

**SMAD**

Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas

ISSN: 1806-6976



Av. Bandeirantes, 3900. Ribeirão Preto/SP - Brasil CEP: 14.040-902 Telefone: 055-16-602-3477ou 602-4754 Fax: 055-16-633-3271

O ESTRESSE DO ENFERMEIRO NAS UNIDADES DE TERAPIA INTENSIVA ADULTO: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Flávia Duarte dos Santos¹, Mércia Heloísa F. Cunha², Maria Lúcia do Carmo Cruz Robazzi³, Luiz Jorge Pedrão⁴, Luiz Almeida da Silva⁵, Fábio de Souza Terra⁶

Resumo

Estudo de revisão da literatura que objetivou identificar os fatores geradores de estresse, seus efeitos, sinais e sintomas, presentes nos enfermeiros atuantes em unidades de terapia intensiva adulta. Como metodologia, utilizou-se de artigos publicados na base LILACS e Biblioteca SciELO entre os anos 2006 e 2008. Os resultados mostraram que os fatores predisponentes ao estresse foram: sobrecarga de trabalho, conflito de funções, desvalorização e condições de trabalho. Os sinais e sintomas foram: taquicardia, falta de apetite, calafrios, ansiedade e dores articulares. Conclui-se que é necessário e imprescindível a realização de reuniões de equipe, planejamento das atividades, participação ativa nas decisões da equipe multiprofissional e valorização dos distintos saberes, em prol da saúde dos trabalhadores e da qualidade do trabalho.

Palavras-chave: Estresse psicológico, Unidades de terapia intensiva, Cuidados de enfermagem.

EL ESTRÉS DEL ENFERMERO EN LAS UNIDADES DE TERAPIA INTENSIVA ADULTA: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

Resumen

Estudio de revisión de la literatura que objetivó identificar los factores generadores de estrés, sus efectos, señales y síntomas presentes en los enfermeros actuantes en unidades de terapia intensiva adulta. Se utilizaron artículos publicados en la base LILACS y Biblioteca SciELO, entre los años de 2006 hasta 2008. Los resultados demostraron que los factores que predispusieron al estrés fueron: sobrecarga de trabajo, conflicto de funciones, desvalorización y condiciones de trabajo. Los señales y síntomas fueron: taquicardia, falta de apetito, escalofríos, ansiedad y dolores articulares. Se concluye que es necesaria e imprescindible la realización de reuniones de equipo, planificación de las actividades, participación activa en las decisiones del equipo multiprofesional y valorización de los distintos saberes, en pro de la salud de los trabajadores y de la calidad del trabajo.

Palabras clave: Estrés psicológico, Unidades de terapia intensiva, Atención de enfermería.

NURSING STRESS IN ADULT INTENSIVE CARE UNITS: A LITERATURE REVIEW

Abstract

This literature review aimed to identify the factors that generate stress, their effects, signs and symptoms present in active nurses who work in adult intensive care units. Articles published between 2006 and 2008 were searched in the LILACS database and SciELO library. Results showed that the main stressing factors were: work overload, conflict of functions, depreciation and work conditions. The signs and symptoms were: palpitation, lack of appetite, chills, anxiety and pain in articulation. Results indicate the need of team meetings, activity planning, active participation in the decisions of the multiprofessional team and valorization of the different kinds of knowledge, for benefit of the workers' health and the quality of the work.

Keywords: Psychological Stress, Intensive care units, Nursing care.

¹ Enfermeira, Especialista em UTI, Enfermeira da Unidade Coronariana Hospital Santa Genoveva, Uberlândia, MG. e-mail flavinha_denf@yahoo.com.br

² Enfermeira. Doutora. Professora Adjunta. Aposentada do Departamento de Enfermagem Básica da Universidade Federal de Minas Gerais. e-mail mercia@enf.ufmg.br

³ Enfermeira do Trabalho. Doutora em Enfermagem, Professora Titular da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto EERP-SP. e-mail avrmccr@eerp.usp.br

⁴ Enfermeiro, especialista em Enfermagem Psiquiátrica. Doutor em Saúde Mental. Professor Doutor da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto EERP-SP. e-mail lujope@eerp.usp.br

