças ocorridas na sociedade contemporânea. No ambiente laboral, dependendo do tempo de permanência, da natureza e da intensidade das relações que o indivíduo desenvolve, o estresse pode trazer repercussões negativas, tanto para sua saúde física como mental (OLIVEIRA et al., 2003).

Visto isso, o trabalho nos serviços de emergência hospitalar exige um conhecimento amplo sobre situações de saúde e certo domínio dos profissionais sobre o processo de trabalho, ou seja, do conjunto das necessidades envolvidas no cotidiano assistencial. Este domínio engloba exigências tais como pensar rápido, ter agilidade, competência e capacidade de resolutividade dos problemas emergentes. Trata-se de um ambiente de trabalho onde o tempo é limitado, as atividades são inúmeras e a situação clínica dos usuários exige, muitas vezes, que o profissional faça tudo com rapidez para afastá-lo do risco de morte iminente (ALMEIDA, 2007).

De acordo com esta perspectiva, apesar da responsabilidade de ter o destino do doente nas mãos, o enfermeiro de emergência, principalmente na situação atual de precariedade dos Hospitais Brasileiros, deve saber adaptar-se às situações que demandam uma maior resistência emocional. O fato de lidar com pessoas em risco eminente de vida, bem como ter sempre que está em alerta

demanda ao profissional a enorme responsabilidade de ser ativo e eficiente em todas as práticas realizadas. (ALMEIDA, 2007)

Por isso, a enfermagem encontra-se no quarto lugar no ranking das profissões mais desgastantes do serviço público, no entanto são poucos os estabelecimentos de saúde que prestam algum tipo de atendimento com suporte psicológico a estes profissionais (MESQUITA, 2014).

No entanto, o presente trabalho visa analisar os principais fatores que predispõe a alterações psicológicas em profissionais emergencistas, bem como discorrer de medidas organizacionais e institucionais que possam auxiliar estes trabalhadores a lidar com fatores estressantes em âmbito laboral.

Método

Este artigo consiste em uma revisão bibliográfica se utilizando de artigos selecionados através do Banco Virtual de Saúde- BVS, em que foram analisados de início 40 artigos e por critério de relação ao tema em evidência foram excluídos 25, restando 15 trabalhos nos anos de 2006 a 2017 disponíveis em plataforma on-line e com texto completo para realização da pesquisa, sendo estes de bancas de Literatura Latino- Americana e do Caribe em ciências da Saúde – LILACS e Literatura Internacional em Ciências da Saúde – MEDLINE. Os artigos foram selecionados com base nas análises acerca da atualidade da publicação, correlação com o assunto em evidência, fidedignidade das pesquisas, bem como qualidade dos materiais. Fora usufruído dos Descritores em ciências da saúde – DECS, fazendo uso das palavras: Saúde do trabalhador, Doença, Trabalho, esgotamento.

Para ressaltar detalhes acerca do atendimento prestado pelo enfermeiro e suas funções perante uma vítima em situação emergencial foi utilizado o livro de atendimento pré-hospitalar ao traumatizado – Phtls, 7 edição.

Resultados e Discussão

O nível de estresse do indivíduo pode afetar seriamente o alcance das funções desempenhadas cotidianamente pelo profissional, visto isso, quando o trabalhador está em estado de estresse extremo, depressão, desenvolvimento de transtorno de ansiedade ou até mesmo o desencadear da Síndrome de Bournout, isso afeta intrinsecamente as funções de pensamento ordenado, bem como a modificação no atendimento e convivência em equipe, ofertando prejuízos na organização e desempenho do

trabalho, tornando o profissional disfuncional e não sendo mais considerado uma condição normal e sim, patológica. (PANIZZON, ET AL. 2008)

Diante de tal perspectiva, sabe-se que não se pode confundir o estresse, que é um estado de alerta a mecanismos que possam prejudicar o equilíbrio interno do profissional, com a Síndrome de Bournout ou também conhecida como Síndrome do esgotamento profissional que é considerada a primeira resposta a estressores emocionais (PANIZZON, et al. 2008).

