

**Universidade Federal do Rio Grande do Sul**

**CÁTIA SOUZA**

**ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO:** fatores estressantes do trabalho  
em hospital.

Porto Alegre

2008

**CÁTIA SOUZA**

**ESTRESSE OCUPACIONAL DO ENFERMEIRO: fatores estressantes do trabalho  
em hospital.**

Trabalho de Conclusão apresentado ao Curso de Enfermagem da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a obtenção do título de Enfermeiro.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Ms. Adriana Fertig

Porto Alegre

2008

Dedico esta conquista à minha filha  
Fernanda e à minha família.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à minha filha Fernanda pela paciência, carinho e compreensão ao suportar a minha ausência e falta de atenção. Aos meus pais e irmãos pelo exemplo, carinho, colaboração, incentivo e apoio, que suportaram todas as minhas crises e sem os quais não teria chegado até aqui.

Muito obrigado Prof<sup>a</sup>. Adriana Fertig pela sabedoria e todo conhecimento transmitido, pela amizade, por acreditar no meu potencial, sempre encorajando-me a seguir em frente e “mostrando uma luz no fim do túnel”.

Aos meus colegas de graduação com quem compartilhei dúvidas, dissabores, mas também muitas alegrias. Aos funcionários da Unidade de Hemodinâmica, em especial os enfermeiros e técnicos de enfermagem, com quem compartilhei a última etapa do curso, obrigado pelo conhecimento transmitido e por fazerem com que eu me sentisse parte do grupo.

Aos meus colegas de trabalho, com quem compartilhei medos, incertezas e sempre me disseram que no fim tudo ia dar certo.

Obrigado a todos que de alguma forma colaboraram para que este trabalho tivesse êxito.

*“A Enfermagem é uma arte; e como arte requer uma devoção tão exclusiva, um preparo tão rigoroso, como a obra de qualquer pintor ou escultor. Mas o que é tratar da tela inerte ou do frio mármore comparado ao tratar do corpo vivo - o templo de espírito de Deus? É uma das mais belas artes, eu quase diria, a mais bela de todas” (FLORENCE NIGHTINGALE)*

## Resumo

Enquanto aluna percebi que no trabalho do enfermeiro existem inúmeros enfrentamentos, como envolvimento emocional com os pacientes e familiares, que é inevitável. As tarefas assistenciais, administrativas e educacionais que desempenham durante seu trabalho são imensas. Este estudo buscou fazer uma pesquisa bibliográfica do tipo exploratório descritivo acerca do estresse, principalmente o estresse ocupacional e suas conseqüências, ou seja, conhecer os principais fatores desencadeantes do estresse durante as atividades do enfermeiro no hospital. Para tanto busquei pesquisa em livros, dissertações, teses, revistas, jornais e periódicos através de base de dados eletrônicos. Utilizando publicações como referencial teórico de 1997 a 2008. Foram excluídos os textos referentes ao estresse do enfermeiro em unidades básicas de saúde, atendimento pré-hospitalar e referente somente aos auxiliares e técnicos de enfermagem. Os trabalhos utilizados apontam inúmeros fatores que causam estresse durante o trabalho do enfermeiro como sobrecarga de tarefas, escala de trabalho, enfrentar a morte, falta de reconhecimento, relacionamento com a equipe multiprofissional, com os familiares, entre outros. Estes acabam ocasionando problemas de saúde entre os quais estão problemas músculo-esqueléticos, cardiovasculares, gastrintestinais entre outros. Foi possível constatar que a profissão realmente é estressante, mas que os enfermeiros buscam estratégias de enfrentamento como atividade física, relacionamento com familiares, sair com amigos, pensar em Deus, lazer, entre outros visando diminuir este estresse. Conclui-se com isto que é importante estudar mais o assunto buscando pesquisa de campo, para que os fatores que ocasionam estresse possam ser minimizados.

Descritores: estresse ocupacional e enfermagem, estresse e enfermeiro hospitalar, estresse, estresse ocupacional.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>07</b>
<b>2</b>	<b>O que é estresse?</b> .....	<b>12</b>
<b>2.1</b>	<b>Estresse ocupacional</b> .....	<b>15</b>
<b>3</b>	<b>Fatores estressores no trabalho do enfermeiro</b> .....	<b>21</b>
<b>4</b>	<b>METODOLOGIA</b> .....	<b>33</b>
<b>4.1</b>	<b>Tipo de estudo</b> .....	<b>33</b>
<b>4.2</b>	<b>Fontes</b> .....	<b>33</b>
<b>4.3</b>	<b>Análise dos dados</b> .....	<b>34</b>
4.3.1	Leitura exploratória .....	34
4.3.2	Leitura seletiva.....	34
4.3.3	Leitura analítica .....	35
4.3.4	Leitura interpretativa .....	35
<b>4.4</b>	<b>Aspectos éticos</b> .....	<b>36</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>37</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>39</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo a história desde Florence Nightingale, a enfermagem luta para ter seu trabalho valorizado, respeitado e reconhecido, principalmente, como parte fundamental no funcionamento de uma instituição de saúde. O trabalho do enfermeiro nem sempre é reconhecido e os pacientes, muitas vezes, tem dificuldade em diferenciar as atividades realizadas pelo enfermeiro do restante da equipe de saúde, portanto nem sempre recebe o devido reconhecimento.

Ao longo da história o trabalho hospitalar tem sido tipicamente feminino, evoluindo de um cuidado prestado por leigas e religiosas para os profissionais de enfermagem, tendo suas atividades divididas de acordo com suas qualificações. Os enfermeiros ficam com atividades de chefia, supervisão e técnicas que exijam uma maior qualificação, o restante da equipe, técnicos e auxiliares executam trabalho que exige menor qualificação. Esta forma de organização piramidal recupera a disciplina, que na enfermagem é bastante rígida e hierárquica com base no saber (PITTA, 1999).

Para Batista; Bianchi (2006, p. 535) o ser enfermeiro é “ter como agente de trabalho o homem, e, como sujeito de ação, o próprio homem”, com isto ocorre estreita ligação entre o trabalho e o trabalhador, vivenciando direta e ininterruptamente o “processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e tantos outros sentimentos e reações desencadeadas pelo processo saúde-doença”.

Isto pode gerar situações de estresse, ocasionando problemas físicos ou emocionais, dependendo de como se aprende a lidar com tantas situações adversas, sendo o estresse ocupacional visto como negativo devido a dificuldade em lidar com as fontes de pressão existentes no trabalho. Os indivíduos podem apresentar problemas de saúde mental e física como hipertensão, úlcera, ansiedade, insatisfação no trabalho, entre outras (BIANCHI, 2000).

Não temos dados estatísticos sobre a incidência do estresse no Brasil, mas conforme Stacciarini; Tróccoli (2001), nossos dados não devem ser muito diferentes dos encontrados na Europa ou EUA, onde 11% dos registros de doença estão relacionados ao estresse mental.



Conforme Silva; Melo (2006, p.17) os hospitais possuem a maior concentração dos profissionais de enfermagem, “fatores ligados ao ambiente, ergonomia e o perigo constante do risco biológico justificam a tensão e ansiedade” devido ao cuidado da equipe de enfermagem estar centrado em clientes com doenças crônicas, traumas agudos e enfermidades terminais ou com grave risco de morte.

Bianchi (2000, p. 392) em seu estudo, conclui que a “instituição hospitalar é responsável pela diminuição dos fatores externos” que podem influenciar no estresse do indivíduo.

O enfermeiro está mais suscetível ao fenômeno do estresse devido a diversidade de atividades que desenvolve, entre elas administrativas, educacionais, assistenciais, e pelo fato de estar muitas vezes em contato com enfermidades críticas e com situações de morte (STACCIARINI; TRÓCCOLI, 2000).

Segundo Menzani; Bianchi (2005, p.7) o trabalho da enfermagem é exposto constantemente a situações de estresse, devido a dois aspectos: primeiro que através dos cuidados com o cliente, “o enfermeiro enfrenta no seu cotidiano a dor, a morte, o medo, a angústia, a tensão desses indivíduos” e, portanto precisa aprender a lidar com isto; o segundo é que a maioria dos profissionais que trabalham em hospitais necessita de constante troca de turno, acarretando alterações no ritmo circadiano dos mesmos ao inverterem seus horários de trabalho, e também “uma disponibilidade de renúncia aos fins de semana, feriados e festas comemorativas”, comprometendo sua vida familiar e social para atender aos seus pacientes.

Enquanto aluna foi possível perceber que no trabalho do enfermeiro existem inúmeros enfrentamentos, dentre eles o envolvimento emocional com os pacientes e seus familiares, que é inevitável, visto que o contato com estes é diário, muitas vezes buscando no enfermeiro um confidente e um apoio diante de um momento tão difícil, exigindo compreensão e disponibilidade. Além disso, a gama de tarefas desgastantes que desempenham durante o trabalho assistencial, administrativo e educacional é imensa como escala de exames, de folgas, de trabalho, recursos materiais, disponibilidade de leitos, orientações aos pacientes e funcionários, entre outros.

A relação com a equipe multiprofissional pode ser conflituosa, pois infelizmente, alguns profissionais são muito arrogantes. O enfermeiro, normalmente, percebe-se no centro das reclamações e dos pedidos; de um lado os pacientes que

lhes solicitam informações sobre sua saúde o tempo todo, querendo retorno acerca do seu progresso, em contrapartida a equipe médica nem sempre lhes dá este retorno; são cobrados quanto à rapidez dos exames, da alimentação, rouparia, bem como, que sejam cordiais, extremamente educados, sorriam sempre, não reclamem de nada.

