

Estresse ocupacional: desequilíbrio no exercício profissional de Enfermagem

Occupational stress: imbalance in the Nursing professional exercise

Estrés ocupacional: desequilibrio en el ejercicio profesional de Enfermería

Recebido: 12/06/2020 | Revisado: 13/06/2020 | Aceito: 18/06/2020 | Publicado: 01/07/2020

Roseli Edna Santana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1117-2129>

Faculdade Cristo Rei, Brasil

E-mail: roseliesantana71@gmail.com

Thiarles Cristian Aparecido Tonon

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0029-3758>

Faculdade Cristo Rei, Brasil

E-mail: profthiarlestonon@gmail.com

Resumo

O presente estudo propõe a análise de materiais já publicados sobre os seguintes assuntos: A importância da profissão de enfermagem que vem conquistando a cada dia mais o seu espaço na área da saúde, o Estresse ocupacional no Exercício da Profissão de Enfermagem, e Síndrome de Burnort (uma forma mais grave do estresse quando não tratado precocemente); com o objetivo de identificar agentes estressores no ambiente de trabalho e buscar medidas de prevenção da doença ou interferência de forma precoce. As informações para a elaboração da pesquisa foram obtidas por meio da pesquisa de publicações de revistas eletrônicas com base de dados na Scielo, Google acadêmico e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) nas quais foram encontradas vários fatores desencadeadores da doença e concluído que o estresse ocupacional é um problema de saúde causada principalmente por trabalho, o seu não tratamento pode evoluir para a Síndrome de Burnout e uma das principais medidas de prevenção é o conhecimento do enfermeiro sobre o assunto.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador; Síndrome de Burnout; Esgotamento profissional.

Abstract

This study proposes the analysis of materials already published on the following subjects: The importance of the nursing profession that is gaining more space in the health area, Occupational stress in the Exercise of the Nursing Profession, and Burnort Syndrome (a more

severe form of stress when not treated early); in order to identify stressors in the workplace and seek measures to prevent disease or interference early. The information for the elaboration of the research was obtained through the search of publications of electronic journals with database in Scielo, Google academic and Virtual Health Library (VHL) in which were found several triggering factors of the disease and concluded that occupational stress it is a health problem caused mainly by work, its non-treatment can evolve to Burnout Syndrome and one of the main preventive measures is the knowledge of the nurse on the subject.

Keywords: Worker's health; Syndrome in Burnout; Professional exhaustion.

Resumen

Este estudio propone el análisis de materiales ya publicados sobre los siguientes temas: la importancia de la profesión de enfermería que está ganando más espacio en el área de la salud, el estrés ocupacional en el ejercicio de la profesión de enfermería y el síndrome de Burnort (una forma más severa de estrés cuando no se trata temprano); con el fin de identificar los factores estresantes en el lugar de trabajo y buscar medidas para prevenir enfermedades o interferencias de manera temprana La información para la elaboración de la investigación se obtuvo mediante la búsqueda de publicaciones de revistas electrónicas con base de datos en Scielo, Google Academic and Virtual Health Library (VHL) en las que se encontraron varios factores desencadenantes de la enfermedad y se concluyó que el estrés ocupacional Es un problema de salud causado principalmente por el trabajo, su falta de tratamiento puede evolucionar a Síndrome de Burnout y una de las principales medidas preventivas es el conocimiento de la enfermera sobre el tema.

Palabras clave: Salud del trabajador; Síndrome de Burnout; Burnout profesional.

1. Introdução

Florence Nightingale projetou a profissão de enfermagem para o mundo quando participou como voluntária na Guerra da Criméia, em 1854, com a participação de 38 mulheres, organizou um hospital para 4.000 soldados, onde reduziu a mortalidade local de 40% para 2%, se tornando a percussora da enfermagem moderna em todo o mundo. Desde então a enfermagem sofreu vários avanços, e a sistematização da assistência de enfermagem deu ao enfermeiro a possibilidade de atingir sua autonomia profissional, conforme a lei nº 7.498, art.11: "O enfermeiro exerce todas as atividades de enfermagem, cabendo-lhe

privativamente: planejamento, organização, coordenação, execução e avaliação dos serviços da assistência de enfermagem" (Andrade, 2007).

Para ressaltar como é importante e necessário se planejar a assistência de enfermagem, a Resolução COFEN nº 272/2002, no seu art. 2º afirma que: "A implementação da Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) deve ocorrer em toda instituição da saúde, pública e privada". Com isso o enfermeiro tem a oportunidade de prestar cuidados individualizados, levando em consideração as necessidades humanas básicas de cada indivíduo (*Ibid*, 2007).