⁵ Enfermeiro do Trabalho, Professor do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário do Triângulo – UNITRI, Uberlândia, MG. e-mail enferluiz@yahoo.com.br

⁶ Enfermeiro doutorando em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto – EERP-USP. Docente da Unifenas. e-mail fabsouterra@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

Nas atividades cotidianas, quando o cérebro, independente da vontade, interpreta alguma situação como ameaçadora ou estressante, todo o organismo passa a desenvolver uma série de alterações denominadas, em seu conjunto, como Síndrome Geral da Adaptação ao Estresse. Na maioria das vezes, essas situações de estresse repercutem de variadas formas levando o organismo a se adaptar a elas⁽¹⁾.

Cada órgão ou sistema do organismo humano é envolvido e manifesta alterações fisiológicas continuadas do estresse, inicialmente apenas com alterações funcionais e depois com lesões anatômicas. Dentre as várias alterações que visam a proteção e manutenção da homeostase há aquelas denominadas defesa⁽¹⁾.

Vale ressaltar que todas as alterações que o organismo fisiologicamente impõe ao corpo são de ordem protetora, visando prepará-lo para que não sofra diante das alterações provocadas pelo estresse causado por vários fatores externos⁽²⁾.

Situações estressantes e propiciadoras das etapas, mencionadas anteriormente, acontecem no mundo atual, uma vez que a sociedade em geral tem experimentado inúmeras mudanças no convívio social, tais como adaptações a diversas tecnologias, as quais muitas vezes o ser humano não se encontra preparado para enfrentá-las⁽¹⁾.

Dentre todas as mudanças ocorridas neste mundo globalizado as que mais afetam diretamente o ser humano são aquelas propiciadas pelo mundo do trabalho, já que, na maioria das vezes, representam desafios a serem vencidos pelos trabalhadores no sentido de se manterem atuantes no mercado de trabalho cada vez mais competitivo⁽²⁾.

O desgaste emocional das pessoas, em suas relações no ambiente de trabalho, constitui fator muito significativo na determinação de transtornos relacionados ao estresse, como é o caso das depressões, ansiedade patológica, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, dentre outras⁽³⁾.

Na área da saúde, o estresse ocupacional está relacionado a situações específicas tais como: problemas de relacionamento da equipe multidisciplinar, ambiguidade e conflito de funções; dupla jornada de trabalho e atividades domésticas; pressões exercidas pelos superiores de acordo com a percepção do indivíduo e alterações sofridas dentro do contexto de sua atividade⁽⁴⁾.

Nos tempos pós-modernos, a Enfermagem tem se deparado com um grande desafio: acompanhar com presteza e espírito inovador a evolução contínua da tecnologia e, ao mesmo tempo, saber ouvir os sofrimentos, angústias e frustrações das pessoas que estão sob seus cuidados⁽⁴⁾.

Os enfermeiros, frente a essas situações encontradas em seu cotidiano, devem estar atentos para que toda essa carga de emoções e sentimentos que se apresentam como verdadeiros desafios para o exercício profissional não afete a manutenção da sua integridade física e psicossocial e comprometa a qualidade da assistência prestada⁽⁵⁾.

O cuidar é a essência da profissão Enfermagem e do qual derivam todas as funções, tendo seu enfoque no ser humano, e não na sua doença, e, conseqüentemente, o profissional de enfermagem deve se comprometer com o ato de zelar pelo bem-estar ou pela saúde das pessoas⁽⁵⁾.

No âmbito hospitalar, pacientes que requerem cuidados mais complexos são internados nos centros ou unidades de terapia intensiva (CTI/UTI), locais que, pela dinâmica e estrutura de funcionamento, oferecem condições para que lhes seja ofertado cuidado mais contínuo e especializado⁽⁶⁾.

A história da UTI está intimamente ligada à enfermagem e foi emblemática e marcante com a ativa participação de Florence Nightingale na guerra da Crimeia; na ocasião foram reunidos todos os feridos das batalhas num mesmo ambiente, permitindo assim assistência mais direta e eficiente. Esse fato deu origem às modernas unidades de terapia intensiva, nas

quais os pacientes são reunidos num mesmo espaço visando facilitar, racionalizar e tornar mais eficiente o tratamento⁽⁶⁾.