Com tudo isto a instituição hospitalar normalmente recomenda que a equipe médica seja tratada como cliente, o que de certa forma é perfeitamente compreensível, pois alguns hospitais dependem que estes recomendem ou não os seus serviços para os pacientes.

A relevância deste estudo consistiu em conhecer os fatores estressantes no trabalho do enfermeiro, visto que através da minha trajetória como aluna, verifiquei que nem sempre as instituições possuem estratégias para identificar e minimizar o estresse do enfermeiro, com isto pretendi colaborar para que, num futuro próximo, esta situação possa ser modificada.

Conforme relata Pitta (1999, p18), é milenar o conhecimento de que o trabalho adoce visto que a legislação trabalhista de vários países inclusive o Brasil “reconhece a relação de causa e efeito de vários agentes físicos, químicos e biológicos” na ocorrência de doenças ocupacionais. Para o mesmo autor a natureza do trabalho hospitalar facilita que este seja insalubre, pois os trabalhadores estão em constante exposição a um ou mais fatores que produzem doenças ou sofrimento no trabalho hospitalar como a dor, o sofrimento e a morte do outro, e as formas de organização desse trabalho.

Segundo Stacciarini; Tróccoli (2000), o estresse ocupacional não é um fenômeno novo, mas um campo de estudo onde está vinculado doenças que são conseqüências do estresse como hipertensão, úlcera e outras.

Para Paschoal; Tamayo (2004), o interesse pelo estudo dos efeitos do estresse no trabalho tem aumentado devido o impacto negativo que este tem sobre os trabalhadores e por conseqüência nas empresas, pois estes trabalhadores têm seu desempenho diminuído. Os mesmos autores relatam que há uma tendência em considerar o estresse ocupacional como um processo com enfoque baseado nos estressores e outro baseado nas respostas.

Para Couto apud Stacciarini; Tróccoli (2001, p.40), estresse ocupacional decorre de um desgaste anormal do organismo humano devido “à incapacidade

prolongada do indivíduo tolerar, superar ou se adaptar às exigências de natureza psíquica existentes em seu ambiente de trabalho”.

Em estudo realizado em unidade de terapia intensiva de um hospital universitário de grande porte do interior paulista constatou-se que o ambiente de trabalho é estressante; as atividades desenvolvidas exigem alto grau de responsabilidade e qualificação, com desgaste emocional intenso, demonstrando que sintomas indicativos de sobrecarga estavam presentes, participaram do estudo 12 enfermeiras, sendo que a maioria apresentou sintomas físicos e psicológicos de estresse, nesta amostra destacou-se a jornada diária das participantes, sendo um possível gerador de estresse. (FERRAREZE; FERREIRA; CARVALHO, 2006).

Para Murofuse; Abranches; Napoleão (2005, p.256) o estudo das manifestações do estresse ocupacional entre enfermeiros proporciona a compreensão de problemas “como insatisfação profissional, produtividade do trabalho, absenteísmo, acidentes de trabalho e algumas doenças ocupacionais”, assim como propor intervenções e soluções para o problema. O mesmo artigo indica que estresse, depressão ou ansiedade, violência no trabalho, assédio e intimidação são responsáveis por afastamentos do trabalho em torno de duas semanas.

Segundo estudo realizado por Bianchi (2000, p. 394), a crença que não há estresse em unidades abertas cai por terra, pois estes enfermeiros “apresentaram maior índice de stress” comparados aos enfermeiros de unidades fechadas. Com isto faz-se necessário a conscientização de que a enfermagem é uma profissão estressante.

Conforme estudo realizado por Silva; Melo (2006, p.18), o trabalho é “percebido como fonte de satisfação”, mas quando ultrapassa os limites que o corpo pode suportar acarreta agravos à saúde do trabalhador de enfermagem, devido “estrutura organizacional do trabalho, as demandas psicológicas necessárias para o desenvolvimento de suas tarefas e os riscos químicos, físicos e biológicos”, aos quais o trabalhador está exposto. Segundo o mesmo autor estudos científicos na área alertam para a relevância da saúde mental do trabalhador, sendo esta a primeira a ser afetada e o corpo apenas sinaliza suas conseqüências.

O estresse acarreta sintomas físicos como: fadiga, dores no corpo e de cabeça, insônia, palpitações, alterações intestinais, resfriados constantes, entre outros; e psíquicos, mentais e emocionais como: diminuição da memória, ansiedade,

nervosismo, perda do senso de humor, depressão, raiva, frustração, irritabilidade, entre outros (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Em estudo realizado por Lautert; Chaves; Moura (1999) num hospital universitário de Porto Alegre-RS os entrevistados apresentaram alterações gastrintestinais, do sono e repouso, representaram riscos também as alterações imunitárias, músculo-articulares e cardiovasculares.

Estudar os efeitos do estresse não é motivação apenas social, mas econômica também, visto que trabalhadores saudáveis tornam-se mais produtivos, com isso ocorre redução nos absenteísmos por licença médica ou aposentadorias por doenças e acidentes de trabalho (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Para Bianchi (2000) o sucesso da assistência realizada no atendimento do paciente e família depende do preparo dos profissionais, ou seja, no sentido de conhecimentos, emoções e atuação com estrutura adequada, sendo necessário não só investimentos do enfermeiro neste sentido, mas também da instituição hospitalar e dos cursos de graduação e pós-graduação.

Diante deste contexto, este trabalho teve por objetivo conhecer os principais fatores desencadeantes do estresse durante as atividades do enfermeiro no hospital.

## 2 O que é estresse?

O estresse é um assunto em moda atualmente, muito divulgado na mídia eletrônica e impressa e devido a banalização do termo pode ser confundido com cansaço, ansiedade, frustração, dificuldade, entre outros. No entanto o estresse é mais complexo e tem sido objeto de estudo há muitos anos. No início do século passado Hans Selye iniciou estudos sobre o estresse visando suas repercussões fisiológicas (MÜLLER, 2004).

Antes de Selye, segundo Davis; Eshelman; McKay (1996), na virada do século passado, Walter B. Cannon (fisiológico de Harvard) descreveu a “resposta de lutar ou fugir” como um conjunto de mudanças bioquímicas que nos preparam para lidar com as ameaças, sendo muito utilizada pelos homens primitivos para fugir de predadores, na modernidade onde não é possível tal reação, o estresse desencadeia reação semelhante que não tem utilidade, esta reação ao se tornar crônica poderá gerar prejuízos físicos e emocionais.

Para Selye apud Müller (2004), o stress é uma síndrome caracterizada por um conjunto de reações que o organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que dele exija um esforço para se adaptar. Na sua origem o estresse é relacionado ao total de todos os efeitos não-específicos de fatores (atividade normal, agentes produtores de doenças, drogas, etc.) que podem agir sobre o corpo, sendo esses agentes denominados estressores quando tratamos de sua característica de produzir estresse. Um estressor pode ser definido como um agente ambiental ou influência que produzirá como resposta o estresse no indivíduo. Os estressores são muitos como: alterações na vida profissional, exposição ao calor, frio, umidade, ruído, dificuldades financeiras, relações interpessoais no trabalho, conflitos conjugais, entre outros, mas a resposta destes no organismo depende de características individuais, de onde o indivíduo vive, do apoio social que recebe, entre outros.

O estresse é dividido em três níveis de resposta do organismo, as quais seriam:

- Reação de alarme que seria uma resposta inicial, onde o perigo é identificado, passando então para uma segunda fase que denomina-se;

- Fase de Resistência, esta pode durar anos, pois o organismo pode adaptar-se e resistir à agressão, a terceira e última seria,
- Fase de Exaustão onde o organismo não tem mais energia e seu esforço para adaptar-se acaba por término do estímulo ou por exaustão dos mecanismos de resistência sendo estas três fases denominadas de Síndrome Geral de Adaptação (MÜLLER, 2004).

Neste século vários pesquisadores colaboraram para as diferentes conceituações de estresse, dentre estes três conceitos incluem o estresse como uma resposta biológica, um evento ambiental e como uma transação entre indivíduo e ambiente (TOWSEND, 2002).

Conforme descrito em Nettina (1999), em situações de estresse o sistema nervoso simpático é ativado ocorrendo reações imediatas como taquicardia, vasoconstrição periférica e aumento da pressão arterial, prolongando-se por estímulo da supra-renal e secreção de adrenalina e noradrenalina, esta reação é conhecida como luta e fuga. Segundo a mesma autora estresse excessivo ou prolongado pode causar desconforto emocional, ansiedade, hipertensão arterial, alterações arterioescleróticas, doenças cardiovasculares, crises agudas de asma, doença ulcerosa péptica, enxaquecas, síndrome do intestino irritável, e outras doenças.

As glândulas adrenais são constituídas por duas partes, um envoltório chamado córtex adrenal e um centro chamado medula adrenal. No córtex adrenal é produzido o cortisol, um hormônio esteróide, que ao ser liberado na corrente sanguínea, atua em todo o corpo mobilizando reservas de energia e imunossupressão, com isso nos prepara para enfrentar os vários fatores de estresse da vida. O estresse é um bom estímulo para a liberação do cortisol, mas não apenas o estresse fisiológico, por exemplo, uma perda de sangue ou estímulos emocionais positivos como apaixonar-se, mas também o estresse psicológico como a ansiedade próxima a um exame. O controle do córtex adrenal se dá pelas células neurosecretoras parvocelulares que determinam se um estímulo é estressor ou não, sendo isto definido pela liberação do cortisol. (BEAR; CONNORS; PARADISO, 2002).