A enfermagem pode ser definida como a ciência do cuidado integral e integrador em saúde, tanto na assistência e coordenação das práticas de cuidado, para promover e proteger a saúde dos indivíduos, famílias e comunidades, que tem como característica a prática social empreendedora, onde o enfermeiro é inserido em diferentes áreas de atuação e situações sociais (Backes *et al.*, 2012).

Dessa maneira é evidente que o cuidado de enfermagem é pautado em práticas de respeito à vida, onde o trabalho é direcionado em prol do bem-estar seja ele individual ou coletivo, seguindo os princípios de proteção, prevenção, reabilitação e recuperação da saúde, baseado em conhecimento científico, garantindo assim cuidados especializados e de qualidade aos pacientes.

A *Health Education Authorith* (Autoridade de Educação em Saúde), fundada em 1987 no Reino Unido definiu a enfermagem como a quarta profissão mais estressante. Diariamente, os profissionais de enfermagem estão expostos a carga física e mental durante seu trabalho, situações de emergência impõem tarefas que sobrecarregam o profissional, as jornadas de trabalho frequentemente são cansativas, predispondo estes profissionais da saúde ao estresse. São profissionais que se encontram em risco constante de adquirir a Síndrome de *Burnout* (Ribeiro, Barbosa & Oliveira, 2008).

No estresse ocupacional o indivíduo compreende as demandas e exigências do trabalho como estressores, excedendo sua capacidade de enfrentamento e provocando respostas negativas (Souza *et al.*, 2018). O estresse pode ser também sinônimo de frustrações, cansaço, dificuldades, ansiedade, desamparo e desmotivação, sendo assim responsável por grande parte dos problemas modernos, especialmente, nos grandes centros urbanos (Meneghini *et al.*, 2011).

De acordo com Costa *et al.*, (2007), a saúde fragilizada de um profissional pode levá-lo a exaustão, ao estresse emocional, insatisfação e conseqüentemente a absenteísmos,

licenças por auxílio doença, podendo levá-lo a níveis altíssimos de desgaste físico e mental, e isso deve ser tratado como um problema de saúde pública, social e uma preocupação mundial.

Uma das consequências dessa situação é o desenvolvimento da *síndrome de Burnout*, que é uma resposta emocional a situações de estresse crônico, decorrendo de um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação. Segundo pesquisa do Ministério da Previdência Social, em 2007, 4,2 milhões de indivíduos foram afastados do trabalho sendo que 3.852 foram diagnosticados com a Síndrome de *Burnout*. Dessa maneira percebe-se a necessidade de melhorar a saúde dos trabalhadores, principalmente de enfermagem, pois esses profissionais possuem um relacionamento afetivo com doente e familiares, aspecto esse que propicia o adoecimento do mesmo, e a organização deve estar atenta para essa situação a fim de evitar o estresse entre os funcionários (Jodas *et al.*, 2009).

O estresse ocupacional é considerado responsável por grande parte dos problemas atuais, levando o profissional à exaustão, ao estresse emocional, insatisfação, podendo levá-lo a níveis altíssimos de desgaste físico e mental. A relevância deste estudo consiste em conhecer os fatores estressantes no âmbito de trabalho do enfermeiro, analisar a influência do estresse e o trabalho entre os profissionais de enfermagem, identificar os estressores ocupacionais que contribuem para o adoecimento desses profissionais e apontar preceitos para que se possa evitar esse estresse quando possível ou métodos de reabilitação do profissional a sua condição normal de saúde.

2. Metodologia

Para a elaboração desse estudo foi realizada a pesquisa bibliográfica que é uma revisão da literatura sobre as principais teorias que norteiam o trabalho científico, ou seja, é o levantamento bibliográfico ou revisão bibliográfica, a qual pode ser realizada em livros, periódicos, artigo de jornais, sites da Internet entre outras fontes (Pizzani *et al.*, 2012).

A metodologia adotada para o desenvolvimento da pesquisa foi a revisão bibliográfica com estudo e análise de trabalhos já publicados em revistas eletrônicas sobre o assunto em questão. A base de dados utilizados na pesquisa foram *Scielo*, *Google Acadêmico* e *Biblioteca Virtual e Saúde (BVS)* publicados entre os anos de 2007 e 2019.

