

FATORES CONTRIBUENTES PARA O ESTRESSE EM ENFERMEIROS DA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

FACTORS THAT CONTRIBUTE TO STRESS IN NURSES IN THE INTENSIVE CARE UNIT

Vanessa Araújo dos Santos⁴⁸

Iara Maria Pires Perez⁴⁹

Gisleyne Maria Bento Lopes Cansado⁵⁰

RESUMO

O mundo atual mostra que o estresse é a doença que atinge a maioria da população, podendo ser caracterizado como, medo, desconforto, fobia, irritação, raiva, angústia e frustração. Um dos ambientes com maior risco de acarretar o estresse, pode se mencionar o ambiente hospitalar, devido ser um local insalubre, fechado, sem contato com o meio exterior, atingindo maior parte dos profissionais, dando ênfase nos enfermeiros, os quais vivenciam sofrimentos e tristezas do paciente. Além disso, as condições de trabalho são precárias, muitas vezes, desvalorizadas, remuneração salarial baixa, sobrecarga, pressão psicológica por não conseguir êxito nas suas funções, acarretando sérios problemas físicos e psíquicos.

Palavras-chave: Enfermagem. Estresse. Unidade de Terapia Intensiva.

ABSTRACT

The current world shows that stress is the disease that affects the majority of the population, and can be characterized as fear, discomfort, phobia, irritation, anger, anguish and frustration. One of the places with the greatest risk of causing stress is the hospital, due to being an unhealthy place, without contact with the outside, reaching most professionals, emphasizing nurses, where they experience the suffering and sadness of others. Since, working conditions are precarious, many times, being devalued, low wage remuneration, overload, psychological pressure of not having success in the functions, causing serious physical and psychological problems.

Keywords: Stress. Nursing. Intensive. Care Units.

INTRODUÇÃO

As primeiras Unidades de Terapia Intensiva (UTI) surgiram primeiramente nos anos 60 no estado do Rio de Janeiro. Na década de 70 durante o período chamado de “milagre econômico”, período em que vislumbrava a evolução tecnológica em aparelhos e diagnósticos, expandiu-se para o todo o território nacional. O objetivo da Unidade de

⁴⁸ Graduanda do curso de Enfermagem da IESRIVER, Unibrás. E-mail: wanessaaraujo07@hotmail.com

⁴⁹ Orientadora professora da IESRIVER, Unibrás, Enfermeira, especialista em Educação.

⁵⁰ Coorientadora, professora da IESRIVER, Enfermeira, especialista em Saúde da Família, Análise em Situação de Saúde, Epidemiologia e Saúde Pública.

Terapia Intensiva é estabelecer um ambiente favorável a propiciar mais atenção e visualização de todos os pacientes, podendo garantir cuidados intensivos. (GOMES, 2008).

Pode-se fazer uma analogia ao surgimento da UTI ao fato está intrinsicamente vinculado à Florence Nightingale, enfermeira que colaborou na guerra da Crimeia, ela unia todos os soldados machucados em batalhas em um mesmo ambiente, a enfermeira prestava assistência a todos de forma objetiva e eficaz. Diante disso o ambiente pode ser considerado local que provoca várias emoções, e requer dos enfermeiros mais atenção e diligência. Os pacientes que ali se encontram, precisam de cuidados intensivos e diários, pois a maioria está em situação de vulnerabilidade. Estão acamados e dependentes, fazendo com que os enfermeiros fiquem atentos, podendo acontecer de uma melhora ou piora, necessitando de um atendimento imediato. (MENEHINI; PAZ; LAUTERT, 2011; SANTOS et al., 2010; GARCÍA REYES, 2013).

A UTI faz-se fundamental para assegurar à vida. Por certo o perigo é frequente, os profissionais que enfrentam essa rotina precisam lidar com situações de morte, vida, debilidade, insegurança e responsabilidade. Desta forma os enfermeiros devem estar aptos a todas circunstâncias que surgirem, uma vez que, se houver erros podem acarretar grandes danos aos pacientes. Esses profissionais têm o cotidiano turbulento, pois lidam com dor, padecimento, lamúria, ruídos permanentes, aparelhos com tecnologia avançada, grande circulação de indivíduos, respiradores, monitores, fazem cuidados invasivos, além disso pode ter contato com agentes contagiosos. (RODRIGUES, 2012).