Segundo os autores acima, o encéfalo responde a estímulos reais ou imaginários gerando o estresse biológico, isto ajuda o organismo a proteger o corpo e o encéfalo destes estímulos, mas o estresse em doses crônicas pode ser

prejudicial, com isto alguns cientistas começam a estabelecer relações entre estresse, encéfalo e dano cerebral. Estudos sobre o efeito direto do cortisol sugerem que este lesiona o hipocampo, mostrando que o estresse crônico causa envelhecimento precoce do encéfalo.

O corpo inteiro prejudica-se com o estresse, na mulher pode ocorrer alterações no sistema reprodutor como amenorréia e ausência de ovulação, impotência nos homens e alterações de libido em ambos. Nos pulmões o estresse contribui para asma, bronquite entre outros; o diabetes pode ser iniciado pela perda da insulina durante resposta ao estresse, outros sistemas como o músculo-esquelético, cardiovascular ou gastrointestinal também sofrem distúrbios relacionados ao estresse como osteoporose, hipertensão, colites, diarréia crônica entre outras doenças (DAVIS; ESHELMAN; MCKAY, 1996).

Hormônios como a epinefrina, norepinefrina, glicocorticóides são liberados na corrente sanguínea em situações de estresse, como um preparo do organismo para uma resposta de luta e fuga (RÜEGG; FELD, 2005). Os mesmos autores relatam que estresse crônico pode levar a um aumento da pressão arterial, o que pode ocasionar arritmia cardíaca ou infarto e depressão.

Segundo os autores acima o estresse pode ser construtivo ou eustresse, que tem um impacto positivo nas atitudes e performance do indivíduo; o estresse destrutivo ou distresse tem impacto negativo nas atitudes e performance, pois pode diminuir a capacidade física e mental resultando em absenteísmo, erros, acidentes entre outros.

“O estresse, em si, é um mecanismo natural de adaptação, não uma doença”, diz o neurofarmacologista Cristoforo Scavone, do Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo (USP). “O problema surge quando se perde o controle sobre o nível de estresse” (ZORZETTO, 2006).

Conforme Davis; Eshelman; McKay (1996) o estresse é vivenciado a partir de três fontes básicas:

1. Meio ambiente exige que você se adapte a mudanças de temperatura, barulho, excesso de pessoas, exigências interpessoais, pressões relacionadas a prazos, padrões de desempenho e diversas ameaças à sua segurança e auto-estima.
2. Fisiológica onde experiências sobrecarregam o corpo como o crescimento acelerado na adolescência, menopausa,

envelhecimento, falta de exercício, distúrbios de sono, nutrição deficiente, entre outros.

3. Pensamentos devido à interpretação e tradução que o cérebro faz das mudanças complexas no ambiente, portanto determinando em que momento o botão do pânico será pressionado. A forma como é interpretada, rotulada e percebida experiências atuais e futuras pode levar ao relaxamento e ao estresse.

De acordo com Bianchi (2000), estresse é considerado desafio ou ameaça e suas conseqüências vão depender dos mecanismos de enfrentamento disponibilizados pelo indivíduo, influenciados por fatores externos (trabalho, família, ambiente, entre outros) e internos (emoções, experiências anteriores, valores e crenças), portanto podem gerar ansiedade, medo, tensão ou sensação de ameaça.

O estresse da pessoa depende da percepção acerca de uma determinada situação, pois é um processo psicológico afetado por variáveis cognitivas (STACCIARINI; TRÓCCOLI, 2001).

## **2.1 Estresse ocupacional**

Paschoal; Tamayo (2004, p.46) definem estresse ocupacional como:

“[...] um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, os quais, ao exceder sua habilidade de enfrentamento, provocam no sujeito reações negativas”.

Conforme Balone (2005) os estímulos estressores no trabalho são muitos podendo gerar ansiedade significativa (reação de alarme) quando ocorre desentendimento com os colegas, sobrecarga e corrida contra o tempo, insatisfação salarial e até mesmo irritação com o simples toque do telefone.

Os estressores relacionados ao trabalho segundo Schermerhorn; Hunt; Osborn (2000) são demanda de tarefas, papel nos conflitos, dilemas éticos, problemas interpessoais, desenvolvimento da carreira e ambiente físico. Para os mesmos autores os estressores externos são eventos familiares como, por exemplo, o nascimento de um filho, dificuldades econômicas, separação ou divórcio e os



estressores internos estão relacionados à personalidade como impaciência e perfeccionismo.

Segundo Maia (1999), a saúde do trabalhador é uma preocupação atual das empresas, pois caso isto não ocorra, o trabalhador torna-se insatisfeito e infeliz no trabalho, interferindo na sua produtividade e posteriormente deteriora a sua saúde mental.

Segundo o mesmo autor o trabalho do enfermeiro torna-se muito complexo, pois além de todo conhecimento técnico-científico, também enfrenta problemas com o fato de cuidar de outro ser humano, onde há uma pressão em relação ao tempo para sua intervenção isto interfere na “responsabilidade, no estresse, na dúvida, na insegurança, e na necessidade de tentar salvaguardar a vida de outro ser humano”, utilizando todo o conhecimento científico inerente ao enfermeiro. Portanto é importante lembrar que uma falha neste cuidado pode levar a piora ou até a morte de outra pessoa.

Ballone (2005) classifica alguns estímulos estressores segundo o tempo necessário para produzirem estresse:

- Curto prazo: a carga de trabalho, as ameaças, o medo entre outros;
- Longo prazo: as situações de competição, ambientes de perigo e o trabalho monótono, sendo estes estímulos fatores significativos na determinação de certas doenças.

Segundo o mesmo autor o desgaste emocional ao qual o trabalhador é submetido é fator determinante de transtornos relacionados ao estresse como: depressão, ansiedade patológica, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, entre outras, sendo que a pessoa com este tipo de estresse ocupacional normalmente não responde as demandas do trabalho, portanto apresenta-se irritável e deprimida.

O hospital é um local considerado como grau de risco três devido às operações insalubres, à exposição do trabalhador a agentes biológicos (vírus, fungos, bactérias) que causam as mais diversas infecções. Os autores ainda salientam outros riscos que podem ser prejudiciais à saúde dos trabalhadores, aos quais estes estão expostos e que são conseqüências de fatores físicos, químicos psicossociais e ergonômicos (MARZIALE; CARVALHO, 1998).

Para Dias *et al* (2005) no hospital o serviço de enfermagem é imprescindível para que ocorra o tratamento dos pacientes, no entanto quando este trabalho é

prejudicado pelas condições precárias com que são oferecidos traz como conseqüências acidentes, desmotivação, estresse e fadiga mental.

O mesmo autor traz que a enfermagem é uma profissão desgastante devido os aspectos operacionais e à imensa responsabilidade com os pacientes

Estudo realizado pelos autores acima em um hospital público de grande porte da cidade do Rio de Janeiro, onde 71 (95%) dos enfermeiros colaboraram com a pesquisa conclui que o enfermeiro gosta da profissão, mas sente-se sobrecarregado, portanto torna-se mais vulnerável às situações de estresse, devido a isto acaba por ocorrer desmotivação da equipe. Segundo os autores para que o enfermeiro não encontre estressores no seu trabalho diário, é essencial que as condições de trabalho sejam satisfatórias.

Gaspar (1997) apud Silva; Marziale (2000, p. 45) traz que os riscos ocupacionais para a saúde dependem das condições de desempenho e da profissão, onde o autor considera que:

“os serviços de saúde, em particular, os hospitais, proporcionam aos seus trabalhadores condições de trabalho reconhecidamente piores em relação aos demais serviços de saúde”.

Em seu estudo Santos (2001) destaca os riscos ocupacionais de trabalhadores em uma Unidade de Hemodinâmica de um Instituto de Cardiologia do Rio de Janeiro, como sendo:

- Exposição a Raios-X;
- Contaminação com microrganismos e materiais biológicos;
- Carga física por problemas ergonômicos;
- Problemas de ordem organizacional referente ao número de trabalhadores;
- Demanda de atividades e tarefas.

Em um dos itens de sua pesquisa que avaliava quantos profissionais consideravam o trabalho em hemodinâmica estressante, dos 9 entrevistados, sete responderam positivamente à pergunta, devido à complexidade do setor, o fazer rápido visando atender aos inúmeros exames da agenda, interrupções e variáveis do processo de trabalho de enfermagem, exigindo maior atenção e, portanto gerando com isso estresse.

Nishide; Benatti (2004), em estudo sobre riscos ocupacionais em uma unidade de terapia intensiva, apresentam que 13% dos trabalhadores indicaram o

estresse como um risco ocupacional, as causas mencionadas pelos trabalhadores foram: a gravidade e instabilidade do quadro clínico dos pacientes, atendimento de situações de emergência e parada cardiorrespiratória.

Em estudo realizado numa Unidade de Terapia Intensiva de um hospital particular do Estado de Santa Catarina, foram encontrados sintomas característicos de estresse entre os enfermeiros como “dores nas pernas, cansaço físico e mental, ansiedade, insegurança e preocupações”. Outro dado interessante deste estudo é a constatação que os enfermeiros nas 24 horas de trabalho realizaram de 100 a 164 atividades diferentes, percorreram em média 2,2 quilômetros e ficaram 63,7% do tempo em pé, o que, de certa forma, explica alguns dos sintomas acima. (MAIA, 1999, p.111).

