

13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

ENFERMAGEM

FATORES DESENCADEANTES DE ESTRESSE NOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM DE UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

1Jéssica da Silva Ferreira (IC-UNIRIO); 1Luanna de Abreu de Oliveira (PIBIC-CNPq); 1Romulo Lima Prado Godinho (PIBIC-CNPq); 2Naira Agostini Rodrigues dos Santos (Mestrado-UNIRIO), 3Aline Ramos Velasco (Colaboradora), 1Joanir Pereira Passos (Orientadora).

1 – Departamento de Enfermagem de Saúde Pública; Escola de Enfermagem Alfredo Pinto; Centro de Ciências Biológicas e da Saúde; Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro.

2 – Programa de Pós-Graduação em Enfermagem; Centro de Ciências Biológicas e da Saúde; Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro.

3 – Unidade de Saúde da Família; Secretaria Municipal de Saúde; Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro.

Apoio Financeiro: UNIRIO

Palavras-chave: Estresse; Saúde da Família; Saúde do Trabalhador.

INTRODUÇÃO

O estresse é um assunto extremamente abordado e que ocupa lugar de destaque em vários meios de comunicação. É um tema de repercussão tanto em nível popular como na literatura científica. A primeira definição de estresse foi dada em 1956, definindo-o como “uma reação inespecífica do corpo a qualquer demanda, interna ou externa. O autor enfatiza que o estresse é uma parte normal do funcionamento do corpo, sendo uma consequência do ato de viver” (GUERRER, BIANCHI, 2008). Para Lipp (1996, p. 20) o estresse é definido como uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se confronta com uma situação que, de um modo ou de outro, a irrita, amedronta, excita ou confunde, ou mesmo que a faça imensamente feliz. Em outros trabalhos podemos encontrar definições de estresse como um estado em que ocorre um desgaste atípico do corpo humano e/ou redução da habilidade de trabalho gerada pela incapacidade do indivíduo de se adaptar, aceitar ou superar em certo período de tempo as exigências psicológicas encontradas em seu ambiente de vida. É observado em todas as faixas etárias e geralmente é pertinente aos aspectos de vida dos seres humanos (GUERRER, BIANCHI, 2008). O Programa de Saúde da Família é uma estratégia assumida pelo Ministério da Saúde e teve seu início em 1994, com o objetivo de reorganizar a prática assistencial, baseando-se na promoção, proteção e recuperação da saúde de forma integral e contínua, a atenção engloba a família como um todo possibilitando as equipes de Saúde da Família uma compreensão ampliada do processo saúde/doença e da necessidade de intervenções que não se detêm somente nas práticas curativas do modelo tradicional de assistência (MS, 1996). Este modelo de assistência conjectura que deva haver envolvimento entre as equipes de saúde da família com a população do território de sua abrangência, criando assim um vínculo entre família e equipe. Neste trabalho a equipe deve ter maturidade, desenvolvimento pessoal e profissional para enfrentar as diversas situações da realidade de seu cotidiano (CAMELO, ANGERAMI, 2004). Além disso, os profissionais deste modelo assistencial estão expostos a realidade destas comunidades muitas vezes com raros recursos para o atendimento das demandas, além de lidar com algumas falhas na rede de atenção à saúde interferindo diretamente a resolução das ações propostas (TRINDADE, LAUTERT, 2010). Este tipo de estratégia requer do profissional um gasto de energia e adaptação para lidar com o contato direto a realidade, anseios e aflições, além de saber estabelecer um relacionamento interpessoal com o próximo. As situações cotidianas somada às características individuais de cada trabalhador podem levá-lo a desenvolver estresse (CAMELO, ANGERAMI, 2004). Considera-se relevante este tema dado a sua complexidade, pois, o estresse quando presente nos trabalhadores pode gerar agravos e danos à saúde do indivíduo. Diante do exposto, este estudo tem como objeto os fatores estressores a que estão expostos os trabalhadores de enfermagem de uma unidade de saúde da família.