Os descritores utilizados para a coleta de dados foram: “Estresse ocupacional”, “Síndrome de *Burnout*” e “Profissão de Enfermagem”, segundo a classificação dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). Na seleção dos descritores, foi encontrado

Burnout como descritor em inglês, que em português, equivale ao termo esgotamento profissional.

3. Resultados e Discussão

A enfermagem é uma profissão que vem se desenvolvendo a cada dia mais em relação a história da civilização. Sendo assim, tem um papel importante por ser uma profissão que trabalha em prol do bem-estar do ser humano, desde a prevenção de doenças, durante e até no processo de morte (Bedin *et al.*, 2006). Nesse contexto (Carvalho & Lopes, 2006), afirmam que é uma profissão que exige um cuidado integral por parte do profissional, que além de cuidar dos problemas físicos de seus pacientes também é necessário identificar todas as suas necessidades, assim como também em todos os ambientes.

A resolução 293 de 2004 do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) fixa e estabelece parâmetros para o dimensionamento do quadro de profissionais de enfermagem nas Unidades Assistenciais das Instituições de Saúde e Assemelhados, para que seja prestado uma assistência de qualidade para os pacientes e que garanta também a saúde do trabalhador (COFEN, 2004). Essa resolução vem em concordância com a Legislação do SUS - Lei 8.080/90, que assegura ao profissional o direito à promoção e proteção da sua saúde, visando também à recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos procedentes das condições de trabalho (Brasil, 2012).

Apesar de todas essas leis que apoiam a conservação da integridade dos trabalhadores, os profissionais de enfermagem que tem a função de cuidar de outras pessoas, na maioria das vezes, esquecem de cuidar de si mesmo, e a cada dia vêm adoecendo, tanto pelas condições insalubres de trabalho, ambientes desfavoráveis e de número reduzido de profissionais (Moraes Filho *et al.*, 2016).

No ambiente de trabalho é necessário a interação dos profissionais para que as ações de cuidados possam ser prestadas com segurança, para isso a harmonia entre os mesmos é extremamente necessária, para que o ambiente de trabalho não seja prejudicado. Como seres humanos estamos sempre interagindo com amigos, familiares, companheiros de trabalho e até mesmo pessoas que nunca vimos, mas para isso é preciso estarmos sempre de bem com nós mesmos, para que possamos dispensar um bom atendimento para os pacientes (BAGGIO, 2007).

De acordo com Baggio (2007, p.410).

Na enfermagem, geralmente cuidamos de pessoas que nunca vimos antes, seguindo os princípios de solidariedade e de responsabilidade profissional, que estão inseridos na base de um cuidar humanizado, que não discrimina raça, credo, gênero ou cor. Ao profissional de enfermagem cabe atender e compreender o “outro” em suas particularidades. Assim, ao buscar o autocuidado, o autoconhecimento e a autoaceitação na sua área de atuação, o cuidador, baseado em seus conhecimentos e tecnologias, sustentará sua prática profissional nas suas próprias atitudes.

Nesse contexto a equipe de enfermagem é considerada de grande responsabilidade sobre a saúde de todos. A comunidade como um todo tem esperado muito dos profissionais enfermeiros, eles esperam que seus problemas de saúde sejam resolvidos. Em um ambiente hospitalar os cuidados médicos são necessários, mas o primeiro contato é com o enfermeiro, responsável por identificar a necessidade de atendimento de cada paciente, administrar medicamentos prescritos pela equipe médica e os cuidados fundamentados na Sistematização de Assistência à enfermagem (SAE), fundamentais na recuperação da saúde.

3.1 A relação da profissão de enfermagem com o estresse ocupacional

Sholze, *et al.*, (2017) define que a enfermagem é formada a maior força de trabalho das instituições hospitalares e é considerado trabalho fundamental, pois são eles os responsáveis pelos cuidados diretos ao paciente, durante as 24 horas do dia, e todos os dias da semana. O enfermeiro tem a condição de gerente do cuidado, e possui perspectiva única sobre o atendimento ao paciente e operações hospitalares, e está na linha de frente desses serviços de saúde. No entanto, esses profissionais são submetidos a vários riscos ocupacionais, principalmente os psicossociais.

A jornada de trabalho excessiva do profissional de enfermagem geralmente afeta sua qualidade de vida, podendo causar cansaço físico e mental, redução da capacidade de trabalho. A demanda excessiva quando não acompanhada de um momento de recuperação física e mental pode acarretar em fatores estressantes (Costa & Santos, 2019).