Alguns trabalhadores quando expostos de forma crônica ao estresse ocupacional desenvolvem, como resposta a Síndrome de Burnout, que se caracteriza pela desmotivação, desinteresse, mal estar interno ou insatisfação ocupacional. Esta síndrome afeta normalmente os profissionais que lidam com outras pessoas e que resolvem problemas dos outros, como enfermeiros médicos, carcereiros, assistentes sociais, entre outros profissionais. São acometidos de condutas negativas onde ocorre diminuição do rendimento, perda de responsabilidade, atitudes passivo-agressivas com os outros e perda da motivação (BALLONE, 2005).

Segundo Massaroni apud Aquino (2005) os mecanismos de enfrentamento do estresse dependem de características pessoais como valores, metas, crença sobre si mesma, responsabilidades e experiências passadas. Para que este enfrentamento ocorra de forma positiva ou negativa são considerados os recursos internos e externos (estado de saúde, situação financeira, entre outros).

Guido (2003) traz o significado de *coping* a partir de sua tradução do inglês que significa enfrentamento. Mengel apud Guido (2003, p.16) define *coping* como um “conjunto de comportamentos conscientes e inconscientes que um indivíduo apresenta diante de uma situação”. Para que ocorra mudança nesta situação é necessário que sejam elaboradas as emoções provenientes de um estressor.

Aquino (2005) traz em seu trabalho como estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional a atividade física, assistir televisão, a família, fazer trabalhos manuais, sair com amigos e pensar em Deus.

Em estudo com enfermeiros que trabalham em oncologia, Rodrigues; Chaves (2008) constataram que a estratégia de enfrentamento mais usada seria a reavaliação positiva, e a menos usada foi a aceitação da responsabilidade.

Segundo Camelo (2005) em seu estudo num hospital geral privado do município de Araraquara, as enfermeiras relatam que recorrem as estratégias de auxiliar e ouvir a equipe, fazer uso do conhecimento técnico-científico e prezar o relacionamento harmônico com a equipe como uma forma de evitar as situações de estresse no trabalho, visando a melhor assistência prestada ao paciente.

As sugestões relacionadas por enfermeiros do Centro Cirúrgico e Recuperação Anestésica (CC/RA) de Santa Maria/RS como medidas de controle do estresse são:

- Divulgar e orientar quanto a normas, rotinas e funcionamento CC/RA para as equipes multiprofissionais;
- Reposição e manutenção preventiva dos estoques de materiais cirúrgicos, aspiradores e eletrocautérios;
- Disponibilização imediata do setor de manutenção;
- Oferecer visitas ao CC/RA para os funcionários de outros setores do hospital como Raio-X, laboratório, patologia entre outros, visando melhor conhecimento da área física e dinâmica do setor;
- Conscientizar a equipe multiprofissional para que ao agendarem os procedimentos dimensionem melhor o tempo necessário para execução destes. Com isto ocorre melhor organização e planejamento da unidade;
- Estimular e viabilizar a participação da enfermagem em seminários, cursos e congressos;
- Visando a redução dos fatores de estresse na unidade, organizar encontros com a finalidade de valorização, atualização e oferta de instrumentos às pessoas, com isso também ocorrem melhorias na segurança e condições de trabalho (GUIDO, 2003).

A autora constata que os enfermeiros do CC/RA estavam estressados no momento da coleta e que as estratégias de *coping* estavam sendo eficientes para o enfrentamento dos estressores, onde a mais utilizada foi a resolução de problemas, seguida de suporte social e aceitação de responsabilidades, o afastamento foi o

menos utilizado, portanto os mecanismos de coping utilizados são centrados no problema e na emoção.

### 3. Fatores estressores no trabalho do enfermeiro

Segundo Bianchi (2000) e Guido (2003) na década de 90 encontra-se publicações, e várias teses de doutorado e dissertação de mestrado, no Brasil, sobre o estresse dos enfermeiros nas mais diversas áreas de atuação, e há uma concordância entre os estudos quanto a profissão ser estressante.

Conforme Batista; Bianchi (2006) para os enfermeiros de unidade de emergência alguns dos estressores são: o número reduzido de funcionários na equipe de enfermagem; falta de respaldo institucional e profissional; carga de trabalho; realização de tarefas em tempo reduzido; descontentamento com o trabalho; falta de experiência por parte dos supervisores; falta de comunicação e compreensão por parte da supervisão de serviço; ambiente físico da unidade; tecnologia de equipamentos; assistência ao paciente e relacionamento com familiares.

Para Bianchi (2000) atividades relatadas como estressantes são: o relacionamento com outras unidades ou supervisores, atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade, à administração de pessoal e assistência de enfermagem prestada aos pacientes, coordenação das atividades da unidade, condições para o desempenho das atividades do enfermeiro. Em seu estudo a autora avaliou tanto unidades abertas como fechadas sendo que em unidades abertas as atividades mais estressantes foram:

- Relacionamento com outras unidades e supervisores;
- Assistência de enfermagem prestada ao paciente;
- Coordenação das atividades na unidade;
- Condições de trabalho para o desempenho das atividades do enfermeiro.

Para as áreas fechadas o único score mais alto que as unidades abertas foi: Atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade. Com relação à Administração de pessoal não houve diferenças entre as áreas.

Em estudo com 73 enfermeiros de unidades de emergência de instituições públicas e particulares do município de São Paulo, constatou-se que as áreas Condições de trabalho para o desempenho das atividades de enfermeiro e Atividades relacionadas à administração de pessoal apresentaram maiores scores,

indicando alto nível de estresse, sendo que nenhuma área apresentou escore para baixo nível de estresse (BATISTA; BIANCHI, 2006).

Segundo trabalho realizado por Guerrer (2007), o nível de estresse foi considerado mediano para trabalhadores em UTI, sendo as atividades relacionadas com administração de pessoal a que apresentou maior nível de estresse. O autor relaciona os estressores por região sendo na região Nordeste mais relatado o Relacionamento com outras unidades ou superiores, no Sul a Coordenação das atividades da unidade, Sudeste a Administração de pessoal, Centro-Oeste a Assistência de enfermagem prestada ao paciente e na região Norte o Funcionamento adequado da unidade, Coordenação das atividades da unidade e Condições de trabalho para o desempenho das atividades do enfermeiro.

O autor acima indica as atividades mais estressantes no seu trabalho, por ordem decrescente:

- Realizar atividades com o menor tempo disponível;
- Enfrentar a morte do paciente;
- Atender e orientar familiares de pacientes críticos;
- Controlar a qualidade do cuidado;
- Nível de barulho da unidade;
- Controlar a equipe de enfermagem;
- Atender as emergências da unidade entre outros.

Estudo realizado por Aquino (2005) com 30 enfermeiras em sete unidades de centro cirúrgico de hospitais da cidade de Recife-PE, identificou como estressores os seguintes itens: falta de material necessário para o trabalho (93,7%); falta de recursos humanos (73,3%); trabalhar em instalações físicas inadequadas (73,3%), trabalhar com pessoas despreparadas (56,7%); prestar assistência a pacientes graves (46,6%); sentir desgaste emocional com o trabalho (70%); administrar ou supervisionar o trabalho de outras pessoas (60%). O autor também traz questões sobre o sentimento das enfermeiras com relação ao trabalho.

Apesar de identificarem os fatores geradores de estresse para o enfermeiro em centro cirúrgico, foi possível averiguar que existe prazer no trabalho das enfermeiras, através da valorização do seu conhecimento técnico e específico, pois a equipe médica, os técnicos e auxiliares dependem da sua organização para que as cirurgias ocorram isto fica claro no relato a seguir,

“[...] gosto porque é uma atividade que envolve tudo, a experiência clínica, prática e administrativa, e permite que a enfermeira tenha uma visão global de muito conhecimento... É muito bom, e como eu trabalho com cirurgias de urgências e emergência, atendo todos pacientes graves e tenho uma base de conhecimento para tudo [...] (AQUINO, 2005 p.91)”.

Em estudo realizado por Maia (1999), foi constatado que os enfermeiros desempenham em média 42% de suas atividades em torno da tomada de decisões e avaliação de um grande número de informações, isto traz uma alta exigência cognitiva, elevando a carga de trabalho e transformando-a em sobrecarga de trabalho. Os autores sugerem o desenvolvimento de estratégias para minimizar o estresse decorrente desta sobrecarga de atividades, com isso proporcionando uma melhora na qualidade de vida deste enfermeiro.

No mesmo estudo foi possível perceber uma insatisfação dos enfermeiros assistenciais que fizeram parte do estudo, no que concerne ao relacionamento, principalmente entre os profissionais que integram a equipe de enfermagem. Tal fato pode gerar desmotivação intensa, em virtude da falta de comunicação e, principalmente, uma participação efetiva na estrutura necessária para a prestação de uma assistência qualificada, gerando estresse acentuado.

Maia (1999, p.137) conclui que existem inúmeras fontes geradoras de estresse, destacando “o conteúdo do trabalho, as condições do trabalho e os fatores organizacionais.” Em relação ao conteúdo do trabalho, considera como maior estressor do enfermeiro, em unidade de terapia intensiva, as inúmeras interferências, com isto, portanto não é possível manter o controle das atividades, gerando maior preocupação quanto à qualidade da assistência prestada. Nas condições de trabalho destaca: ambiente tumultuado, equipamentos com alta tecnologia, elevada carga de trabalho, entre outros.

Bianchi (2000) ressalta que algumas instituições defendem o poder do enfermeiro, em contrapartida em outras o mesmo não ocorre, sendo maior o poder da organização.