A síndrome de Bournout constitui um dos grandes problemas psicossocial, pois o homem devido a seu ritmo intenso de trabalho torna-se refém da rotina e não possui tempo para realização de atividades prazerosas, fazendo com que o mesmo chegue a um estado de esgotamento psíquico, pois essa síndrome é de característica multidimensional e por ser uma resposta laboral crônica é evidenciada por exaustão, esgotamento profissional associada à falta de capacidade de exercer funções em que além da sintomatologia psicológica estas são acompanhadas de efeitos somáticos, por exemplo fadiga, distúrbios cardiovasculares, osteomusculares, alterações no sono, distúrbios gastrointestinais que são os mais evidenciados, principalmente, em profissionais de enfermagem, pois estes estão vinculados ao paciente na maioria do tempo. Por conseguinte, a essa afirmativa, é observado uma maior carga de trabalho e em concomitante uma sobrecarga mental e física exacerbada (PORTELA et al., 2015).

Ademais, o acesso indiscriminado às urgências e emergências provoca tensão nos locais onde é feito o atendimento que resulta em grande estresse e desgaste para os trabalhadores de saúde e em desconforto para os usuários, que acabam por ter que esperar pelo atendimento em longas filas de espera. Os trabalhadores sentem-se impotentes e desgastados perante uma demanda de trabalho superior às capacidades de resposta da equipe (ALMEIDA, 2007).

Sob este prisma, além do estresse excessivo, o enfermeiro do atendimento emergencial por lidar frequentemente com vítimas em eminente risco de vida e ter que conviver com a constante relação com a perda e a morte, bem como por desempenhar o papel, em muitas das vezes, de auxiliador no processo de aceitação da gravidade ao paciente e familiares, o mesmo se predispõe a desencadear também outros distúrbios emocionais a exemplo da depressão e ansiedade ocasionadas pela grande demanda de sofrimento psíquico. Esse aumento de fatores estressantes vinculados a depressão é notório em uma avaliação feita em dois hospitais de São Paulo, um filantrópico e um estadual por Mazzaia (2015) em que expressa que 90% dos profissionais de emergência são adoecidos por depressão, pode-se observar então um número altamente relevante e que requer atenção da organização mundial de saúde, bem como as instituições hospitalares.

Além disso, em uma outra pesquisa realizada por Oliveira (2013), observou que o nível de estresse e as manifestações de sintomas físicos de profissionais de enfermeiros e auxiliares de enfermagem que trabalham em Pronto Socorro de um Hospital Estadual que identificou que 37% apresentaram cansaço, 92% dificuldade para dormir, 65% irritavam-se por pequenas coisas, 45% com elevado índice de estresse e 38% com nível moderado de estresse.

Diante disso, há uma cobrança em relação do enfermeiro não somente com a parte de cuidado a vítima, mas também há uma demanda maior de trabalho em questões de gerenciamento da unidade, seja tomando decisões sobre o que fazer diante de inúmeras vítimas e pouco acesso a recursos, seja evidenciando situações atípicas e que necessitam de uma resolução imediata. Além disso, por vezes as situações se tornam ainda mais estressantes quando foge do controle profissional, a sensação de impotência ao observar o paciente que necessita de auxílio e a instituição hospitalar não ter disponível recursos suficientes para atendimento ou quando não há mais nada que possa ser feito para reversão do caso deixa ainda mais evidente a sobrecarga psicológica e física do enfermeiro em ter que adaptar-se e enfrentar as mais diversas intercorrências que acontecem durante os plantões de rotina. (OLIVEIRA, 2013)

O profissional de emergência, por ser trabalhado desde a sua formação acadêmica para dar o máximo para salvar vidas quando não consegue controlar a situação fica ainda mais predisposto a um nível de estresse excessivo. Visto isso, o papel do enfermeiro é desempenhado de acordo com uma responsabilidade gigantesca que faz com que o profissional emergencista esteja cotidianamente vinculado a situações de estresse e ansiedade. Por isso, o enfermeiro convivendo diariamente com condições insuficientes para desenvolver um trabalho adequado, associada a sobrecarga e a má remuneração para o desempenhar de funções, traz pra si a sensação de esgotamento, desencadeando no mesmo um processo de adoecimento e insatisfação com o trabalho.