No âmbito da enfermagem, diversos autores destacam a necessidade da atuação do enfermeiro na UTI, pois esse profissional é o responsável por todos os cuidados diretos ao paciente^(3-4,7-9).

A UTI, embora seja o local ideal para atendimento aos pacientes graves agudos recuperáveis, parece ser um dos ambientes mais agressivos, tensos e traumatizantes do hospital. Esses fatores agressivos não atingem somente os pacientes, mas toda a equipe multiprofissional, principalmente a enfermagem que convive diariamente com cenas de pronto atendimento, pacientes graves, isolamento e situações de morte. Frente a isso, é grande a probabilidade de que os profissionais de enfermagem estejam submetidos aos variados fatores associados ao estresse, presentes nesse local⁽¹⁰⁾.

O ambiente da UTI é caracterizado por trabalho que envolve forte carga emocional, na qual a vida e a morte se misturam, compondo cenário desgastante e, muitas vezes, frustrante⁽¹¹⁾, podendo ocasionar várias consequências e comprometer a saúde dos profissionais de saúde.

Frente à precarização existente em relação à profissão enfermagem, em virtude do grande número de profissionais no mercado de trabalho, os enfermeiros mais jovens são obrigados a exercer jornada excessiva de trabalho. Muitas vezes existe dupla jornada, fator esse que os expõe por mais tempo nos locais de trabalho e, conseqüentemente, aos fatores que são possíveis causadores de estresse, levando ao aparecimento de sintomas sugestivos que podem desencadear estresse como irritabilidade, cansaço, desatenção etc.⁽¹²⁾.

Diante desse contexto e das condições de trabalho dos profissionais de enfermagem, surge a necessidade da busca de novas estratégias e propostas que lhes proporcione, em especial àqueles lotados em unidades de prestação de cuidados complexos, condições que

visem o alcance de maior controle emocional. E, em decorrência, melhores condições para entender o sofrimento do outro. Diante disso, torna-se mais intensa a responsabilidade do cuidar em UTIs locais, onde o cuidado com qualidade é meta a ser alcançada por toda a equipe multidisciplinar.

Constantemente pode-se observar que o trabalho do enfermeiro, inserido nas instituições de saúde, é, muitas vezes, multifacetado, dividido e submetido à diversidade de cargos, geradores de desgaste, fatores que são predisponentes ao estresse, principalmente quando está relacionado a UTIs⁽⁹⁾.

É notório enfatizar que enfermeiros são elementos essenciais para a manutenção do tratamento e cuidado das pessoas que são admitidas nas UTIs. Assim, devem ter como premissas básicas de atuação: a vigília, atenção, dedicação e o controle emocional. Sendo capaz de reconhecer os estressores que estão presentes no trabalho, bem como mecanismos e estratégias de enfrentamento individual e grupal para diminuir a ocorrência de estresse profissional, proporcionando, assim, ambiente favorável à manutenção da saúde tanto do paciente quanto do trabalhador⁽⁹⁾.

Diante do exposto, o presente trabalho objetivou identificar os fatores causadores de estresse, bem como os principais sinais e sintomas causados pelos seus efeitos, segundo a percepção dos enfermeiros, trabalhadores de UTIs de pacientes adultos.

Espera-se que, com a realização do presente estudo, seja possível incentivar reflexões sobre a importância de construção de novas estratégias de enfrentamento dos estressores pelos profissionais de enfermagem, por meio de ações que visem oferecer subsídios para a implementação de política voltada para a melhoria da qualidade de vida desses trabalhadores, a fim de que tenham condições de desenvolver sua assistência de enfermagem com qualidade e saúde, promovendo, com isso, a abertura de possibilidades de busca e construção de evidências que validem a prática e possam a ela ser incorporadas.

METODOLOGIA

Para o alcance do objetivo, optou-se pelo método da revisão da literatura científica na medida em que essa modalidade possibilita sumarizar as pesquisas já concluídas e obter conclusões a partir de um tema de interesse.