Müller (2004, p.87) em seu estudo no Hospital Santa Casa de Misericórdia conclui que os enfermeiros apresentam níveis mais elevados de exaustão emocional em relação aos técnicos e auxiliares de enfermagem, devido à:

“[...] intensa sobrecarga emocional no seu cotidiano de trabalho, pois são responsáveis pelo bom funcionamento do serviço de assistência à saúde, onde supervisionam os demais profissionais de enfermagem, sendo constantemente cobrados pela administração



organização hospitalar, além dos médicos, quanto ao atendimento aos pacientes”.

Lautert (2001 p.124) em seu estudo realizado em dois hospitais-escola localizados na cidade de Porto Alegre constata que as enfermeiras em sua grande maioria constituem “a coluna vertebral dos hospitais, pois são elas que mantêm o contato constante com os pacientes, com os demais profissionais da equipe e serviços.” Em contrapartida também são elas que, normalmente, recebem a maioria das queixas dos pacientes, familiares e equipe a cerca das deficiências da instituição ou protestos quanto à estruturação do sistema de saúde.

Somam-se a isto as constantes interrupções, a falta de planificação e organização do trabalho que entre outros acarreta em alterações emocionais e somáticas.

A autora acima traz o relato de uma enfermeira sobre a agressividade da equipe de saúde, onde diz ser uma constante no seu dia-a-dia, principalmente por fazer parte da equipe do centro cirúrgico,

“[...] e no bloco cirúrgico daqui eles soltam as amarras [...] Toda a equipe funciona assim: Médicos, Enfermeiras, auxiliares, é todo mundo agressivo. E isso é normal [...], a tesoura que vem dentro da bandeja está sem fio, e vem uma criatura daquelas que chega e joga, atira a tesoura aos gritos [...] (Magda)”. (LAUTERT, 2001 p.125).

Em Lautert (2001, p.128), é atribuída à experiência a calma que as enfermeiras possuem ao avaliarem e resolverem as situações estressantes que vivenciam no seu dia-a-dia de trabalho, sendo que esta experiência é referida como autoconhecimento e autocontrole,

“... hoje sou um pouco mais tolerante, aprendi a respeitar a burrice dos outros, as falhas dos outros... as minhas também! Hoje eu digo para as gurias que, com o tempo, a gente aprende... como aprende... (Patricia)”.

Müller (2004), em seu estudo encontra resultados que vão de encontro com o exposto acima, onde conclui que enfermeiras que estão no início de suas carreiras (1 a 5 anos de experiência profissional) as constantes interrupções o que exige um maior grau de memorização, a falta de autonomia e a diversidade de funções geram muita tensão e ansiedade.

Em estudo realizado por Cavalheiro; Moura Junior; Lopes (2008) há uma concordância com o assunto visto que os autores relatam evidências de adequação ao tempo, presumindo que seja pela maturidade e experiências, com isto ocorre

maior consciência das ações e portanto encontra-se mecanismos de enfrentamento do estresse em enfermeiros com maior tempo de trabalho.

Lautert (2001, p.131) traz o sentimento de incompetência expresso por oito das dez enfermeiras esgotadas, este sentimento fica claro no relato abaixo,

“Será que eu não devia me dar conta de minhas limitações? Poucas coisas eu não consigo cumprir e aí eu me frustro muito [...] Como eu não vou dar conta de umas coisinhas? Eu não sei descartar isso de dizer: olha, isso não é da minha responsabilidade. Sempre acho que eu errei [...] Acho que tenho que fazer tudo. (Jussara).”

Stumm (2000) em trabalho realizado em hospitais de Ijuí, aponta o quanto é estressante a atuação do enfermeiro em centro cirúrgico, pois é uma unidade fechada, de riscos, com normas e rotinas, onde é necessário um controle rigoroso do estado do paciente, e portanto acaba lidando permanentemente com situações desgastantes, sofrimento, dor e incertezas.

Em seu estudo sobre estresse Aquino (2005, p.98) também traz relatos sobre o sofrimento do enfermeiro em centro cirúrgico,

“[...] quando faltam materiais, eu fico de mãos atadas sem condições de assistir bem o paciente, mas devido a falta de condições não posso fazer nada. Isto gera uma angústia, porque sou responsável, e a assistência de enfermagem é de minha responsabilidade. Entendo que meu objetivo aqui é cuidar dos pacientes. Hortênsia”

Em estudo realizado no Hospital Albert Einstein por Cavalheiro; Moura Junior; Lopes (2008) foi constatado que os enfermeiros que relataram maior nível de insatisfação com o trabalho obtiveram um escore maior (8,34 pontos em média) para sintomas de estresse repercutindo, portanto na saúde através de alterações cardiovasculares, do aparelho digestivo e músculo-esqueléticas.

Segundo os autores citados acima os agentes estressores encontrados em seu estudo foram relacionados a situações críticas como:

- Enfrentamento de críticas;
- Crises entre chefia e subordinados;
- Dificuldades nas tomadas de decisões;
- Discrepâncias entre as tarefas;
- Impossibilidade e dificuldades de enfrentar situações que exigiam confronto com chefia, colegas e subordinados;
- Sentir-se inferior à função exercida;
- Dificuldades frente à assistência ao paciente grave e sua família.

Santos; Oliveira; Moreira (2006) em estudo realizado no Centro de Terapia Intensiva de um hospital universitário do município do Rio de Janeiro, identificou como fatores mais estressantes para o trabalho do enfermeiro os seguintes itens:

- Parcos insumos materiais e humanos devido ao desgaste psicofísico que acarreta sentimentos de impotência e frustração, exemplificado no relato de um dos enfermeiros:

“[...] quando tem pouco pessoal, falta de material, a própria aparelhagem, que às vezes você tem que estar improvisando, às vezes queima, tem que trocar, passar de um paciente para o outro, e às vezes demora pra consertar (E. 4)” (SANTOS; OLIVEIRA; MOREIRA, 2006 p. 582).

- Trabalho em regime de plantão de 12 horas associado ao duplo emprego; pois diminui o tempo livre do enfermeiro e dificulta a interação social; isto fica claro no texto a seguir,

“[...] tenho andado muito cansada. Nesse último mês até que não, mas o mês de agosto foi um mês extremamente cansativo pra mim e eu não digo nem só por aqui, pois aqui a carga horária já é puxada e eu tenho outro emprego e eu acho que isso pra mim foi a gota d'água (E.3)” (SANTOS; OLIVEIRA; MOREIRA, 2006 p.582).

- Quantitativo de pessoal de enfermagem, levando em conta a complexidade dos pacientes, o tipo de trabalho e as inúmeras demandas com isso o número de enfermeiros e técnicos é considerado reduzido;
- Ambiente de trabalho gerador de estresse fica claro num dos relatos das enfermeiras,

“A quantidade de pessoas que passam por aqui... Tem o professor com os alunos e várias pessoas, e isso contribui para o aumento dos ruídos... Uma planta física pequena, um calor, e, eu particularmente sou intolerante ao ruído! Por que nesse setor tem que ter tantos decibéis, mas ninguém respeita isso! As pessoas falam muito alto, então o fluxo de pessoas, o calor e a planta física estressam bastante (E.6)” (SANTOS; OLIVEIRA; MOREIRA, 2006 p. 583).

Este ambiente segundo o autor pode resultar em erros devido à diminuição da concentração e alterações de memória. Foi destacado como fator gerador de estresse, neste estudo a Especificidade do Trabalho em Terapia Intensiva visto que, o paciente crítico exige cuidados especiais e intervenções complexas. Outro item foi: Atitudes Conflitantes no Grupo, pois o enfermeiro interage com diferentes categorias profissionais que mesmo tendo o mesmo objetivo, ou seja, o bem-estar do paciente,

muitas vezes tem seus interesses confrontados como exemplifica o relato da enfermeira,

“[...] são muitos os fatores que favorecem ao estresse do enfermeiro, quer dizer da enfermagem em si, mas eu acho assim, a própria relação de categorias multidisciplinares é uma relação estressante porque muitas vezes a gente fica sem saber muitas coisas que têm que ser realizadas em cima da hora (E.4)” (SANTOS; OLIVEIRA; MOREIRA, 2006 p. 583).

Wildner (2004) em sua pesquisa com 28 enfermeiros de hospitais de Porto Alegre constatou que as atividades desempenhadas pelos enfermeiros apresentam grau médio de desgaste, como a administração de materiais e equipamentos, administração de pessoas, relacionamento com pacientes/familiares, atividades relacionadas à instituição (reunião com departamento de enfermagem), elaboração de rotinas, ambiente de trabalho, tipos de relacionamentos, funções/tarefas do enfermeiro sendo que dentre estas alguns itens são entendidos como mais desgastantes para alguns dos entrevistados conforme descrito abaixo:

- Administração de materiais e equipamentos: controle, revisão e conserto de equipamentos;
- Administração de pessoas: realizar treinamento e avaliar o desempenho do funcionário;
- Relacionamento com pacientes e familiares: enfrentar a morte do paciente, orientar e atender familiares de pacientes críticos;
- Tipos de relacionamentos: admissão e alta de pacientes e com o setor de manutenção;

Sendo que o item comunicação com outras áreas como relacionamento com supervisores de enfermagem e administração superior apresentou alto nível de estresse. Em contrapartida o item participação em eventos científicos ficou classificado como de pouco a médio desgaste.

Coronetti *et all* (2006) em estudo realizado em duas instituições públicas de saúde da cidade de Florianópolis identificou três categorias de agentes de estresse que foram divididos em subcategorias.