Os enfermeiros da UTI estão expostos: às doenças contagiosas, às dificuldades que surgem ao decorrer dos cuidados, falta de recursos (matérias necessários), exclusão em relação as outras clínicas, há escassez de profissionais especializados, passam o dia em um local refrigerado, fechado, sem iluminação natural, com ruídos, máquinas que apitam constantemente. Os profissionais da Unidade de Terapia Intensiva têm que realizar funções gerenciais e assistenciais, despertando no organismo múltiplas emoções, pois estão lidam com vidas em risco, sabendo que qualquer atividade inadequada pode levar o paciente a óbito. Esta exposição ocasiona adversidades físicas e psíquicas, que podem influenciar nos cuidados prestados, não conseguindo ter o mesmo desempenho, conseqüentemente proporcionando conseqüências, tanto para o profissional quanto para a instituição onde é prestado o serviço. Com isso a instituição toma decisões drásticas como a mudança de setor ou até mesmo a exoneração. (SOUZA et al., 2010).

De acordo com o exposto, é de extrema importância ter um olhar crítico em relação ao cotidiano do enfermeiro da unidade de terapia intensiva. Visto que estes estão mais sujeitos a desencadarem estresse. Identificar os fatores que acarretam o estresse em enfermeiros da unidade de terapia intensiva, é de grande relevância na promoção da saúde desses profissionais, levando -se em conta o crescente índice desse transtorno. O que permite propor intervenções e medidas preventivas que visem saúde integral e igualitária para todos os profissionais. Dessa forma esse estudo tem como objetivo descrever os fatores desencadeantes do estresse em enfermeiros da unidade de terapia intensiva.

2 METODOLOGIA

Este estudo trata- se de um estudo tipo bibliográfico, descritivo.

Após a definição do tema foi feita uma busca em bases de dados nacionais virtuais em saúde, especificamente na Biblioteca Virtual de Saúde nacionais: BVS e SCIELO. Foi selecionado o período de 2010 a 2020, na seleção dos descritores, foi utilizada a terminologia em saúde como o estresse em enfermeiros na UTI.

Os critérios de inclusão foram: serem publicados nos últimos dez anos e responderem aos objetivos do estudo. Foram excluídas as pesquisas publicadas nos anos anteriores a 2010 e as que não correspondiam com os objetivos do trabalho.

A partir do levantamento do material, foi realizada uma leitura exploratória, visando verificar em que medida a obra consultada interessava à pesquisa. Após a leitura exploratória procedeu-se à determinação do material que de fato interessou à pesquisa, caracterizando, assim, a leitura seletiva.

Posteriormente, foi realizada uma leitura analítica para ordenar as informações contidas nas fontes, de forma que estas possibilitaram a obtenção de respostas ao problema da pesquisa. Em seguida, desenvolveu-se a leitura interpretativa do material selecionado com o objetivo de relacionar o que cada autor afirma sobre o problema para o qual se propõe uma solução.

Estabeleceu-se um sistema de fichamento, o qual permitiu a identificação das obras consultadas, anotações das ideias que surgiram durante a leitura, registro dos conteúdos relevantes das obras consultadas, bem como dos comentários acerca das obras e posterior organização das informações para a sequência lógica do trabalho.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 Estresse

