

eP1013**Estratégias internas no ambiente de trabalho na busca pela saúde mental na visão dos enfermeiros**

Leticia Passos Pereira, Maria de Lourdes Custódio Duarte, Cristina Elisa Nobre Schiavi, Thanyze Axel Kjellin Galuschka - HCPA

Saúde mental é a harmonia vivenciada pelo indivíduo viabilizando sua convivência em sociedade e com o meio ambiente. Os aspectos negativos do ambiente de trabalho influenciam na qualidade de vida e saúde dos colaboradores a medida que enfrentam dificuldades de superlotação, sobrecarga de trabalho, falta de recursos humanos e materiais. Sendo essa a realidade da maioria dos serviços de emergência (SE), tal vivência pode acarretar em prejuízos na saúde física e mental dos profissionais. Para isso os enfermeiros precisam utilizar estratégias internas na busca pela saúde mental. O objetivo do estudo foi analisar as estratégias utilizadas pelos enfermeiros em um SE na busca pela saúde mental. Trata-se de estudo com abordagem qualitativa de cunho exploratório descritivo desenvolvido no SE do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), na área de adultos. Foram incluídos aleatoriamente três enfermeiros de cada turno de trabalho do serviço de enfermagem, totalizando 18 enfermeiros. A coleta de dados foi realizada mediante entrevistas semi estruturadas e analisadas conforme roteiro preconizado por Minayo. As entrevistas foram gravadas e transcritas literalmente. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do HCPA sob protocolo nº 903.366. Evidenciou-se a existência de estratégias internas, sendo elas: chefia presente; organização do trabalho; sair da situação de conflito e trabalho em equipe. A presença da chefia colabora na resolução das dificuldades, ofertando segurança e auxílio, amenizando o estresse do profissional. A organização do trabalho atenua e/ou evita o estresse, auxiliando o enfermeiro se programar para lidar com situações inesperadas, possivelmente estressoras. Sair da situação de estresse com atitudes como ir ao banheiro, tomar água ou café, sair da sala no qual está ocorrendo o conflito e pedir ajuda são recursos utilizados com intuito de restabelecer o estado emocional anterior à situação geradora do desequilíbrio. O trabalho em equipe foi entendido como facilitador à medida que a flexibilidade, a descontração, as conversas informais amenizam o processo de trabalho. O uso das estratégias internas ao ambiente de trabalho possibilita ao trabalhador manejar os conflitos e adversidades da rotina, possibilitando a continuidade do serviço de forma a não interferir na saúde mental deles ou instrumentalizá-los para enfrentar o estresse vivenciado. Palavras-chaves: saúde mental, serviço de emergência, enfermagem