Foi realizada pesquisa eletrônica nas bases de dados da biblioteca virtual SciELO Brasil – (*Scientific Electronic Library Online*) e LILACS (Centro Latino-Americano de Informação em Saúde), utilizando-se os seguintes descritores constantes no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): estresse, unidade de terapia intensiva, assistência de enfermagem, em busca de artigos publicados no período de 2006 a 2008.

Foram adotados, como critério de inclusão, aqueles artigos que apresentavam especificidade com o tema, a problemática do estudo, que contivessem os descritores selecionados, que respeitassem o período supracitado. Foram excluídos os artigos que não tinham relação com o objetivo do estudo e aqueles trabalhos que não foram encontrados na íntegra. Cumpre destacar que, além da busca nas bases de dados, foi realizada consulta a obras e publicações existentes no acervo da Biblioteca da Universidade Federal de Uberlândia, MG, visando maior fundamentação teórica para este estudo.

De posse dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 29 artigos em português, assim distribuídos: 19 artigos na base de dados SciELO Brasil e 10 na LILACS. Vale ressaltar que, do total de 29 artigos encontrados, 4 artigos estavam presentes simultaneamente nas bases de dados pesquisadas, tendo sido subtraídos, perfazendo o total de 25 artigos, constituindo assim a amostra.

Após a seleção, todos os artigos foram lidos na íntegra e foi preenchido um formulário eletrônico, construído especificamente para a pesquisa, com dados de cada um.

A partir da análise dos artigos foram formuladas as discussões sobre os principais resultados e conclusões do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após análise criteriosa dos 25 artigos selecionados, foram extraídas algumas de suas principais características, as quais estão apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1 - Artigos publicados nas bases de dados LILACS e SciELO, no período de 2006 a 2008, e algumas de suas principais características

AUTOR	TÍTULO	PERIÓDICO	ANO
SciELO			
Guerrer FJL, Bianchi EEF	Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva	Rev Esc Enferm USP	2008
Fogaça MC, Carvalho WB, Cítero VA, Martins LAN	Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em terapia intensiva pediátrica e neonatal: Estudo de revisão bibliográfica	Rev Bras Terap Intensiva	2008
Miranda EJP, Stancato K	Riscos à saúde de equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva: proposta de abordagem integral da saúde	Rev Bras Terap Intensiva	2008
Rios IC	Humanização e ambiente de trabalho na visão de profissionais da saúde	Saúde Soc. São Paulo	2008
Sousa LM, Souza EAF	Percepções sociais de pacientes sobre profissionais de saúde e outros estressores no ambiente de unidade de terapia intensiva	Estudos Psicol	2008
Pinho LB, Santos SMA	Dialética do cuidado humanizado na UTI: contradições entre o discurso e a prática profissional do enfermeiro	Rev Esc Enferm USP	2008
Bujdoso YLV, Cohn A	Universidade como <i>coping</i> para lidar com o trabalho na assistência do mestrando enfermeiro	Rev Saúde Pública	2008
Gonçalvesi LA, Padilhai KG	Fatores associados à carga de trabalho de enfermagem em unidade de terapia intensiva	Rev Esc Enferm USP	2007
Avellar LZ, Iglesias A, Valverde A, Fernandes P	Sofrimento psíquico em trabalhadores de enfermagem de uma unidade de oncologia	Psicol Estudo Maringá	2007
Bitencourt AGV, et al.	Análise de estressores para o paciente em unidade de terapia intensiva	Rev Bras Terap Intensiva	2007
Melo BK, Bianchi ERF	Estresse do enfermeiro em unidade de emergência	Rev Latino-am Enfermagem	2006
Silva BM, Lima FRF, Farias FSAB, Campos ACS	Jornada de trabalho: fator que interfere na qualidade da assistência de enfermagem	Texto Contexto Enferm.	2006
Montanholi LL, Tavares DMS, Oliveira G	Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar	Rev Bras Enferm	2006
Elias MA, Navarro VL	A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola	Rev Latino-am Enfermagem	2006
Ferrareze MVG, Ferreira V, Carvalho AMP	Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em terapia intensiva	Acta Paul Enferm.	2006
LILACS			
Cavalheiro, AM, Moura DFJ, Lopes, AC	Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva	Rev Latino-am Enfermagem.	2008
Simão, AAG, Siqueira J, Carlos A, Ferreira CA; Mastini, DP	Estresse em uma unidade de terapia intensiva	Nursing	2008
Paschoalini B, Oliveira MM, Frigério MC, Dias ALRP, Santos FH	Efeitos cognitivos e emocionais do estresse ocupacional em profissionais de enfermagem	Acta Paul Enferm	2008