Na categoria I foram relacionados fatores que determinam o estresse, destacando-se:

- O ambiente físico como ruídos excessivos, iluminação inadequada, escassez de recursos materiais, sendo este identificado como um dos

fatores que mais gera estresse na equipe de enfermagem, pois a busca de condições para realizar o trabalho quando ocorre falta de material implica em sentimentos de irritação e cansaço do profissional;

- Excesso de trabalho devido a falta de pessoal, a sobrecarga de tarefas e pouca experiência profissional;
- O relacionamento entre os profissionais como a comunicação deficiente, falta de cooperação e privilégios;
- Rapidez de ação que identificou necessidade de maior habilidade no atendimento do serviço de apoio (laboratório clínico, radiologia, farmácia entre outros) e demora da prescrição médica podem ocasionar na equipe fadiga emocional, irritação, angústia e desânimo o que pode levar ao estresse, como apresentado no relato a seguir,

“Eu entendo o hospital como uma empresa. O paciente é o principal objetivo, tudo tem que andar em volta dele, laboratório, raio X, equipamentos, quando estas coisas não andam... Os serviços de apoio demoram demais. As pessoas não dão valor ao trabalho que elas prestam para nós, para as coisas poderem andar melhor. O objetivo principal é o paciente e as coisas devem andar rápido. Senão, vem tudo em cima da gente, da supervisão, e isto eu acho estressante (Enfermeiro L)” (CORONETTI *et al* 2006, p.39,40)

A categoria II traz as manifestações do estresse sendo divididas em manifestações físicas destacando-se mãos frias e enxaqueca; manifestações emocionais como perda do senso de humor, problemas de memória, insônia, pesadelos, irritabilidade excessiva estes sintomas ocasionam “dificuldade de relacionamento e insatisfação no trabalho, interferindo na qualidade do trabalho prestado”. Na categoria III relacionada à minimização e prevenção do estresse, os itens mais relatados foram: relacionamento humano, atividades em grupo e material suficientes (CORONETTI *et al* 2006, p. 40).

Britto (2006) em estudo com enfermeiros que trabalham em unidades que prestam assistência aos portadores de transtornos mentais observou que estes profissionais não consideravam seu trabalho como fonte geradora de estresse, mantendo sua saúde preservada, através da presença de um suporte social e um modo de enfrentamento centrado no problema. Os autores salientam que o resultado não é estanque e que seria necessário outras avaliações utilizando instrumentos diversos dos que eles utilizaram para uma melhor avaliação deste resultado.

Em estudo realizado por Costa; Lima; Almeida (2003), em sete hospitais psiquiátricos da cidade de Fortaleza-Ceará também não evidenciou a presença de estresse nos enfermeiros participantes da pesquisa, apesar do processo de trabalho ser complexo, estando presente um clima de grande tensão emocional, desgaste físico e psíquico o que poderia resultar em estresse. Os autores ainda destacam que o estresse é relativo, visto que depende de variáveis como: interpretação e significados próprios, visão de mundo, especificidade das situações, entre outros.

Conforme estudo realizado por Rodrigues e Chaves (2008) com enfermeiros, que trabalham em oncologia de cinco hospitais de grande porte do município de São Paulo, foi identificado como situações estressoras:

- O óbito dos pacientes, principalmente quando se trata de criança ou adolescente, pois é visto como uma interrupção no ciclo natural da vida;
- Situações de emergência como parada cardiorrespiratória, reações anafiláticas decorrentes do uso de quimioterápicos e piora do quadro clínico dos pacientes;
- Problemas de relacionamento com a equipe de enfermagem: discordância quanto à conduta do enfermeiro com relação aos pacientes e escala de serviço;
- Situações relacionadas ao processo de trabalho.

Segundo Lautert; Chaves; Moura (1999) entre as fontes de estresse na atividade gerencial do enfermeiro a que apresentou maior risco relativo foi a sobrecarga de trabalho, seguida pelas situações críticas, gerenciamento de pessoal, conflito de funções e relacionamento interpessoal, em seu estudo não evidenciou-se correlação entre estresse e a variável turno de trabalho.

Neste trabalho evidenciou-se os sintomas de estresse dos enfermeiros com 51% dos enfermeiros com médias acima da mediana, nos auto-relatos dos enfermeiros as alterações cardiovasculares foram mais freqüentes, mas perdem para as alterações gastrintestinais que chegam a 52% dos enfermeiros, sendo que destes 41 % apresentaram 5,3 vezes mais risco de serem estressados, também as alterações do sono e repouso foram referidas por 57% dos enfermeiros, mas apenas uma pequena parcela faz uso de medicações (4% para soníferos e 5% para tranqüilizantes). Alterações músculo-esqueléticas apresentaram risco de 2,75, do ciclo menstrual um risco de 2,57 e imunitárias representaram risco de 2,24.

Os autores correlacionaram as fontes de estresse com os sintomas e constataram que o gerenciamento de pessoal apresentou maior correlação com sintomas de estresse, em contrapartida, dos sintomas de estresse, as alterações imunitárias apresentaram correlação com todas as fontes de estresse do estudo. Dos enfermeiros entrevistados 68% demonstraram insatisfação com a profissão e 55% interesse em mudar de profissão.

Menzani (2006) em estudo onde pesquisou os estressores no trabalho dos enfermeiros de unidades de pronto-socorro nas cinco regiões do Brasil, totalizando uma amostra de 143 enfermeiros, o trabalho envolveu seis domínios:

- A - relacionamento com outras unidades e supervisores;
- B - atividades relacionadas ao funcionamento adequado da unidade;
- C - atividades relacionadas à administração de pessoal;
- D - assistência de enfermagem prestada ao paciente;
- E - coordenação das atividades da unidade;
- F - condições de trabalho para o desenvolvimento das atividades do enfermeiro, relacionadas ao meio ambiente e condições de aperfeiçoamento.

Os níveis de estresse foram divididos em 4: baixo (até 3,0); médio (de 3,1 a 4,0); alerta (4,1 a 5,9) e alto (acima de 6,0), sendo constatado que os enfermeiros se classificaram individualmente entre o nível médio e alerta. Como foram analisadas as cinco regiões do país, a classificação destas para os níveis de estresse ficou: Norte (4,09), Centro-oeste (4,07), Sudeste (3,68), Sul (3,49) e Nordeste (3,35). A avaliação para os domínios ficou em ordem decrescente F>C>E>D>B>A.

Segundo o autor os domínios representam para os enfermeiros um nível médio de estresse com exceção do domínio A, sendo a área F a que apresentou maior nível de estresse. Ao analisar as atividades independentes dos domínios, obteve:

- Controlar a equipe de enfermagem (4,45);
- Supervisionar as atividades da equipe (4,09);
- Controlar a qualidade do cuidado (4,46);
- Elaborar escala mensal de funcionários (4,0);
- Elaborar relatório mensal da unidade (4,08);
- Atender as necessidades dos familiares (4,91);

- Atender as emergências da unidade (4,33);
- Atender aos familiares de pacientes críticos (5,06)
- Enfrentar a morte do paciente (4,90);
- Orientar os familiares de pacientes críticos (4,78);
- O ambiente físico da unidade (4,25);
- Nível de barulho da unidade (4,53);
- Realizar atividades burocráticas (4,58);
- Realizar tarefas com tempo mínimo disponível (5,06).

A autora destaca que o cargo de gerência, ou seja o enfermeiro gerencial foi o item mais estressante nas áreas E e F.

Guido (2003) em seu estudo com enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica do município de Santa Maria/RS, conclui através de avaliação subjetiva dos enfermeiros que

- 70,59% percebem-se estressados;
- 64,71% consideram mais estressantes as atividades que dizem respeito à funcionalidade da sala de observação;
- 47,06% sentem-se estressados com a administração de pessoal, coordenação das atividades e condições de trabalho no centro cirúrgico e assistência de enfermagem no período peri-operatório;
- 100% da população que sente-se estressada relacionou o setor de manutenção e reparos como o item de maior estresse;
- Para 52,94% representa estresse o relacionamento com a equipe médica, de enfermagem e os serviços prestados à assistência.

A autora traz como área de maior estresse para 41,18% dos enfermeiros a que diz respeito às condições de trabalho, a sobrecarga de atividades burocráticas foi o item de maior estresse.

O enfermeiro num ambiente hospitalar está exposto a diversas situações causadoras de estresse, conforme estudo realizado por Stacciarini; Tróccoli (2001), como: recursos inadequados, atendimento ao paciente, relações interpessoais, carga emocional, cobranças, sobrecarga de trabalho reconhecimento profissional, poder de decisão. Para os autores as fontes de estresse são diferentes, apesar de algumas serem comuns, independente do cargo que o enfermeiro ocupa e sua área de atuação, concluem que seria importante realizar pesquisas na área para que



ocorra a prevenção de doenças ocupacionais e a busca de soluções para alguns problemas da profissão.

## **4 METODOLOGIA**

### **4.1 Tipo de Estudo**

Este estudo caracterizou-se como pesquisa do tipo exploratório descritivo realizado através de pesquisa bibliográfica baseada em Gil (2002). O autor esclarece que é necessário adotar etapas pré-definidas como: escolha do tema, levantamento bibliográfico preliminar, formulação do problema, elaboração de um plano provisório de assunto que já estão contemplados neste trabalho; e busca das fontes, leitura do material (leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa), tomada de apontamentos, confecções de fichas, construção lógica do assunto e a redação do texto (GIL, 2002). Estas etapas foram fielmente seguidas durante a construção deste trabalho.

