

# Avaliação do estresse em uma equipe de enfermagem brasileira: Níveis de cortisol salivar, a *Job Stress Scale* e Escala de Estresse Percebido

## Introdução

Considera-se estresse como reações do corpo e da mente, em resposta a estressores de ordem física ou emocional. O estresse, decorrente principalmente de condições inapropriadas de trabalho e/ou saúde, causa prejuízo no desempenho do indivíduo. Na enfermagem, esse estresse pode estar relacionado a inúmeros fatores que levam ao desgaste físico e emocional como por exemplo, a responsabilidade de lidar com a vida de outras pessoas, a enorme sobrecarga de trabalho em um ritmo muito intenso, condições precárias de trabalho, precisar trabalhar em dois turnos pela desvalorização salarial, entre outros. Tudo isso, pode desencadear inúmeras doenças. O hormônio cortisol é o principal marcador de estresse do organismo e tem sua secreção alterada em resposta a situações de conflito, emoções e ameaça.

## Objetivo

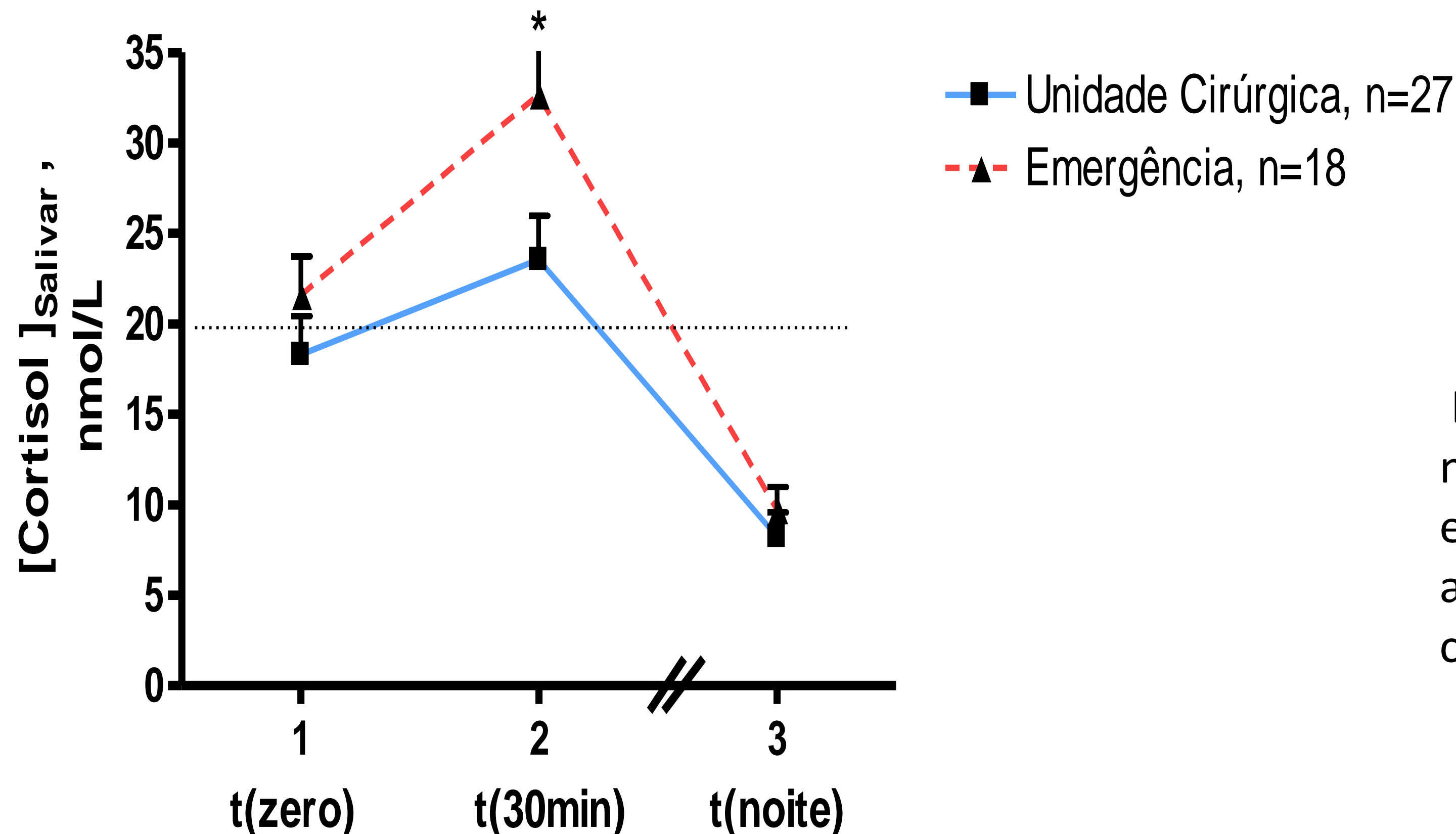
- Avaliar o estresse de uma equipe de enfermagem em um hospital universitário

## Metodologia

- **Tipo de estudo:** Transversal e descritivo;
- **População:** Equipe de enfermagem;
- **Amostra:** 56 mulheres da equipe de enfermagem;
- **Crterios de exclusão:** Sexo masculino, indivíduos afastados ou em férias, gestantes e lactantes, indivíduos em uso de corticóides.
- **Campo de estudo:** Unidade Cirúrgica e Emergência/HCPA.
- **Coleta de dados:** Avaliadas de acordo com seus níveis de cortisol salivar, Escala de Estresse percebido e Job Stress Scale. Níveis de cortisol salivar foram determinados em três momentos: no despertar, 30 minutos após acordar e antes de dormir. Escala de Estresse percebido (escore entre 0 e 56); Job Stress Scale (escores mínimos e máximos: para Demanda(5 a 20), Controle(6 a 24) e Apoio Social(6 a 24).
- **Análise de dados:** Os dados foram submetidos a um teste t considerando  $p < 0,05$  como estatisticamente significativo.

## Resultados parciais

### Cortisol Salivar na Equipe de Enfermagem



**Tabela 1.** Valores do Escore de Estresse Percebido na Equipe de enfermagem:

	Unidade cirúrgica n= 27	Emergência n=17
Estresse percebido	25,07 ±7,11	25,56 ±9,94

**Tabela 2.** Distribuição das médias obtidas da equipe de enfermagem segundo o Modelo da Job Stress Scale .

JSS	Unidade Cirúrgica	Emergência
Demanda	15,06±1,98	17,10 ±2,37
Controle	16,83±3,07	17,21± 2,46
Apoio social	18,60±3,63	16,42 ±3,47



## Conclusão

Estresse, como fator de risco para muitas doenças, é de fato alto na equipe de enfermagem, e mais preocupante no setor da emergência, onde a demanda supera a capacidade de atendimento. Sabe-se que a cronicidade do estresse acarreta em consequências danosas para o organismo.