OBJETIVO

Identificar na visão do trabalhador de enfermagem, os fatores desencadeantes de estresse em unidades de saúde da família; Discutir as estratégias autorreferidas adotadas pelos trabalhadores de enfermagem para minimizar o estresse.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa. O presente estudo foi desenvolvido em uma Unidade de Saúde da Família (USF), localizada em uma área programática, no município do Rio de Janeiro, que abriga sete equipes da Estratégia Saúde da Família. Os participantes da investigação foram os enfermeiros e técnicos de enfermagem, tendo como critérios de inclusão estar lotado na Unidade de Saúde da Família há pelo menos seis meses e de exclusão estar de férias ou licença, por ocasião da entrevista. Para coleta dos dados utilizou-se como instrumento um roteiro de entrevista semiestruturada e individual, direcionadas para estabelecer o perfil sociodemográfico e identificar as expressões de fatores estressores e os mecanismos de enfrentamento autorreferidos pelos participantes. Os dados foram coletados no mês de dezembro de 2013, após autorização da Gerência da Unidade de Saúde da Família da SMS-RJ e das aprovações nos Comitês de Ética em Pesquisa da Instituição de Ensino Superior mediante Parecer nº 293.986/2013 e SMSDC-RJ através do Parecer nº 181A /2013. Para a análise das entrevistas adotou-se os seguintes procedimentos: 1- leitura e releitura das entrevistas com vistas a localização das falas significativas; 2- mapeamento dos conteúdos das falas; 3- classificação dos conteúdos em dois eixos temáticos: Fatores desencadeantes de estresse no trabalho e Estratégias de enfrentamento de situações estressoras.

13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

RESULTADOS

A Unidade de Saúde da Família investigada é constituída por sete equipes da Estratégia Saúde da Família, com sete enfermeiros e 10 técnicos de enfermagem, no período da coleta de dados encontrava-se de licença para tratamento de saúde uma enfermeira e uma técnica de enfermagem em licença de maternidade, perfazendo um total de 15 integrantes da equipe de enfermagem. Destes participaram da pesquisa cinco enfermeiros e quatro técnicos de enfermagem, ou seja, um total de nove (60%) integrantes da equipe com a predominância do sexo feminino de oito (89%), a idade média de 42 anos, o tempo mínimo de três anos e o máximo de 20 anos de atuação na Unidade de Saúde. No eixo temático - Fatores desencadeantes de estresse no trabalho, identifica-se nos discursos dos participantes que algumas atividades laborais/situações por eles vivenciadas ocasionam o estresse, dentre estas destacam-se: Sobrecarga de atividades/grande demanda; Condições de trabalho precárias (espaço/equipamento); Cobrança/metabolismo a serem cumpridas, Prazos curtos para realizar as atividades; Relação conflituosa (equipe/usuário); baixa remuneração; falta de reconhecimento, percebidas nas seguintes falas: “[...] muita coisa, somos poucos para essa população grande, nunca temos valor, estamos sempre sendo muito cobrados, ninguém tem uma palavra de elogio pelo mínimo que fazemos. Muitas atribuições, poucos direitos, não temos nem plano de saúde, pouco dinheiro e muito deveres” (E1); “Ter que pensar em cumprir metas em detrimento da qualidade da atenção, com prazos curtos e demandas extra de serviços ... falta de espaço e acomodações precárias para as equipes como, por exemplo, ar condicionando que não funciona com este calor intenso” (E3); “Trabalho no que gosto e me sinto realizado por isso, mas a demanda da equipe é muito grande, é muito trabalho e às vezes de fazer todo trabalho como deveria, muito atendimento por demanda espontânea e por conta do aumento da demanda o trabalho fica um pouco prejudicado” (E5); “Quando você é muito cobrado e nem sempre te dão condições para realização das atividades e também, quando as chefias te importunam por algumas intercorrências com pacientes mentirosos, ignorantes e totalmente sem educação” (E9). Estes resultados também foram achados em outros estudos. Estes profissionais em seu cotidiano são incumbidos de múltiplas atividades, e por vezes fatigantes tarefas com elevado grau de responsabilidades e exigências. As metas a serem cumpridas também foram consideradas fonte de adoecimento uma vez que significa aumento da carga de trabalho, consumindo mais forças físicas e mentais. A baixa remuneração, falta de reconhecimento diversos estudos falam da insatisfação dos trabalhadores da estratégia da saúde da família com sua remuneração, dos baixos salários e a falta de reconhecimento profissional tanto pelos usuários como pelos colegas de trabalho/gestão. (CARREIRO et al 2013). E O trabalhador exposto a um ambiente de trabalho inapropriado tende a desenvolver sinais de estresse tendo prejuízo na atuação profissional e podendo comprometer a qualidade do processo de trabalho. (FONTANA, SIQUEIRA, 2009). Prazos curtos para realizar as atividades; Relação conflituosa (equipe/usuário), pois um dos fatores em consenso na literatura que esta associado com as reações do estresse são as relações no trabalho seja as difíceis com o chefe, colegas, subordinados e até mesmo clientes (MARTINS, 2011). Em relação ao eixo temático - Estratégias de enfrentamento de situações estressoras os investigados relataram que se utilizam do apoio social; do convívio familiar/amigos e das atividades de lazer/esportes, conforme descritas nas falas: “Danço, fico no facebook para refrescar a cabeça [...] Dá para perceber um pouco da minha revolta, se não fosse meus colegas de trabalho, acho que não aguentaria” (E1); “ Quando está muito tumultuado, me levanto, saio um pouco, bebo um pouco d’água, respiro e volto [...]” (E2); “Auxílio do suporte social, reclamar e conversar com os outros colegas, fazer grupos de atendimento para minimizar as tensões” (7); Convívio social, apoio familiar e de amigos, caminhadas para aliviar a carga de trabalho” (E8). Estes mecanismos de enfrentamento também são discutidos e encontrados em outros estudos. De acordo Araújo, Espírito Santo, Servo (2009) para que “o organismo produza energia suficiente para impedir a evolução do estresse, é necessário que ele tenha estímulos para tal, ou seja, que ele vivencie situações que o auxiliem a enfrentar os estressores e o estresse em si, que são conhecidos como mecanismos de coping. Para que essas estratégias de enfrentamento sejam eficazes é necessário que sejam implementadas ações conjuntas, tanto no âmbito individual como no organizacional. Assim sendo, o organismo será capaz de lidar com as pressões do cotidiano sem que elas se transformem em estresse ocupacional”. Damião et al (2009) estabelece diferentes fatores de enfrentamento, que podem fundamentar aos encontrados neste estudo: afastamento - onde o indivíduo evita confrontar-se com a ameaça, não modificando a situação. Negar o fato para si mesmo ou não levar em consideração o que outras pessoas falavam e o suporte social está relacionado ao apoio encontrado nas pessoas e no ambiente, sendo este um fator psicossocial positivo, que pode ajudar a lidar com o efeito indesejado do estresse e a sua resposta à doença.