### **4.2 Fontes**

Este trabalho foi realizado através de pesquisa em livros, dissertações, teses, revistas, jornais e periódicos do acervo das bibliotecas da Univerdidade Federal do Rio Grande do Sul, dentre elas as da Enfermagem, Psicologia, Medicina entre outras.

Foram consultados artigos científicos através de base de dados eletrônicos de periódicos da Biblioteca Virtual de Saúde acessando LILACS (Sistema Latino Americano e do Caribe de Informações em Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e a Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP.

Os descritores em português foram: estresse ocupacional e enfermagem, estresse e enfermeiro hospitalar, estresse, estresse ocupacional, e em inglês: occupational stress and nursing, stress and hospital nurse, stress e occupational stress.

Decidiu-se por utilizar referencial teórico de 1997 a 2008, com o intuito de utilizar material mais atualizado sobre o assunto.

Os critérios de inclusão dos artigos no trabalho foram: estarem relacionados ao estresse do enfermeiro em ambiente hospitalar, sendo selecionados para fazer parte do estudo todos os trabalhos que trouxeram pesquisas sobre fatores estressantes ao enfermeiro no ambiente hospitalar, sendo excluídos os que se referem ao estresse do enfermeiro em unidades básicas de saúde, em atendimento pré-hospitalar e os relacionados somente aos auxiliares e técnicos de enfermagem.

### **4.3 Análise dos dados**

#### 4.3.1 Leitura exploratória

Foi realizada leitura do referencial teórico utilizando-se metodologia de caráter exploratório, que segundo Gil (2002, p. 77) “é uma leitura do material bibliográfico que tem por objetivo verificar em que medida a obra consultada interessa à pesquisa”.

A leitura exploratória fez-se mediante: “exame da folha de rosto, dos índices da bibliografia e das notas de rodapé” bem como da “introdução, do prefácio (quando houver), das conclusões e mesmo das orelhas dos livros”. Com estes elementos tem-se uma visão geral da obra e da sua utilidade à pesquisa (GIL, 2002 p. 77).

#### 4.3.2 Leitura seletiva

A leitura seletiva dos textos foi realizada após a leitura exploratória, visto que:

“[...] procede-se a sua seleção, ou seja, à determinação do material que de fato interessa à pesquisa. Para tanto, é necessário ter em mente os objetivos da pesquisa, de forma que se evite a leitura de textos que não contribuam para a solução do problema proposto” (GIL, 2002 p.78).

#### 4.3.2 Leitura analítica

Segundo Gil (2002 p. 78) a leitura analítica é realizada baseando-se nos textos selecionados, “embora possa ocorrer a necessidade de adição de novos textos e a supressão de outros tantos” o pesquisador deve analisá-los como se fossem de caráter definitivo. Tem por finalidade “ordenar e resumir as informações contidas nas fontes, de forma que estas possibilitem a obtenção de respostas ao problema da pesquisa”.

Para Gil (2002) a leitura analítica adequada passa pelos seguintes momentos: leitura integral da obra ou do texto selecionado, identificação das idéias-chaves, hierarquização das idéias e por fim a sintetização das idéias.

#### 4.3.2 Leitura interpretativa

Para Gil (2002 p.79) “esta constitui a última etapa do processo de leitura das fontes bibliográficas”, considerada a mais complexa, pois “tem por objetivo relacionar o que o autor afirma com o problema para o qual se propõe uma solução”. Segundo o mesmo autor o que é comum

“[...] ocorrer com pesquisadores pouco experientes é a interpretação ser feita com base em posições pessoais, conferindo ao trabalho caráter subjetivo, terminando por comprometer sua validade científica” (GIL, 2002 p. 79).

Para evitar isto, faz-se “necessário que a interpretação se faça pela ligação dos dados com conhecimentos significativos, originados de pesquisas empíricas ou de teorias comprovadas” (GIL, 2002 p. 79-80).

#### **4.4 Aspectos éticos**

Foram preservados os direitos autorais dos trabalhos utilizados conforme a Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 (BRASIL, 1998), sendo referenciados ao longo do trabalho conforme normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

## 5 Considerações Finais

Ao longo deste trabalho foram analisados mais de 100 trabalhos, sendo selecionados apenas 31 que satisfaziam os critérios de inclusão.

Em todos os trabalhos houve uma predominância, do sexo feminino e de uma faixa etária entre 20 e 40 anos.

Durante este trabalho percebi que na literatura há uma preocupação maior com o estresse em áreas fechadas, como centro de tratamento intensivo e centro cirúrgico, em detrimento de outras áreas. Também são contemplados trabalhos sobre unidades de internação, emergências, pronto atendimento, unidades de internação psiquiátrica, entre outros, mas numa escala bem menor.

Ao iniciar esta pesquisa não tinha idéia da gama de fatores estressores no trabalho do enfermeiro em um hospital, ao ler os trabalhos pesquisados percebi o quão complexo e minucioso é o trabalho do enfermeiro, pois são inúmeros detalhes para observar durante a jornada de trabalho, e principalmente por visar a saúde de outra pessoa, portanto não são permitidos falhas.

Foi possível determinar que os fatores de estresse para os enfermeiros mais relatados são: escala de tarefas, enfrentar a morte, relação com a equipe multiprofissional, relacionamento com a supervisão/administração, sobrecarga de trabalho, falta de reconhecimento profissional, entre outros.

Dos trabalhos analisados referentes a unidades de internação em saúde mental, não foi constatado estresse nestes trabalhadores, não é uma constatação feita com base em muitos artigos, visto que foram analisados neste trabalho um artigo e uma dissertação de mestrado, referentes ao assunto.

Com este trabalho chego à conclusão que o trabalho do enfermeiro em um hospital é estressante, e o enfermeiro está exposto aos mais diversos fatores estressores, mas muitas vezes, isto é minimizado através de estratégias de enfrentamento como atividade física, lazer, encontro com a família e amigos, realização de trabalhos manuais, entre outros. Muitas vezes o trabalhador não percebe o quanto está estressado, pois o prazer que sente com a profissão é maior.

Durante a minha vida acadêmica, principalmente no último ano, onde iniciaram os estágios curriculares, foi possível vivenciar inúmeras das situações e dos estressores relatados neste trabalho como: a morte de pacientes, a dificuldade

de relacionamento com a equipe multiprofissional, principalmente os médicos, as cobranças, o relacionamento com a família, a dificuldade na elaboração de escala de trabalhos, a falta de reconhecimento da importância do enfermeiro, as queixas dos pacientes, entre outros tantos que são relatados neste trabalho.

Diante disto, percebo o quanto é difícil ser enfermeiro, pois nos exigem sabedoria e conhecimento acerca de tudo, e muitas vezes é difícil dizer “não sei” ou isto “não me compete” e deve ser resolvido por outro profissional. É necessário trabalhar esta situação desde a formação do enfermeiro, pois não podemos nos comportar como “mães” tentando abraçar o mundo e resolver tudo. O que compete a enfermagem deve ser resolvido pela enfermagem e o que não nos compete que seja abraçado pelos profissionais competentes.

Para tanto deixo como sugestão a necessidade de aprofundar o trabalho, através de pesquisa de campo e trabalhos futuros buscando meios e estratégias de amenizar o estresse dos enfermeiros que trabalham em hospital.

## REFERÊNCIAS

AQUINO, Jael Maria de. **Estressores no trabalho das enfermeiras em Centro Cirúrgico: conseqüências profissionais e pessoais**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - SP, 2005. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/>> Acesso em 12 de agosto de 2007.

BALLONE, Geraldo José. Estresse – Introdução. In. **PsiquWeb**, Internet, disponível em <[www.psiqweb.med.br](http://www.psiqweb.med.br)>, revisto em 2005 Acesso em 24/04/2008.

BATISTA, Karla de Melo; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 4, p. 534 – 539, jul/ago. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a10.pdf>>. Acesso em: 22 de agosto de 2007.

BEAR, Mark F.; CONNORS, Barry W.; PARADISO, Michael A. **Neurociências: desvendando o sistema nervoso**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002, 855p.

BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Enfermeiro hospitalar e o stress. **Revista Escola Enfermagem - USP**, v. 34, n.4, p. 390-4, dez. 2000. Disponível em: <<http://www.ee.usp.br/reeusp/upload/pdf/549.pdf>> Acesso em 21 de agosto de 2007.

BRASIL, Ministério da Justiça dos Direitos Autorais. **Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998**. Disponível em: <<http://www.desenvolvimento.gov.br>> Acesso em 24 de agosto de 2007

BRITO, Eliane da Silva; **Enfermeiros psiquiátricos: estresse, enfrentamento e saúde**. Dissertação de mestrado. Universidade de São Paulo – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto – SP, 102f, 2006. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br>> Acesso em 5 de novembro de 2007.

CAMELO, SILVIA HELENA HENRIQUES. O estresse e o enfermeiro hospitalar. In: **57º CONGRESSO BRASILEIRO DE ENFERMAGEM**, 3 a 7 nov. 2005, Goiânia, Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/57cbe/resumos/101.htm> Acesso em 21 de agosto de 2007.

CAVALHEIRO, Ana Maria; MOURA JÚNIOR, Denis Faria; LOPES; Antonio Carlos. Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. **Revista Latino-Americana de Enfermagem** 2008 janeiro-fevereiro; 16(1). Disponível em: <[www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692008000100005&lng=en&n](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692008000100005&lng=en&n)> Acesso em 18 de maio de 2008.