Vários fatores contribuem para o adoecimento do profissional, mas quando são expostos ao agente estressor, cada um reage de forma diferente. Os sinais mais comuns de alarme de que um trabalhador está prestes a apresentar estresse ocupacional são: tristeza, ansiedade, fadiga, diminuição da concentração, preocupação somática, irritabilidade e a qualidade da assistência fica comprometida (Ferreira, 2015).

De acordo com Ratochinski *et al.*, (2016), o estresse tem a característica como um processo psicológico e fisiológico com respostas que envolvem o Sistema Nervoso Autônomo

e o Sistema Endócrino. Diante disso pode-se verificar como resultados, certas irregularidades hormonais que podem levar ao agravamento da saúde do indivíduo. O estresse está associado em três fases: Primeira fase: é a reação de defesa do organismo demonstrados a partir de sintomas como: taquicardia, palidez, fadiga, insônia, falta de apetite. Na segunda fase: fase resistência ou adaptativa, é a fase que o indivíduo começa a se isolar socialmente, é quando o estresse começa a prejudicar o desenvolvimento do trabalho, começa a se irritar facilmente. A terceira fase é considerada como fase do esgotamento mental, quando o indivíduo apresenta problemas como hipertensão arterial, depressão, ansiedade, problemas sexuais e dermatológicos, como psoríase, vitiligo, urticárias e alergia, além do infarto e até da morte súbita.

Fatores que contribuem para o desenvolvimento do estresse ocupacional são: longas e exaustivas jornadas de trabalho: carga horária de trabalho excessiva; plantões noturnos, insumos e instalações físicas do ambiente inadequadas; déficit no quadro de funcionários para a assistência adequada e o tempo reduzido para prestação da assistência (Schmoeller *et al.*, 2011).

Além dos fatores supracitados, quando há ciência do que realmente é o processo de trabalho exercido pela enfermagem percebe-se que são vários fatores que contribuem para que o profissional adoça no exercício da atividade, estar à frente de diferentes situações desgastantes como, líder de equipe e gerenciador dos processos, estar sempre mediando conflitos, ser alvo de cobranças constantes pela qualidade da assistência de sua equipe, todos esses fatores lhe causa mal estar e desconforto, e conseqüentemente a desmotivação causada pelas dificuldades laborais e problemas cotidianos se somatizam, se tornando um importante fator para o desenvolvimento do estresse ocupacional (Farias *et al.*, 2011).

Todos esses fatores que causam o estresse ocupacional em que os profissionais da enfermagem estão dispostos, leva ao absenteísmo, desgaste emocional, desinteresse pela profissão e até mesmo a troca de área de atuação, deixando clara a necessidade de discutir mais sobre dimensionamento de pessoal, ou seja, o número correto de profissionais, para oferecer assistência de enfermagem de qualidade, livre de riscos, e sobre o estilo de liderança para melhorar o diálogo na equipe. (Bezerra, 2012).

Segundo Costa & Santos (2018) uma das soluções imediatas é o uso de substâncias psicoativas, como fuga do estresse e alívio de seus problemas profissionais e pessoais. O profissional se automedica e controla a quantidade de medicamento que irá consumir, pelo fácil acesso a medicamentos, sem acompanhamento do tratamento por um médico especialista, porém se os problemas estressantes continuam é provável que ele faça uso

irracional dessas drogas, podendo pôr em risco sua própria vida e de quem está sobre seus cuidados.

O profissional necessita discutir sobre o problema que está passando, o que não está fazendo bem. Muitas vezes ele prefere se fechar, abandonar a profissão ou até mesmo tentar tirar a própria vida por descontentamento com a sua vida profissional. Muitos enfermeiros não percebem os riscos ocupacionais a que estão expostos, por isso, é importante que a organização de saúde esteja atenta e que elabore medidas de promoção e proteção à saúde do trabalhador, para que possam proporcionar aos pacientes uma assistência de qualidade, mas para que isso seja possível, primeiramente há de ser garantir a saúde do profissional de enfermagem.

Segundo Sholze *et.al*, (2017) é necessária uma atenção especial por parte os enfermeiros e de instituições de trabalho que identifiquem possíveis agentes estressores em ambiente laboral, pois um profissional doente pode não desempenhar corretamente suas funções. Reuniões de equipe para se discutir sobre o assunto com o objetivo de se buscar soluções para amenizar as situações de estresse e melhorar a qualidade de vida.