No Brasil, com o intuito de minimizar a problemática em questão, destaca-se que, tem sido implementada a Política Nacional de Humanização (PNH) (OLIVEIRA, 2013), todavia, ainda há controvérsia a esta política, visto que, a sobrecarga profissional e o estresse rotineiro dos profissionais advêm de uma má organização institucional e trabalhista, bem como o acesso desumanizado, pois hospitais superlotados e com recursos insuficientes não se encaixam no padrão de humanização no atendimento.

Neste contexto, deve-se enfatizar a importância dos profissionais em questão e analisar o desenvolvimento de sintomas estressantes em profissionais emergencistas, visto que, um trabalhador não gozando de suas completas funções psicológicas desencadeia uma série de consequências

negativas no desempenhar de suas funções, pois, conforme fora evidenciado, um indivíduo em situação de estresse, sobrecarga emocional, desgaste físico e insatisfação salarial não consegue atribuir qualidade ao trabalho desenvolvido o que, por conseguinte, afeta os pacientes que necessitam de uma intervenção imediata, eficaz e humanizada. (MESQUITA, 2014)

Conclusões

Sabe-se, então, que o setor de emergência por ter um fluxo contínuo de pessoas que necessitam de auxílio imediato, bem como por ser um âmbito de ocasiões imprevisíveis que demandam do profissional de enfermagem uma maior precisão do atendimento, uma atenção maximizada, além de exigir agilidade e pensamento crítico diante de diversas situações, predispõe ao trabalhador uma sobrecarga física e mental exacerbada deixando-o propício ao desenvolver de alterações emocionais que, na maioria das vezes, negativa as funções exercidas.

Diante do contexto, a defasagem salarial, faz com que o profissional, para ter uma renda um pouco mais significativa, busque através de duplas jornadas de trabalhos conseguir manter uma boa qualidade de vida, todavia, o que implica ainda mais a insatisfação devido a uma falta de reconhecimento profissional e a sobrecarga psíquica, fatores estes que afetam o comportamento profissional que por vezes cometem erros nos procedimentos, aumentam os índices de acidentes de trabalhos e são incapazes de ter um planejamento pessoal para momentos de descanso e lazer, tudo isso decorrente e atribuído com veemência pela exaustão psicológica e física que faz com que o indivíduo fique disperso e sem concentração no decorrer das atividades praticadas.

Mediante a isso é notório que as condições organizacionais dos hospitais públicos no Brasil ainda são insuficientes para prestar um atendimento eficaz e de qualidade, por isso, as maiores queixas profissionais são nas medidas institucionais que não dispõe de equipamentos e condições suficientes para um bom desenvolvimento do trabalho, o que também culmina ainda mais ao desenvolvimento de fatores de estresse.

Visto isso, é evidenciado que o estresse vinculado ao trabalho ou estresse ocupacional a depender do grau em que se encontra, pode ocasionar prejuízos tanto ao trabalhador quanto a instituição empregadora, pois o absenteísmo devido a sobrecarga psíquica é um fator negativo ao atendimento do paciente em estado emergencial. Por isso, o desgaste físico e emocional do trabalhador da área de saúde requer não somente uma visibilidade perante à sociedade, mas também exige uma maior intervenção do meio organizacional da instituição para zelar pela saúde e bem-estar do trabalhador.

Diante disso, a Lei Orgânica de Saúde 8.080/90 promulga que é um dever do Estado de garantir a saúde em que consiste na formulação e execução de políticas econômicas e sociais que visem à redução de riscos de doenças e de outros agravos e no estabelecimento de condições que assegurem acesso universal e igualitário às ações e aos serviços para a sua promoção, proteção e recuperação.

À face do exposto, é necessário medidas cabíveis que venham a fornecer ao profissional meios de enfrentamento as sensações cotidianas de estresse, pois o trabalhador, por ser cidadão, também deve gozar do direito a ter a preservação da saúde. Todavia, como as condições trabalhistas evidenciadas nos hospitais não favorecem as mesmas, deve-se enfatizar, principalmente, a iniciativa de implementação de medidas que venham a auxiliar o profissional emergencista a cuidar de si e preservar a sanidade mental, porque para exercer suas funções de maneira eficaz e sem indução a erros o enfermeiro deve atentar-se a fatores que lhe tiram do controle emocional, pois é evidente que assim como é necessário um preparo físico para manter-se sem problemas durante os plantões, deve-se ter em mente as práticas de controle e enfrentamento a situações estressantes para também evitar condições de adoecimento psíquico preocupantes ao desenvolvimento da prática profissional.