CONCLUSÃO

Este estudo demonstra que os profissionais de enfermagem da estratégia da saúde da família se consideram estressados e identificam fatores relacionados ao desenvolvimento do seu trabalho como situações que podem desencadear este estresse. Por mais que eles reconheçam, esses fatores são inerentes ao cotidiano do seu trabalho o que os tornam parte de suas vidas diárias, então eles precisam aprender a lidar e saber desenvolver meios de enfrentamento, visando melhorar as condições gerais de trabalho. Podemos perceber que eles utilizam como principal fonte de escape o apoio social seja ele amigos, família ou até os colegas de trabalho. Tais resultados evidenciam a necessidade de intervenção, a fim de se oferecer um maior suporte para estes trabalhadores para melhorar as condições de trabalho deste profissional cujas atividades visam à promoção e à recuperação da saúde de outrem.

REFERÊNCIAS

1. ARAÚJO, P. O.; ESPÍRITO SANTO, E.; SERVO, M. L. S. Revista da Rede de Ensino FTC, v. 3, n. 9, p. 27-37, 2009.
2. CAMELO, S. H. H.; ANGERAMI, E. L. S. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. Rev. Latino-Am. Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 12, n. 1, p. 14-21, 2004.
3. CARREIRO, G. S. P. et al. O processo de adoecimento mental do trabalhador da Estratégia Saúde da Família. Rev. Eletr. Enf., Goiânia, v. 15, n. 1, p. 146-55, 2013.
4. DAMIAO, E. B. C. et al. Ways of coping inventory: a theoretical framework. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 43, n. spe2, p. 1199-203, 2009.
5. FONTANA, R. T.; SIQUEIRA, K. I. O trabalho do enfermeiro em saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade. Cogitare Enferm., Curitiba, v. 14, n. 3, p. 491-8, 2009.



13ª JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

6. GUERRER, F. J. L.; BIANCHI, E. R. F. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 42, n. 2, p. 355-62, 2008.
7. LIPP, M. N. Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas (SP): Papirus, 1996.
8. MARTINS, L. F. Estresse ocupacional e esgotamento profissional entre profissionais da atenção primária à saúde. 2011. 142 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora.
9. MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Programa de Saúde da Família. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 1994.
10. TRINDADE, L. L.; LAUTERT, L. Síndrome de burnout entre os trabalhadores da estratégia de saúde da família. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 274-9, 2010.