Uma das formas de intervenção e prevenção do estresse é adotando medidas através de educação permanente, tentar tornar o ambiente de trabalho mais agradável possível, pautas na jornada de trabalho. Deve-se valorizar o trabalho do profissional, assim como possibilitar um diálogo ao seu nível de satisfação, se há necessidade de acompanhamento psicológico, assim oferecendo todo suporte necessário para um ambiente de trabalho menos desgastante (SILVA, 2019). O estresse ocupacional quando não tratado, pode evoluir para uma forma mais grave conhecida como “*Síndrome de Burnout*” (Ferreira, 2015).

Nesse sentido, embora não seja uma tarefa fácil, cabe ao enfermeiro responsável por sua equipe, assim como as instituições de trabalho, saber avaliar e identificar os fatores que estão associados aos riscos de estresse ocupacional aos integrantes de sua equipe, procurar maneiras de evitá-los ou intervir o mais precoce possível proporcionando um convívio saudável em equipe, observando os benefícios que esse bem-estar pode proporcionar para a equipe e instituição.

3.2 Síndrome de *Burnout*

Segundo Correa (2018) o termo *Burnout* foi mencionado pela primeira vez na Década de 70 por um médico psicólogo Herbert J. Freudenberger, na cidade de Nova York, Estados Unidos, que realizou uma pesquisa com trabalhadores de uma clínica de dependentes

químicos em sua cidade. Ele observou que esses trabalhadores reclamavam que os pacientes não apresentavam esforços para prosseguir o tratamento e por isso já não viam mais os pacientes como pessoas que precisava de ajuda, com isso ele percebeu que a Síndrome de *Burnout* acometia trabalhadores que trabalhavam direto com o público.

Atualmente, essa síndrome é um dos desdobramentos mais importantes do estresse ocupacional prolongado e crônico, acometendo casos nos quais o tratamento contra essa condição não foi utilizado, falhou ou não foi suficiente. A Síndrome de *Burnout* ou Síndrome do Esgotamento Profissional é uma das consequências do estresse profissional, considerada uma doença ocupacional e um problema de saúde pública. Ela acomete as mais diversas profissões, sendo que aquelas em que se lida com o sofrimento alheio são as mais vulneráveis [...] A Síndrome torna-se mais evidente em profissionais de enfermagem como consequência de diversos fatores, tais como demanda, sobrecarga de trabalho, dupla jornada, número insuficiente de pessoal, riscos ocupacionais, precariedade de recursos materiais, pressão no trabalho, relações interpessoais conflituosas, contato direto com a dor e a morte, falta de pessoal qualificado, de reconhecimento, de suporte social, de feedback, de participação na tomada de decisões e de autonomia; contato direto e intenso com os pacientes e seus familiares, gravidade dos problemas desses pacientes, complexidade das atividades desenvolvidas e nível de responsabilidade (Correa, 2018, p. 15).

Atualmente essa síndrome psicológica é fundamentada como sendo resultante de estressores interpessoais no trabalho e é resultante da exaustão emocional, descaracterização e falta de realização pessoal. O trabalhador perde interesse por tudo que está a sua volta. Os sintomas mais comuns do *Burnout* são: fadiga constante, distúrbio de sono, falta de apetite e dores nos músculos. Há também significativas alterações de origem psíquica, como a falta de atenção, alteração mental, ansiedade e insatisfação (Nogueira & Cardoso, 2019).

Nesta pesquisa de revisão bibliográfica, foram analisados oito artigos científicos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, conforme apresentado no quadro a seguir.

Quadro 1: Propostas de estudos.