Hodiernamente, o estresse é considerado o mal do século, uma vez que a população se encontra em um nível global desenvolvido e capitalizado. Fato esse em que os profissionais são mais cobrados, devido ao campo de trabalho está mais exigente e seletivo. Devendo ser progressivamente mais lucrativo, pois os trabalhadores passam maior parte de seu tempo em seus locais de trabalho, considerando que a competitividade está em ascensão. As inovações vieram para trazer melhorias na área da saúde, porém a evolução tecnológica trouxe um aumento exponencial da taxa de estresse. A enfermagem é avaliada como a profissão mais estressante, nos últimos 50 anos, visto que há uma elevada complexidade nesse meio. (ANDRADE; COSTA, 2014; SOUZA et al., 2010; ZAVALIS et al., 2019).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), 90% das pessoas em todo o mundo são acometidos pelo estresse, considerado como uma epidemia global. Dessa maneira, o estresse na sociedade contemporânea é elucidado pelas grandes mudanças nas condutas pessoais e nas condições de vida, formando, assim, novos modelos na organização do trabalho, na saúde e na doença. (BATISTA; BIANCHI, 2006; DINIZ et al., 2013; SELEGHIM et al., 2012).

O estresse ocorre quando o corpo possui estímulos intimidadores a sua homeostase, provocando um desgaste anormal do organismo, podendo ser de agentes físicos, químicos e biológicos. Desta forma o organismo forma uma resposta contra esses agentes ameaçadores, que podem ser caracterizados como, externos devido às circunstâncias vividas no dia a dia, ou internos que podem ser ocasionados devido as morais, ideias e o método de enfrentar os eventos decorridos. Há longo prazo o organismo não consegue combater os motivadores do desequilíbrio, acarretando prejuízos na memória, envelhecimento precoce, ansiedade, falta de libido, depressão e instabilidade hormonal. (SELEGHIM et al., 2012; ANDRADE; COSTA, 2014).

O trabalho é benéfico quando o indivíduo gosta da atividade a qual exerce, possui remuneração salarial justa, favorecendo a altivez e possuindo relacionamento interpessoal prazeroso. Entretanto, o serviço pode ser maléfico, quando a pessoa não se sente bem com suas atribuições profissionais, não está satisfeita com a remuneração,

possui conflitos com os colegas de serviço, gerando um desgaste emocional. (RODRIGUES; FERREIRA, 2011).

Análogo a isso, os profissionais da linha de frente precisam exercer atividades com compromisso e seriedade aos pacientes, mas se deparam com ambivalência de função, tarefas divididas de forma irregular, incertezas com as perspectivas do trabalho, insatisfação salarial, retardo na remuneração, falta de oportunidade diante das tomadas de decisão, acarretando, assim o sentimento de inferioridade. Desta forma os enfermeiros da UTI estão sujeitos às agressões, falta de proteção, submissão, acúmulo de atividades profissionais com as tarefas domésticas, jornada de trabalho noturno, inexistência na organização dos matérias, e dos afazeres. Os profissionais da enfermagem vivem em constante pressão por parte de si mesmo, dos familiares dos pacientes e do local onde prestam serviços. (RODRIGUES; FERREIRA, 2011).

3.2 Consequências do estresse

O estresse acarreta várias mudanças no organismo, como desequilíbrio físico e psicológico. Alguns sinais são: cansaço mental, dificuldade de concentração, perda de memória, transtornos de humor, insônia, alienação, dificuldades nos relacionamentos interpessoais, baixa imunidade podendo trazer complicações para todo o organismo; visto que cada pessoa terá uma manifestação diferente, pois cada indivíduo tem uma resistência e uma herança genética distinta. Com efeito podem surgir úlceras gástricas, crises de pânico, hipertensão, infecções no aparelho respiratório, diabetes, câncer, gastrites, transtornos hormonais, problemas dermatológicos e alimentares ou até provocar acidente vascular encefálico, conseqüentemente levar a falência de órgãos acarretando a morte. (CAMELO; ANGERAMI, 2004).

De acordo com os estudos, pôde ser identificado os principais sinais e sintomas que os enfermeiros podem ser acometidos desenvolvendo no:

Sistema cardíaco: taquicardia, hipertensão e arritmia, sudorese, tensão muscular, aperto na mandíbula, ranger de dentes, náuseas, hiperatividade, angina, infarto, agregação plaquetária;

Sistema digestivo: diarreia, mal-estar, náuseas;

Sistema imunológico: calafrios, hipertermia, resfriados, gripes e infecções do aparelho respiratório;

Sistema Nervoso: ansiedade, insônia, dificuldade de conciliar o sono, irritação, angústia, pesadelos e tensão;

Sistema musculoesquelético: dores lombares, dores articulares, dores na nuca, câibras, espasmo muscular;

Alteração de hábitos: uso de soníferos, antidepressivos, consumo de álcool e tabaco. (SANTOS et al., 2010).