Referências

(NAEMT), National Association Of Emergency Medical Technicians . PHTLS. Atendimento Pré-Hospitalar ao Traumatizado.. 7ª Ed.. ed. [S.l.]: Livro Impresso, 2012. cap 7 p.

ape-28-03-0209.pdf

BATISTA, Karla de Melo and BIANCHI, Estela Regina Ferraz. **Estresse do enfermeiro em unidade de emergência.** *Rev. Latino-Am. Enfermagem*[online]. 2006, vol.14, n.4, pp.534-539. ISSN 1518-8345. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692006000400010>.

FARIAS, Sílvia Maria de Carvalho et al. **Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento.** *Rev. esc. enferm. USP* [online]. 2011, vol.45, n.3, pp.722-729. ISSN 0080-6234. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000300025>.

Martins CC, Valente GSC. Influence of the stress in the occupational nurse's health who works in hospital emergency. *Rev Enferm UFPE Online* [Internet]. 2010 [acesso em 2018 abr 21];4(2):533-8. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/>

Martins CCF, Vieira NA, Santos VEP. Reflexos do trabalho na qualidade de vida de enfermeiros APH. *Rev Pesq Cuid Fundam* 2012;4(4):2866-971.

MESQUITA KL, GOMES GPLA, SILVA MJBF, et al. A visão do enfermeiro/gestor sobre a necessidade de implementar apoio psicológico aos profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência. *Rev. Enferm. Cent. O. Min.*; 4(1):1019-1028, Jan/Abr 2014.

Oliveira FP, Mazzaia MC, Marcolan JF. Symptoms of depression and intervening factors among nurses of emergency hospital services. *Acta Paul Enferm* [Internet]. 2015 [acesso em 2018 abr 21];28(3):209-15. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/ape/v28n3/en_1982-0194-

OLIVEIRA, Joana D'Arc de Souza et al. **Representações sociais de enfermeiros acerca do estresse laboral em um serviço de urgência.** *Rev. esc. enferm. USP* [online]. 2013, vol.47, n.4, pp.984-989. ISSN 0080-6234. http://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420130000400030_

Panizzon C, Luz AMH, Fensterseifer LM. Estresse da equipe de enfermagem de emergência clínica. *Rev Gaúcha Enferm.*, Porto Alegre (RS) 2008 set;29(3):391-9

Pereira DS, Araújo TSSL, Gois CFL, Gois Júnior JP, Rodriguez EOL, Santos V. Estressores laborais entre enfermeiros que trabalham em unidades de urgência e emergência. *Rev Gaúcha Enferm.* 2013;34(4):55-61. <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2014.01.39824;>

Pinho PS, Araújo TM. Trabalho de enfermagem em uma unidade de emergência hospitalar e transtornos mentais. *Rev Enferm UERJ* 2007;15(3):329-36.

Portela NLC, Pedrosa AO, Cunha JDS, Monte LRS, Gomes RNS, Lago EC. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência. *Rev. pesqui. cuid. fundam.* 2015;7(3):2749-60.

REIS, Ana Lúcia Pellegrini Pessoa dos; FERNANDES, Sônia Regina Pereira and GOMES, Almiralva Ferraz. **Estresse e fatores psicossociais.** *Psicol. cienc. prof.* [online]. 2010, vol.30, n.4, pp.712-725. ISSN 1414-9893. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932010000400004>.

Silveira MM, Stumm EMF, Kirchner RM. Estressores e coping: enfermeiros de uma unidade de emergência hospitalar. *Rev Eletrônica Enferm* [Internet]. 2009 { acesso em 2018 abr 21}; 23];11(4):894-903. Disponível em http://www.fen.ufg.br/fen_revista/v11/n4/pdf/v11n4a15.pdf.

VELOSO, Lorena Uchôa Portela et al. Prevalência de ansiedade em profissionais de enfermagem de urgência e emergência. *Journal of nursing, Recife*, 21 nov. 2016. 10, p. 3969. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/11479/13328>>. Acesso em: 21 abr. 2018.