AUTORES	PROPOSTAS DO ESTUDO
Bezerra <i>et al.</i> , (2012).	<p>O estresse é ocasionado pela percepção de estímulos que causa angústia emocional e distúrbio da homeostase, que é uma condição de estabilidade do organismo, e conseqüentemente, um processo de adaptação caracterizado por distúrbios psicológicos e fisiológicos. A Organização Internacional do trabalho, define o estresse como um conjunto de fenômenos que se apresentam no organismo e que podem afetar à saúde, resultando em respostas diferentes entre os indivíduos.</p> <p>O déficit de pessoal foi identificado como fator negativo no contexto do trabalho e está relacionado à sobrecarga de atividades, sendo responsável por sofrimento psíquico e estresse ocupacional. Acumular funções, tendo, algumas vezes, de improvisar seu trabalho ou exercê-lo de forma incompleta e em ritmo acelerado, é estressante e pode gerar desmotivação.</p> <p>O autor ainda menciona que os plantões noturnos são considerados um estressor, visto que, o trabalho noturno contínuo proporciona déficit de sono, e alterações do humor.</p>
Silva <i>et al.</i> , (2019).	<p>O trabalho do enfermeiro é apontado como um trabalho cansativo e desgastante, devido a sua complexidade, jornada de trabalho, em situações em que presencia dor e sofrimento, ambiente de trabalho inadequado e excesso de responsabilidades.</p> <p>Os profissionais de enfermagem estão sempre sujeitos a situações desgastantes, seja pela proximidade com os pacientes e pelas tarefas exercidas, e/ou por questões do ambiente de trabalho e sua organização.</p>
Rodrigues, (2012).	<p>Na categoria relacionamento interpessoal, o relacionamento com familiares do paciente é um fator altamente estressante, pois os profissionais de enfermagem também são responsáveis pelo cuidado aos familiares dos pacientes. O enfermeiro se identifica com os familiares, tendo um sentimento de compaixão, e sente - se incapaz por sua limitação pessoal, ou pelo fato de nada mais poder fazer pela situação, vivenciando sentimentos de sofrimento. São questionados sobre o quadro clínico dos pacientes.</p> <p>O autor supracitado relata que o relacionamento entre os membros da equipe também interfere na assistência e na satisfação do trabalho. A falta de comunicação, a utilização de mecanismos de defesas inadequados, a falta de paciência e de cooperação em equipe geram estresse nos profissionais. A qualidade dos cuidados não está somente relacionada às técnicas, mas também ao bem-estar psicológico da equipe.</p> <p>A morte de pacientes é uma das situações mais difíceis de ser vivenciada pela equipe de enfermagem. Ela provoca o medo de que a mesma situação possa acontecer com seus familiares, ou revivem a lembrança de perdas de entes queridos. Vivenciar o sofrimento dos</p>

	<p>pacientes aflora sentimentos de compaixão, e esse vínculo com o paciente, causa imenso desgaste, pois assimilam o sofrimento deles. Esses profissionais dificilmente deixam de pensar nos pacientes, mesmo fora do trabalho, acarretando problemas em sua vida pessoal.</p>
Moraes Filho <i>et al.</i> , (2016).	<p>A assistência de enfermagem entendida nos serviços de alta e média complexidade tais como, atendimento pré-hospitalar (APH), pronto atendimento (PA), unidade de terapia intensiva (UTI), unidades públicas de urgência e emergência, pronto socorro (PS), unidades de hemodinâmica nesses ambientes os profissionais tendem a ter um maior grau de predomínio de estresse ocupacional.</p>
Farias <i>et al.</i> , (2019).	<p>A carga de trabalho no serviço de enfermagem e as horas extras geram pressão no ambiente de trabalho, como também fadiga, aumento das distrações, desatenção, relações intrapessoais e interpessoais conturbadas, deficiência na convivência social e familiar, pois nas folgas estão descansando e não com estes. Todos esses fatores vão futuramente gerar uma queda na qualidade da assistência de enfermagem, sofrimento psíquico, estresse e desgaste profissional.</p>
Maciel <i>et al.</i> , (2017).	<p>Os profissionais da saúde em sua atividade profissional, encontram se expostos a psicopatologias, como transtorno psicológico, em decorrência da relação entre o trabalho hospitalar e a saúde mental do profissional. Esta relação gera também aos trabalhadores vários outros riscos, por exposição aos riscos químicos, às radiações, às contaminações biológicas, ao excesso de calor, ao sistema de plantões, à excessiva carga horária de trabalho e à organização dos profissionais da saúde; e psiquicamente, decorrente da convivência diuturna com o sofrimento, a dor, a doença e a morte, tendo que “digerir” tais circunstâncias, paralelamente aos seus problemas emocionais.</p> <p>Alguns enfermeiros utilizam as drogas tentando minimizar ou reverter o <i>Burnout</i>. Com isso, acabam por desenvolver outros desequilíbrios e infringem os preceitos da ética e estética da profissão, visto que o efeito da droga altera o comportamento, modifica o raciocínio lógico, a tomada de decisões, e a execução de procedimentos especializados, colocando em risco a vida das pessoas sob seus cuidados.</p>
Lorenz & Guirardello, (2014).	<p>Para evitar desentendimentos que desencadeiam o estresse, a comunicação de maneira clara é uma importante ferramenta no relacionamento da equipe, permitindo a interação entre as pessoas, a partilha de opiniões e de informações, além da expressão de sentimentos e emoções. Desta forma, o ato de comunicar pode ser visto como uma estratégia para evitar a Síndrome de <i>Burnout</i>. Um outro fato relevante é que o profissional perceba que ele possui autonomia, controle sobre o ambiente de trabalho, relação profissional cordial entre a equipe organizacional, de modo a avaliar o ambiente como favorável às práticas profissionais inovadoras que o modelo idealizado de atenção à saúde requer para sua efetivação.</p>
Silva; Dias;	<p>Algumas das estratégias possíveis para minimizar a Síndrome de <i>Burnout</i> no trabalho</p>