3.3 Como identificaram o estresse?

De acordo Hans Selye, médico endocrinologista, citado por Moura, o primeiro a usar o termo estresse, pois ele verificou que várias pessoas sofriam doenças com os mesmos sintomas como: fadiga, hipertensão, inapetência, desânimo. No ano de 1936, ele fez pesquisas e estudos laboratoriais com animais; conceituando o estresse como uma síndrome de adaptação Geral (SGA) e criou o inventário de sintomas de stress (ISS). O inventário consiste em um questionário com o objetivo de identificar os sintomas, que pode ser diagnosticado como um possível estresse. (MOURA et al., 2019; ANDRADE; COSTA, 2014).

De acordo com Hans Selye, o estresse é uma coleção de processos fisiológicos em resposta ao estressor e, assim, definiu estresse como sendo reações inespecíficas do corpo frente a qualquer demanda que poderá resultar em mudanças físicas no organismo sem seletividade. É a reação fisiológica e comportamental ao desequilíbrio que possui efeitos físicos, emocionais, cognitivos, hormonal. (ANDRADE; COSTA, 2014).

Complementando, Seleglim et al. (2012), ressalta a Marilda que foi uma grande pensadora e pesquisadora e aprimorou o inventário, o qual foi fundamentado no modelo trifásico de Selye e elaborou a quarta fase, denominada de quase-exaustão, por estar entre a fase de resistência e a de exaustão. O inventário foi nomeado como Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL). Nesta fase o corpo apresenta-se vulnerável, não conseguindo se recompor.

O modelo quadrifásico aprimorado tem sido muito utilizado nos dias atuais, após a reelaboração do modelo as fases ficaram assim distribuídas:

1º- Fase de alerta: O indivíduo tem uma excitação de agressão ou de fuga ao estressor, como maneira de se confrontar, sente inúmeros sintomas sendo esses, sudorese, taquipneia, taquicardia e epigastralgia.

Fase de Resistência: com a constância da fase de alerta, o corpo em um determinado órgão-alvo, acarretando a Síndrome de Adaptação Local (SAL). A esse respeito, verifica-se a aparição de sinais, como ansiedade, medo, isolamento social, roer unhas, inapetência e impotência sexual.

3º- fase de quase exaustão: caracteriza-se por um enfraquecimento da pessoa que não está conseguindo adaptar-se ou resistir ao estressor. As doenças começam a surgir, porém ainda não são tão graves como na fase de exaustão.

4ª- Fase de Exaustão: O indivíduo se depara com exaustão devido ao aumento das atividades e devido ao elevado gasto de energia. Com isso, acontece a interrupção da função da SAL, fazendo responder como doenças orgânicas. Provocando a dilatação do córtex da suprarrenal, atrofia dos órgãos linfáticos e úlceras gastrointestinais, além de perda de peso. (CAMELO; ANGERAMI, 2004, s./p.apud).

3.4 Fatores que contribuem para o estresse

Os estudos relatam que a enfermagem é majoritariamente assistida por mulheres, uma vez que isso vem desde o surgimento da profissão, corroborando assim, uma dupla jornada, tendo suas atividades pessoais, domésticas e profissionais associadas. A faixa etária encontrada é de 20 a 30 anos, uma vez que são jovens e poderiam exercer suas funções com destreza, no entanto a maior parte dos enfermeiros encontram-se na fase de exaustão, sendo mais suscetíveis ao adoecimento. (TRETTENE et al., 2018).