Murta SG	Avaliação de processo de um programa de manejo de estresse ocupacional	Psicologia: reflexão e crítica.	2007
Nobrega ACL, Castro RRT, Souza AC	Estresse mental e hipertensão arterial sistêmica	Rev Bras Hipertensão	2007
Macedo LET, Chor D, Andreozzi V, Faerstein E, Werneck GL, Lopes CS	Estresse no trabalho e interrupção de atividades habituais, por problemas de saúde, no estudo pró-saúde	Cad Saúde Pública	2007
Spindola T, Martins ERC	O estresse e a enfermagem - a percepção das auxiliares de enfermagem de uma instituição pública	Esc Anna Nery	2007
Santos JM, Oliveira EB, Moreira AC	Estresse, fator de risco para a saúde do enfermeiro em centro de terapia intensiva	Rev Enferm UERJ	2006
Ferreira LRC, Martino MMF	O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema	Rev Ciênc Méd Campinas	2006
Coronetti A, Nascimento ERP, Barra DCC, Martins JJ	O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador	Arq Catarinenses Med	2006

Ao se analisar os artigos encontrados, percebe-se que as publicações pertinentes ao tema têm aumentado a cada ano, no ano 2006 teve-se 32% das publicações, com diminuição em 2007, com 28%, tendo acréscimo em 2008 para 40%, o que mostra que a preocupação com estresse vem crescendo em grande escala.

Quanto ao tipo de estudo, dos 22 artigos analisados, 65% foram textos originais e 35% de revisão, distribuídos entre: estudo observacional (14%), transversal, de corte transversal, descritivo transversal (31%), revisão (13,7%), qualitativa descritiva (13,7%), exploratório descritivo (10,3%) e não informado (17,3%). Desses 6,8% foram provenientes de dissertações e 3,4% de tese.

Quanto à profissão dos autores, 44,8% são enfermeiros, 27,6% médicos e 27,6% psicólogos. Vale destacar o número considerável de trabalhos realizados por enfermeiros que abordaram a temática sobre os fatores estressores em UTI adulto, possivelmente por serem os profissionais que mais sofrem em decorrência do estresse.

Frente aos objetivos propostos, a Tabela 2 apresenta os principais fatores percebidos pelos enfermeiros como predisponentes ao estresse em UTI adulto.

Tabela 2 - Fatores estressores percebidos por enfermeiros em seu trabalho em UTI adulto, publicações nas bases de dados LILACS e SciELO, no período de 2006 a 2008

Fatores de estresse	n	%
Sobrecarga de trabalho	19	65,5
Conflitos de funções	16	55
Desvalorização	16	55
Condições de trabalho	15	52
Dupla jornada	14	48
Falta de autonomia	13	45
Insatisfação com o trabalho	11	38
Relacionamento interpessoal	10	34
Remuneração	7	24
Ruído	5	7
Acidentes biológicos	4	14
Morte	4	14

NOTA: houve mais de um fator de estresse mencionado por artigo

Em relação aos achados da Tabela 2, cumpre destacar que a sobrecarga de tarefas pode gerar falhas; os conflitos de funções levam à insatisfação nas relações de trabalho e a desvalorização profissional pode levar à desmotivação ou até mesmo ao abandono da atividade laboral, ocasionando altas taxas de absenteísmo⁽¹¹⁾.

As condições de adaptação ao ambiente de trabalho, geralmente, pioram quando não há ferramentas adequadas, falta de clareza nas regras, normas e nas tarefas que deve desempenhar cada um dos trabalhadores, assim como os ambientes insalubres, gerando, na maioria das vezes, sobrecarga de trabalho para uns e priorizando outros, acarretando falta de realização de determinadas tarefas e ocasionando prejuízo ao paciente no tocante à sua assistência⁽¹²⁾.