CORONETTI, Adriana *et al.* O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador **Arquivos Catarinenses de Medicina** Vol. 35, no. 4, out-dez 2006. Disponível em <<http://www.acm.org.br/revista/>> Acesso em 26 de outubro de 2007.



COSTA, José Roberto A. da; LIMA, Josefa Vieira de; ALMEIDA, Paulo Cesar de. Stress no trabalho do enfermeiro **Rev Esc Enferm USP** 2003; 37(3):63-71. Disponível em <[www.ee.usp.br/reeusp/upload/pdf/170.pdf](http://www.ee.usp.br/reeusp/upload/pdf/170.pdf)> Acesso em 22 de agosto de 2007.

DAVIS, Martha; ESHELMAN, Elisabeth Robbins; McKAY, Matthew. **Manual de relaxamento e redução do stress**. São Paulo: Summus, 1996.

DIAS, Simone Maria Menezes *et al.* FATORES DESMOTIVACIONAIS OCACIONADOS PELO ESTRESSE DE ENFERMEIROS EM AMBIENTE HOSPITALAR. In: **VIII SEMEAD – Seminários em Administração FEA-USP**. 11 e 12 ago., 2005 São Paulo. Disponível em: <http://www.ead.fea.usp.br/Semead/8semead/resultado/trabalhosPDF/377.pdf> Acesso em 17 de novembro de 2007.

FERRAREZE, Maria Verônica Guilherme; FERREIRA, Viviane; CARVALHO, Ana Maria Pimenta. Perception of stress among critical care nurses. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 19, n. 3, 2006. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103)> Acesso em: 10 Outubro 2007.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002. 175p.

GUERRER, Francine Jomara Lopes. **Estresse dos enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva no Brasil**. Dissertação de Mestrado. São Paulo. Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo. 2007, 97 p. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/>> Acesso em 12 de agosto de 2007.

GUIDO, Laura de Azevedo. **Stress e Coping entre enfermeiros de Centro Cirúrgico e Recuperação Anestésica**. Tese de Doutorado. São Paulo: Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo; 2003. Disponível em <<http://www.teses.usp.br/>> Acesso em 05 de novembro de 2007.

LAUTERT, Liana. O Processo de Enfrentamento do Estresse no Trabalho Hospitalar: Um estudo com enfermeiras. In: Haag, Guadalupe Scarparo; Lopes, Marta Júlia Marques; Schuck, Janete da Silva. **A enfermagem e a saúde dos trabalhadores**. Goiânia: AB, 2001. 152 p. p. 114-140.

\_\_\_\_\_; CHAVES, Enaura H. B.; MOURA, Gisela M. S. S. de. Stress related to administrative tasks in nursing. **Revista Panamericana Salud Publica**, Washington, v. 6, n. 6, 1999. Disponível em: <[http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1020-4989199900110007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1020-4989199900110007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 22 de agosto de 2007.

MAIA, SILMARA DA COSTA. **Análise ergonômica do trabalho do enfermeiro na unidade de terapia intensiva**: proposta para a minimização do estresse e melhoria da qualidade de vida no trabalho. 1999. 167f. Dissertação de Mestrado - Centro Tecnológico. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 1999.

Disponível em: <<http://teses.eps.ufsc.br/defesa/pdf/2958.pdf>> Acesso em 22 de agosto de 2007.

MARZIALE, Maria Helena Palucci; CARVALHO, Emília Campos de. Condições ergonômicas do trabalho da equipe de enfermagem em unidade de internação de cardiologia. **Rev. latino-am. enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 6, n. 1, p. 99-117, janeiro 1998. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v6n1/13926.pdf>> Acesso em 22 de março de 2008.

MENZANI, Grazielle. **Stress entre enfermeiros brasileiros que atuam em pronto socorro**. Dissertação de mestrado. São Paulo: Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, 2006, Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/>> Acesso em 02 de maio de 2008.

\_\_\_\_\_; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. **Stressors among nurses working in care units of hospital**. Enfermería Global – Clínica, n. 7, 2005. Disponível em: <[www.um.es/eglobal/7/pdf/issn\\_1695-6141](http://www.um.es/eglobal/7/pdf/issn_1695-6141)> Acesso em: 24 de agosto de 2007.

MÜLLER, Daniela Virote Kassick. **A Síndrome de Burnout no Trabalho de Assistência à Saúde: estudo junto aos profissionais da equipe de enfermagem hospitalar**. Dissertação de Mestrado. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Escola de Engenharia. 2004. 101f. Disponível em: <<http://www.bibliotecadigital.ufrgs.br/da.php?nrb=000459519&loc=2005&l=86428ff1bbeb500b>> Acesso em: 23 de setembro de 2007.

MUROFUSE, Neide Tiemi; ABRANCHES, Sueli Soldati; NAPOLEAO, Anamaria Alves. Reflections on stress and Burnout and their relationship with nursing. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 13, n. 2, 2005. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692005000200019&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000200019&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 22 de Agosto 2007.

NETTINA, Sandra M. **Prática de Enfermagem**. 6ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999.

NISHIDE, Vera Médice; BENATTI, Maria Cecília Cardoso Riscos ocupacionais entre trabalhadores de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. **Rev Esc Enferm USP** 2004; 38(4): 406-14. Disponível em: <<http://www.ee.usp.br/reeusp/upload/pdf/183.pdf>> Acesso em 02 de março de 2008.

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validation of the work stress scale. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 9, n. 1, 2004. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2004000100006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2004000100006&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 20 de Setembro de 2007.

PITTA, Ana Maria Fernandes. **Hospital: dor e morte como ofício**. 4. ed. São Paulo: Hucitec, 1999. 198 p.

RODRIGUES, Andrea Bezerra; CHAVES, Eliane Corrêa. Stressing factors and coping strategies used by oncology nurses. **Revista Latino-Americana de**

**Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, 2008. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692008000100004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692008000100004&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 02 de junho de 2008.

RÜEGG, Johann Gaspar; FELD, Michael. Cabeça Quente. *In: Revista Viver mente & cérebro*. São Paulo: Ediouro, nº 151, Agosto 2005, p 76-81.

SANTOS, Paula Raquel dos. **Estudo do Processo de Trabalho da Enfermagem em Hemodinâmica : cargas de trabalho e fatores de riscos à saúde do trabalhador**. Dissertação de Mestrado - Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, 2001, 145f. Disponível em: <[www.cepis.org.pe/bvsacd/cd49/santosprm.pdf](http://www.cepis.org.pe/bvsacd/cd49/santosprm.pdf)> Acesso em 20 de maio de 2008.

SANTOS, Joares Maia dos; OLIVEIRA, Elias Barbosa de; MOREIRA, Almir da Costa. Estresse, fator de risco para a saúde do enfermeiro em Centro de Terapia Intensiva. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v.14, n.4, 580-585, out-dez. 2006. Disponível em <<http://www.portalbvsenf.eerp.usp.br/pdf/reuerj/v14n4/v14n4a14.pdf>> Acesso em 26 de outubro de 2007.

SCHERMERHORN, John R; HUNT, James G; OSBORN, Richard. **Organizational Behavior**. 7th ed. New York: Wiley, 2000, p.404-407.

SILVA, Dóris Marly Petry Paulo da; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Absenteísmo de trabalhadores de enfermagem em um hospital universitário. **Rev.latino-am. enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 8, n. 5, p. 44-51, outubro 2000. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692000000500007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692000000500007) Acesso em 22 de janeiro de 2008.

SILVA, Jorge Luiz Lima da; MELO, Enirtes Caetano Prates de. Estresse e implicações para o trabalhador de enfermagem. **Informe-se em promoção da saúde**, Rio de Janeiro, v.2 n.2.p 16-18, 2006, disponível em <<http://www.uff.br/promocaodasaude/estr.trab.pdf>> Acesso em 20 de agosto de 2007.

STACCIARINI, Jeanne Marie R.; TRÓCCOLI, Bartholomeu T. Instrumento para mensurar o estresse ocupacional: inventário de estresse em enfermeiros (IEE) **Revista Latino-americana de Enfermagem** - Ribeirão Preto, v. 8 - n. 6 - p. 40-49 - dez 2000 disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v8n6/12347.pdf>> Acesso em 21 de agosto de 2007.

\_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_. The stress in nursing professional. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 9, n. 2, 2001. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692001000200003&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692001000200003&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 21 de agosto de 2007.

STUMM, Eniva Miladi Fernandes. **O estresse de equipes de enfermagem que atuam em Unidades de Centro Cirúrgico, nos Hospitais da cidade de Ijuí**. Dissertação de Mestrado em Administração. Porto Alegre, RS: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2000.

TOWNSEND, M. **Enfermagem psiquiátrica: conceitos de cuidados**. 3.ed, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

WILDNER, Bernadete. **O estresse da equipe de enfermagem em área fechada** [on-line] Canoas, 2004. 75 f. Monografia (Especialização em Enfermagem em Terapia Intensiva) - Universidade Luterana do Brasil. 2004. Disponível em: <https://memphis.ulbranet.com.br/BIBLIO/ETIE2003043.pdf> Acesso em 20 de maio de 2008.

ZORZETTO, Ricardo. **Viver é muito perigoso**, Estresse prolongado intensifica inflamação cerebral ligada à morte de neurônios. São Paulo: Fundação de Amparo à Pesquisa, 2006. Disponível em: [www.revistapesquisa.fapesp.br/index.php?art=3091&bd=1&pg=1](http://www.revistapesquisa.fapesp.br/index.php?art=3091&bd=1&pg=1) - 36k> Acesso em 12 de outubro de 2007.