Rodrigues (2012), destaca que o estresse é acometido por uma cadeia de fatores, inicialmente a sobrecarga trabalho, devido à baixa remuneração, a ausência de condições do ambiente de trabalho, a superlotação, a escassez de materiais para o atendimento ao paciente, o número de profissionais limitado ao que é de fato preciso. o que ocasiona em conflitos de funções em detrimento à falta de organização e comunicação (ausência de clareza nas atividades e nas regras estabelecidas), visto que o tempo é mínimo para a realização das atividades, são exigidas tarefas burocráticas, o que é potencializado pela inexistência de autonomia, gerando dificuldades para tomada de decisões.

A desvalorização tanto por parte da instituição empregadora, quanto dos familiares e pacientes, proporciona uma insatisfação com o trabalho, o qual é motivado a deixar a atividade laboral, estando ligado a agentes estressores e aos seus sintomas, visto que pode enquadrar na Síndrome de Burnout. (RODRIGUES, 2012).

Um espaço fechado, mal arejado, insalubre, com ruídos dos aparelhos que ficam ligados 24 horas fazendo o monitoramento dos pacientes, fazem parte do cotidiano dos profissionais, o que resulta em desconforto mental. Estes, relatam dificuldades para

dormir, problemas auditivos devido ao volume e tempo prolongado de escuta dos ruídos, bem como baixa temperatura do ambiente. (RODRIGUES, 2012).

De acordo com o mesmo autor, a tecnologia também é um expoente para o estresse, pois há várias mudanças as quais os profissionais não conseguem acompanhar em tempo hábil as atualizações, devido à falta de tempo. Uma vez que pode ocorrer imprevistos com esses aparelhos, danifiquem, desconfigurem, visto que isso atrapalha a assistência do enfermeiro. Análogo a isso, a competição no âmbito de trabalho acarreta o desemprego, a rotatividade de profissionais, potencializando o serviço informal devido a terceirização de trabalho gerando insegurança. (RODRIGUES, 2012).

A unidade de terapia intensiva é considerada local que desperta várias emoções e requer desses profissionais mais atenção e diligência. Os pacientes que ali se encontram, precisam de cuidados intensivos e diários, pois a maioria deles estão acamados, vulneráveis e dependentes. Uma vez que o paciente pode ter um mal súbito a qualquer momento. O convívio com os pacientes a longo prazo desperta sentimento de compaixão, considerando que mesmo fora do campo de trabalho ficam pensando na situação dos pacientes, e quando ocorre a morte, os profissionais se abalam, ocasionando um desgaste emocional e fisiológico, devido culparem-se pela perda, surgindo sentimento de inutilidade. (RODRIGUES, 2012).

Na avaliação das pesquisas os domínios diagnosticados mais estressantes foram respectivamente: administrar pessoal, condição de trabalho, coordenação de atividades, assistência de enfermagem, funcionamento da unidade, relacionamento interpessoal, interferência política no campo de trabalho, a ausência de autonomia, a falta de espaço para discutir as experiências positivas e negativas. (TRETTENE et al., 2018) (RODRIGUES, 2012).

Na avaliação, segundo Guerrer e Bianchi (2008), no que se refere ao gênero masculino, os domínios como relacionamento, assistência de enfermagem, condições de trabalho foram classificados sendo os mais estressantes.

O período noturno tem mais influência no estresse devido à ausência da qualidade do sono, pois os indivíduos não disponibilizam durante o dia do mesmo período dedicado ao sono. A alimentação desses profissionais também pode ser considerada um fator gerador do estresse, pois a organização do tempo torna-se ineficiente,

consequentemente o profissional pode estar submetido a inúmeras comorbidades. (TRETENE et al., 2018).

CONCLUSÃO

Diante desse estudo, identificou-se que a maioria dos enfermeiros que atuam na UTI sofrem com estresse, devido ao fato de ser um ambiente complexo. É de extrema importância que esses profissionais saibam identificar os sinais que desenvolvem o estresse, para isso é imprescindível observar a rotina de trabalho e quais são os fatores geradores do mal.