Teixeira, (2012).	seriam: a discussão sobre a carga de trabalho do profissional; número de horas trabalhadas; condições salariais, somadas às modificações na organização de trabalho, o acompanhamento psicológico dos trabalhadores que lidam com a dor, o sofrimento e morte; criação de condições para promoção do suporte emocional entre os colegas de trabalho, bem como incluir nos exames periódicos a análise das condições de saúde mental relacionada ao estresse no trabalho. A visão sobre o problema deve se voltar para a promoção da qualidade de vida no ambiente laboral e evitar observar somente a doença, ou a visão da patologia ocupacional, pois o trabalho deve trazer prazer e satisfação pessoal, pois muitos profissionais terão apoios social e emocional diversificado, evitando o desenvolvimento da Síndrome de <i>Burnout</i> .
----------------------	---

Fonte: Autor (2020).

Os dados do Quadro 1 apresentam as características dos estudos incluídos, nos quais apresentam que o estresse é ocasionado pela percepção de estímulos que causa angústia emocional; A carga de trabalho no serviço de enfermagem e as horas extras geram pressão no ambiente de trabalho; Alguns enfermeiros utilizam as drogas tentando minimizar ou reverter o Burnout – por exemplo.

4. Considerações Finais

Nota-se que os profissionais de enfermagem é uma classe muito acometida pelo estresse ocupacional, por estar sempre em contato com pessoas, sendo elas: saudáveis, doentes e até frente a morte. Outro motivo é a demanda de trabalho, o desfalque nas equipes multiprofissionais, jornada dupla de trabalho, baixo salário, conflitos em equipe e muitos outros fatores.

O estresse ocupacional quando não intervindo de forma precoce pode evoluir para uma forma mais grave da doença: a Síndrome de *Burnout* que é um distúrbio de caráter depressivo que vem procedido de esgotamento físico e mental, uma doença silenciosa que pode apresentar inúmeros sintomas e conseqüentemente podendo o indivíduo cometer o suicídio.

O estresse quando evolui para o *Burnout* não é problema fácil de ser resolvido, porém quanto mais precoce for identificado maiores serão as chances de reabilitação, pois um profissional que não está bem de saúde pode prejudicar a convivência em equipe e o todo o processo de trabalho, podendo levar o profissional a prestar uma assistência de baixa qualidade.

Segundo Nogueira e Cardoso (2019), umas das principais medidas de prevenção da evolução do caso é o conhecimento sobre o assunto. O enfermeiro estando no papel de líder de equipe deve atentar-se ao comportamento de cada um de seus membros, procurando sempre uma interação sobre as condições psicológicas que cada um está vivenciando, procurando resolver conflitos para que haja um ambiente saudável, e se necessário encaminhando para cuidados com especialistas, pois assim a equipe poderá prestar um bom atendimento, podendo também melhorar a assistência prestada por toda a equipe.

O presente estudo contribuirá para trabalhos futuros voltados ao tema em questão. Observa-se que a profissão da enfermagem é muito gratificante, porém, os profissionais da saúde são bastante acometidos pelo estresse ocupacional, que é um tipo de transtorno psicoemocional que pode ser muito prejudicial, não somente para quem está passando pelo problema, mais também para a equipe como um todo e para a população em geral.

Referências

- Andrade, A. C. (2007). A enfermagem não é mais uma profissão submissa. *Rev. bras. enferm.* Brasília, 6(1).
- Backes, D. S. (2012). *O papel profissional do enfermeiro no Sistema Único de Saúde: da saúde comunitária à estratégia de saúde da família*. Ciênc. Saúde coletiva [online]. Rio de Janeiro, 17(1).
- Baggio, M. A. (2007). Relações Humanas no Ambiente de Trabalho: o (des) cuidado de si do profissional de enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*; 28(3), 409-415.
- Bedin, E., Ribeiro, L. B. M., Barreto, R. A. S. S. (2006). Humanização da Assistência de Enfermagem em Centro Cirúrgico. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 7(1), 25 dez.
- Bezerra, F. N., Silva, T. M., Ramos, V. P. (2012). Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: revisão integrativa da literatura. *Rev. Acta. Paul. Enferma.* 25(2).
- BRASIL. Lei 8.080/1990. Lei ordinária. (2012). *Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências*. Acesso em 24 abril 2020. Disponível em:

<http://legislacao.planalto.gov.br/legisla/legislacao.nsf/Viw_Identificacao/lei%208.080-1990?OpenDocument.