Estudo realizado com 263 atuantes em UTIs, de 81 hospitais das capitais brasileiras, utilizando a escala Bianchi de Stress, mostrou que, em se tratando da análise do estresse individualmente, 60% dos enfermeiros pesquisados ficou entre os níveis médios e alerta para o estresse, o que é preocupante visto que esses profissionais atuam diretamente com pacientes graves, o que requer muita atenção⁽¹³⁾.

O desgaste causado pelo estresse pode levar o indivíduo ao estado de Burnout, termo que descreve a realidade de estresse crônico em profissionais que desenvolvem atividades que

exigem alto grau de contato com as pessoas⁽¹⁴⁾.

A presença contínua de insatisfação do enfermeiro com a sua atividade profissional, associada aos agentes estressores e aos escores de sintomas, sugere o quadro de Burnout, caracterizado como aumento do grau de insatisfação, interferindo em sua saúde e qualidade de vida⁽⁴⁾.

É importante mencionar que a pessoa acometida pelo estresse pode demonstrar exaustão física, psíquica e emocional, com redução da realização pessoal no trabalho e despersonalização, observados quando há exigência de grande qualificação intelectual, com importantes decisões a serem tomadas e com peso emocional intenso⁽¹⁴⁾.

Trabalhadores que são expostos, de forma prolongada, aos fatores estressantes poderão ser vitimados por infarto, úlceras, psoríase, depressão e outros, podendo chegar à morte, em casos mais graves, quando não são empregadas estratégias de enfrentamento ou inexistem programas específicos de prevenção de doenças ocupacionais nas instituições⁽¹⁵⁾.

A identificação dos vários fatores estressantes pelos enfermeiros em UTI adulto revelou condições de trabalho insalubres, que merecem ser discutidas pelos trabalhadores e gestores das instituições de saúde, bem como pelas associações de classe dos profissionais de enfermagem.

Principais alterações com sinais e sintomas secundários ao estresse

Entre os enfermeiros, os principais sinais e sintomas de estresse encontrados nos artigos analisados foram taquicardia e suor frio (41,2%), hipertensão e arritmia (35,3%).

Sinais e sintomas de estresse, desenvolvidos pelos enfermeiros trabalhadores em UTI adulto foram analisados e constaram de: aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão arterial, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios na tentativa de adequação ao ambiente de trabalho. O desenvolvimento desses

fatores é individual, único, ou vários, simultaneamente. E que, em termos psicológicos, vários sintomas podem ocorrer, tais como: a ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação excessiva, dificuldade de concentração⁽¹⁵⁾.

O estresse possui também papel desencadeador de angina, infarto e morte súbita, uma vez que aumenta a secreção de catecolaminas, elevando assim a pressão arterial, frequência cardíaca, lipídios séricos e a agregação plaquetária, facilitando, com isso, a formação de trombo arterial⁽¹⁶⁾.

Alterações do aparelho gastrointestinal

Dentre as alterações percebidas pelos enfermeiros em relação ao aparelho digestivo, merecem destaque queixas de náuseas (16,7%) e diarreia (16,7%). Tais sintomas comprometem a capacidade de trabalho do profissional em virtude do mal-estar físico e psicológico causado por esses distúrbios.

Alterações do aparelho imunológico

As principais alterações observadas e relacionadas ao sistema imunológico foram: calafrios (27,8%), hipertermia (22,2%), seguidos por resfriados, gripes e infecções do aparelho respiratório que totalizaram 50%.

Alterações psicológicas

Ansiedade (30%), insônia (25%), dificuldade de conciliar o sono (12,5%), irritação (4%), seguidos por angústia, pesadelos e tensão, que totalizaram 22,5%, estão entre as alterações psicológicas relatadas pelos enfermeiros. Essas alterações necessitam de rápida

intervenção porque afetam a qualidade de vida do trabalhador e interferem diretamente na execução de suas atividades laborais.

O ambiente da UTI é agitado e estressante pela especificidade e atenção exigida dos enfermeiros. A tensão contínua a que o trabalhador é submetido pode levar a maior desgaste psicofísico e contribuir para a diminuição da concentração e falhas de memória, expondo-o a possíveis erros, o que gera ainda mais sofrimento⁽¹⁷⁾.