Nesse sentido, é evidente que existem muitas pesquisas relacionadas ao estresse, porém, relacionado aos fatores que o acarretam não são encontrados com tanta frequência. Isso mostra que são necessárias mais pesquisas sobre esse eixo temático, pois são através dos fatores que se pode diagnosticar e identificar o estresse, reduzindo esse transtorno que acomete a maioria dos profissionais.

Constatou-se que o índice de estresse é alto nos profissionais de saúde. Em todos os trabalhos foi predominante o sexo feminino, com faixa etária de 20 a 30 anos, pois elas possuem uma sobrecarga de trabalho maior. O domínio que mais provoca o estresse é o gerenciamento, o qual foi percorrido em todos os estudos. Para identificar o estresse foi utilizado o questionário ISL. Foi descrito todos os sinais e sintomas que são adquiridos juntamente com o estresse.

Portanto, é necessário que as instituições de saúde tenham um olhar mais criterioso aos profissionais enfermeiros, afim de identificar e sanar os fatores que provocam essa patologia. Melhorando dessa forma os salários dos profissionais e aumentando o número de profissionais, para a redução da sobrecarga e da dupla jornada, além de realizar atividades que proporcionem prazer e um bom convívio interpessoal, como comemorações em datas especiais, dinâmicas, dando abertura para diálogo e opiniões.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, R. V. DA S.; COSTA, O. R. S. Estresse Ocupacional em Profissionais de Saúde: um Estudo com a Equipe de Enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva - UTI de um Hospital Escola em Minas Gerais. **Revista Ciências em Saúde**, v. 4, n. 3, p. 58-63, 2014.

BATISTA, K. DE M.; BIANCHI, E. R. F. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência.

Revista Latino-Americana de Enfermagem, v.14, n. 4, p.534-539, 2006.

CAMELO, S. H.; ANGERAMINI, E.L. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. **Revista latino-americana de enfermagem**, v.12, n.1, p. 14-21, 2004.

GARCIA REYLES, L. E. No Title No No Title . **Journal of chemical Information and Modeling**, v. 53, n. 9, p. 1686-1699, 2013.

GOMES, A. M Enfermagem na Unidade de Terapia Intensiva. p. 223, 2008.

GUERRER, F. J. L.; BIANCHI, E. R. F. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n. 2, p. 355-362, 2008.

MARCONI, M.; LAKATOS, E. **Fundamentos de metodologia científica**. [s.l: s.n.].

MENEGHINI, F.; PAZ, A. A.; LAUTERT, L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto e Contexto Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. 225-233, 2011.

MOURA, R. et al. Nursing Stress Levels in Intensive Care Units Níveis De Estresse Da Enfermagem Nas Unidades De Terapia Intensiva. **Journal of Nursing UFPE / Revista de Enfermagem UFPE**, v. 3, n. 13, p. 3, 2019.

RODRIGUES, V. M. C. P.; FERREIRA, A. S. DE S. Fatores geradores de estresse em enfermeiros de Unidades de Terapia Intensiva. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 19, n. 4, p. 1025-1032, 2011.

SANTOS, F. D. DOS et al. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. **SMAD, Rev. eletrônica saúde mental alcool drug**, v. 6, n. 1, p. 1-16, 2010.

SELEGHIM, M. R. et al. Sintomas de estresse em trabalhadoras de enfermagem de uma unidade de pronto socorro. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 33, n. 3, p. 165-173, 2012.

SOUZA, V. et al. O estresse de enfermeiros atuantes no cuidado do adulto na unidade de terapia intensiva. **Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental online**, v. 2, n. 3, p. 25-28, 2010.

TRETTENE, A. DOS S. et al. Estresse, realidade vivenciada por enfermeiros atuantes em um Centro de Terapia Intensiva. **Revista enfermagem UERJ**, p. e17523-e17523, 2018.

ZAVALIS, A. et al. O nível de estresse dos enfermeiros na unidade de terapia intensiva. **Revista de Pesquisa: Cuidado e Fundamental**, v. 11, n. 1, p. 205-210, 2019.

Enviado em: 03/06/2021

Aceito em: 17/09/2021.