Carvalho, G; Lopes, S. (2006). *Satisfação Profissional do Enfermeiro em uma Unidade de Emergência de Hospital Geral*. Arg Ciên Saúde; 13(4), 215-219.

Corrêa, B. M. C. (2018). *Avaliação da Síndrome de Burnout nos enfermeiros assistenciais de um hospital universitário*. Disponível em: [Repositório.Unesp.br](http://repositorio.unesp.br).

Costa, F. M. (2009). Absenteísmo relacionado à doenças entre membros da equipe de enfermagem de um hospital escola. *Rev. brase enferm*. Brasília, 62(1).

Costa, M. S. S., Santos, L. C. *Uso de psicoativos pelos profissionais enfermeiros*. Acesso em 19 de maio de 2020 em: <https://dspace.uniceplac.edu.br/bitstream/123456789/83/1/Maria%20Costa_000036.pdf>.

Farias, S. M. C. (2011). Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. *Rev. Esc. Enferm. USP*. 45(3).

Ferreira, R. G. (2015). Estresse do Profissional de Enfermagem no Serviço noturno: uma questão de saúde. *Rev. Revista Saúde e Desenvolvimento*. 7(4).

Jodas, D. A.; Haddad, M. C. L. (2009). *Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário*. Acta paul. enferm. [online]. São Paulo, 22(2).

Lorenz, V. R; Guirardello, E. B. (2014). O ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros na atenção básica. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 22(6), Ribeirão Preto, nov/dez.

Maciel, P. G. (2017). *Uso de medicamentos psicoativos entre profissionais de saúde*. Revista de Enfermagem UFPE Online, Recife, 11(7), 2881-2887, julh.

Meneghini, F; Paz, A. A; Latert, L. (2011). *Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem*. Texto Contexto Enferm. Florianópolis, 20(2).

Moraes F, M; Almeida, R. J. (2016). Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Promoção da Saúde*. 29(3).

Nogueira, L. S. F.; Cardoso, R. (2019). *Impactos da Síndrome de Burnout na Enfermagem*. Disponível em: <https://dspace.uniceplac.edu.br>.

Pizzani, L. (2012). *A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento*. Rev. Dig. Bibl., Campinas, 10(1),53-66.

Prodanov, C; Freitas, E (2013). *Metodologia do trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico*. 2º ed. Rio Grande do Sul. Universidade Feevale. 275 p.

Ratochinski, C. M.W. (2016). O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 20(04),341-346.

RESOLUÇÃO COFEN -293/2004. (2019). Fixa e estabelece parâmetros para o dimensionamento do quadro de profissionais de enfermagem nas Unidades Assistenciais das Instituições de Saúde e assemelhados. Acesso em 04 de maio 2020. <http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-2932004_4329.html>.

Schmoeller, R. (2011). Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. *Rev. Gaúcha de Enferm*. 32(2).

Sholze, A. R. (2017). Estresse Ocupacional e Fatores Associados entre Enfermeiros de Hospitais públicos. *Revista Cogitare Enfermagem*, 22(3).

Souza, R. C., Silva, S. M., Costa, M. L. A. S. (2018). *Estresse ocupacional no ambiente hospitalar: revisão das estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de Enfermagem*. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho.

Rodrigues, T. D. F. (2012). Fatores estressores para a equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva. *Revista Mineira de enfermagem*, 16(3).

Ribeiro, C. C., Barbosa, J. A., Oliveira, M. de S. (2008). Síndrome de Burnout e enfermagem: uma revisão de literatura. *Monografia* [graduação]. Escola de enfermagem, Universidade Paulista, Santos.

Silva, F. E. C. (2019). *Estresse ocupacional vivenciado por enfermeiros atuantes nos serviços de urgência e emergência: uma revisão integrativa*. Braz. J. Surg. Clin. Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research - BJSCR. 26(2), mar/mai.

Silva, J. L. L., Dias A. C., Teixeira, L. R. (2012). *Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem*. Aquichán. Bogotá, 12(2), 144-159.

Silveira, A. L. P. (2016). Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. *Rev Bras Med Trab.*;14(3):275-84.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Roseli Edna Santana – 50%

Thiarles Cristian Aparecido Tonon – 50%