No ambiente de trabalho, os estímulos estressores são muitos, tais como: ansiedade significativa diante de desentendimentos com colegas, diante da sobrecarga e da corrida contra o tempo, insatisfação salarial e, dependendo da pessoa e do grau de comprometimento, até com o tocar do telefone⁽⁴⁾.

Alterações musculoesqueléticas

Essas alterações representam uma das principais modificações orgânicas que acometem os trabalhadores em UTI adulto em virtude do surgimento de lesões incapacitantes. As dores lombares representaram 25% das queixas, as dores articulares, 25%, seguidas de dores na nuca, 20,1%, cãibras, 16,6%, e espasmo muscular, 12,5%. Queixas de dor aguda ou crônica interferem diretamente no desempenho do profissional que presta cuidados, além de representar riscos para a sua saúde por ser fator que causa limitações e que determina o afastamento do trabalhador por semanas, ou meses, ou até concorre para o seu afastamento definitivo⁽¹⁷⁾.

Alterações de hábitos sociais

A principal alteração constatada é o uso de soníferos (37,5%), seguido do tabagismo (25%), alcoolismo e antidepressivos, totalizando 37,5%. Pode-se inferir que mudanças dos

hábitos de vida estão diretamente ligadas aos condicionantes do estresse como forma de compensá-lo, ou como fuga de situações vivenciadas no cotidiano das UTIs.

O enfermeiro se adapta ao ambiente com o tempo, provavelmente pela maturidade e experiência, gerando maior consciência de suas ações e encontrando mecanismos de enfrentamento do estresse⁽⁴⁾.

Outro fator agravante nas atividades do enfermeiro é o trabalho em turnos e a jornada dupla, ocasionando cansaço excessivo e, conseqüentemente, maior probabilidade de negligenciar determinadas condutas que podem comprometer a qualidade da assistência prestada. A jornada de trabalho, em regime de plantão, subtrai o tempo livre do enfermeiro e dificulta o convívio social, principalmente no que diz respeito à interação com seus familiares, atividades sociais, lazer, entre outras, e que seria estratégia simples e viável para minimizar o estresse.

Muitos trabalhadores, por possuírem duplo vínculo empregatício, estão mais sujeitos ao estresse por terem que sair de uma instituição para a outra, muitas vezes sem a pausa necessária⁽¹⁶⁾. Enfermeiros que praticam dupla jornada de trabalho são mais estressados em relação àqueles que têm jornada única⁽¹⁸⁾.

Frente aos vários fatores de estresse relatados no presente estudo, bem como às alterações orgânicas e psicossociais identificadas, deve-se dar maior ênfase ao relacionamento entre os elementos da equipe multiprofissional, por ser esse um fator no qual o enfermeiro é corresponsável, uma vez que esse profissional atua como mediador entre a equipe de enfermagem, os demais profissionais de saúde e o cliente/família. A busca do equilíbrio entre as relações desenvolvidas pode vir a ser um dos fatores que propicie a diminuição das situações de estresse⁽¹⁵⁾.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A arte de cuidar, apesar de ser uma das mais belas é também a mais difícil, pois lidar com o sofrimento do próximo quase sempre desencadeia, no cuidador, sentimentos de compaixão, sofrimento, resignação, impotência, estresse e depressão, entre outros.

O trabalho, em sua totalidade, é estressante, pois sempre há ao que se adaptar, seja o trabalhador ao ambiente ou o inverso. Especificamente falando sobre as UTIs, essas são muito estressantes, visto que os pacientes estão em sua maioria com estado de saúde crítico. Portanto, torna-se essencial realizar estudos buscando identificar fatores estressantes na prestação da assistência pelos trabalhadores de enfermagem de unidades de terapia intensiva, e identificar suas principais causas e sintomas. A partir daí, pode-se obter subsídios para se propor meios de enfrentamento que cause danos cada vez menores aos trabalhadores que atuam nesses locais.

Por fim, para que haja controle dos fatores estressantes em unidades de terapia intensiva de adulto, e assim reduzir o estresse nos profissionais de enfermagem, sugere-se a realização de reuniões de equipe, planejamento das atividades e a valorização dos distintos saberes com ênfase nas experiências dos profissionais, em prol da saúde dos trabalhadores e da qualidade do trabalho. Deve-se buscar a autonomia, ter participação ativa nas decisões da equipe multiprofissional e, acima de tudo, obter melhorias para evitar a sobrecarga de trabalho, tendo assim uma tríade de: bom ambiente de trabalho, trabalhador sadio e assistência de qualidade.

REFERÊNCIAS

1. Ballone GJ, Moura EC. Estresse – Fisiologia. PsiquWeb [periódico na internet] fev 2008 [acesso em: 09 jan 2009]. Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br>.
2. Tamayo A, Borges-Andrade JE, Codó W. Cultura e saúde nas organizações. Porto Alegre: Artmed; 2004.

3. Ferrareze MVG, Ferreira V, Carvalho AMP. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. Acta Paul. Enferm. São Paulo, [periódico na internet] fev 2006 [acesso em: 20 jun 2008] ;19(3). Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>.
4. Cavalheiro AM, Moura DF Junior, Lopes AC. Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. Rev Latino-am Enfermagem, Ribeirão Preto [periódico na internet] fev 2008 [acesso em: 21 jan 2009]; 16(1). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692008000100005&lng=pt&nrm=iso.
5. Horta WA. Processo de Enfermagem. São Paulo: EPU/EDUSP; 1979.
6. Knobel E, Laselva CR, Moura DF Júnior. Terapia intensiva: enfermagem. São Paulo: Atheneu; 2006.
7. Montanholi LL, Tavares DMS, Oliveira GR. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. Rev Bras Enferm. Brasília, [periódico na internet] out 2006 [acesso em: 21 jan 2009]; 59(5). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672006000500013 &lng=pt&nrm=iso.
8. Shimizu HE, Ciampone MHT. Sofrimento e prazer no trabalho vivenciado pelas enfermeiras que trabalham em Unidades de Terapia Intensiva em um hospital escola. Rev Esc Enferm USP. 1999; 33(1):95-106.
9. Bianchi ERF. Enfermeiro hospitalar e o stress. Rev Esc Enferm USP. [periódico na Internet]. dez 2000 [acesso em: 10 nov 2009]; 34(4):390-4. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342000000400011&lng=pt.
10. Vila VSC, Rossi L. O significado cultural do cuidado humanizado em unidade de terapia intensiva: "muito falado e pouco vivido". Rev Latino-am Enfermagem, Ribeirão Preto, [periódico na internet] abril 2002 [acesso em: 19 janeiro 2009]: 10(2). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692002000200003&lng=pt&nrm=iso.
11. Lopes MJM, Lautert L. A saúde das trabalhadoras da saúde; algumas questões. In: Hhaag GS, Lopes MJ, Schuck JS, organizadores. A enfermagem e a saúde dos trabalhadores. Goiânia: AB; 2001.
12. Ferreira LL. Sono de trabalhadores em turnos alternantes. Rev Bras Saúde Ocup. 1985; 13(51):25-7.
13. Guerrer FJL, Bianchi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. Rev Esc Enferm USP. [periódico na Internet]. junho 2008 [acesso em: 12 nov 2009]; 42(2):355-62. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342008000200020&lng=pt.
14. Lipp MEN, Tanganelli MS. Stress e qualidade de vida em magistrados da Justiça do Trabalho: diferenças entre homens e mulheres. Psicol: Reflex Crit. 2002; 15(3):537-48.

15. Ferreira LRC, DE Martino MMF. O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema. Rev Ciênc Méd Campinas. 2006; 15(3):241-8.
16. Carvalho JJM. Antecedentes da doença coronariana: os fatores de risco. Arq Bras Cardiol. 1992; 58(4):263-6.
17. Santos JM, Oliveira EB, Moreira AC. Estresse, fator de risco para a saúde do enfermeiro em centro de terapia intensiva. Rev Enferm UERJ. outubro-dezembro 2006; 14(4):580-5.
18. Pafaro RC, DE Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. Rev Esc Enferm USP. [periódico na internet] junho 2004 [acesso em: 21 jan 2009]; 38(2). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342004000200005&lng=pt&nrm=iso.

Recebido em: 09/2009

Aprovado em: 11/2009