

## **Avaliação do estresse entre enfermeiros que atuam na estratégia Saúde da família de Montes Claros, MG**

### ***Evaluation of stress among nurses working in strategy family health Montes Claros, MG***

Claudialine Almeida Rabelo Rosario<sup>1</sup>

Amanda Martins Lopes<sup>2</sup>

Fabíola Fagundes Afonso Pereira<sup>3</sup>

Fernanda Marques da Costa<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Enfermeira graduada pela Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES.

<sup>2</sup> Pós - Graduação *Lato Sensu* pela UNIMONTES.

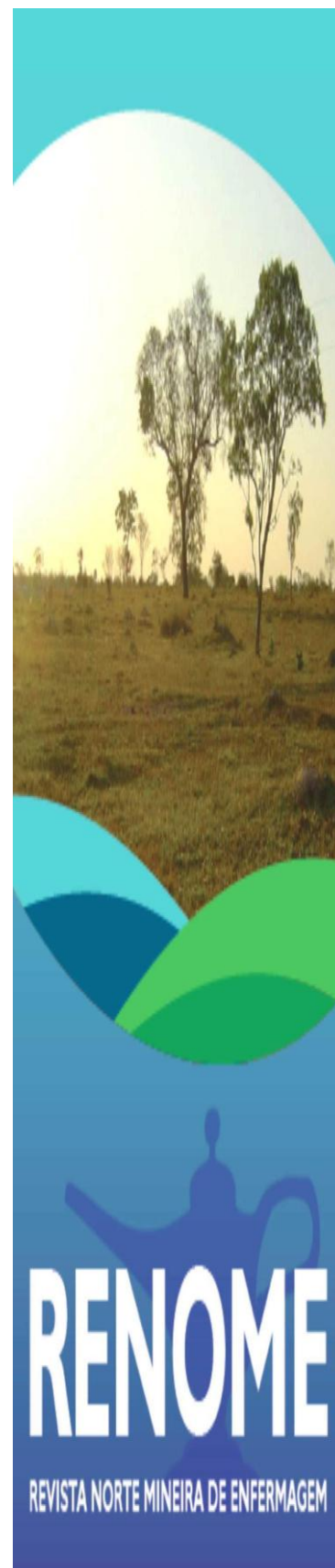
<sup>3</sup> Enfermeira graduada pela UNIMONTES.

<sup>4</sup> Doutoranda em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES.

#### **Autor para correspondência:**

Claudialine Almeida Rabelo Rosario  
Universidade Estadual de Montes Claros  
Departamento de Enfermagem  
Avenida Rui Braga, s/n, Vila Mauricéia  
Montes Claros, MG, Brasil  
CEP: 39401-089  
E-mail: claudialinevzp@gmail.com.

**Resumo:** O enfermeiro está em risco para desenvolver alterações em sua saúde devido à alta exposição aos estressores relacionados à sua profissão. **Objetivos:** verificar a existência de estresse entre os enfermeiros que atuam na estratégia saúde da família (ESF), identificar a fase na qual se encontram os profissionais acometidos pelo estresse, e identificar os principais agentes organizacionais estressores. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem



quantitativa, composta por 43 enfermeiros, realizada em 2011 nas ESF de Montes Claros, MG. Utilizou-se um questionário informativo, com dados para caracterizar o perfil da população e outro Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) que permite avaliar se o indivíduo apresenta estresse. **Resultados:** Dos profissionais avaliados, 48,8% encontravam-se estressados. A sobrecarga de trabalho foi considerada o estressor organizacional mais relevante, mencionada por 30,2% enfermeiros. **Conclusão:** É importante que esses profissionais saibam identificar a manifestação do estresse, bem como detectar quais estressores estão persistentes no seu ambiente de trabalho a fim de encontrar estratégias de enfrentamento eficientes.

**Descritores:** Estresse; Enfermagem; Atenção Primária de Saúde.

**Abstract:** The nurse shows likely to develop changes in their health due to high exposure to stressors related to their profession. **Objective:** detect the presence of stress among nurses working in teams of the Family Health Strategy (FHS) and the phase in which they are committed professionals. **Method:** this is a descriptive study with quantitative approach, consisting of 43 nurses, held in 2011 in the FHS in Montes Claros, Minas Gerais. We used a questionnaire informative data to characterize the profile of the population and other Stress Symptoms Inventory for Adults Lipp (ISSL) for assessing whether the person has stress. **Results:** the study population, 48.8% were stressed. The workload was considered the most relevant organizational stressor, mentioned by 30.2% nurses. **Conclusion:** it is important that these professionals can identify the manifestation of stress, as well as detect which stressors are persistent in their work environment in order to find effective coping strategies.

**Descriptors:** Stress; Nursing; Primary Health Care.

## Introdução

O estresse ocupacional, que encontra o trabalhador contemporâneo, tem gerado grande preocupação no cenário mundial devido ao impacto que o ambiente de trabalho e sua especificidade podem causar ao profissional. No entanto, o trabalhador considera esse

ambiente como ameaçador, devido às demandas excessivas, bem como a falta de recursos eficazes para enfrentá-las<sup>(1-2)</sup>.

Quando o indivíduo está diante de um determinado estressor o seu organismo tenta restabelecer a homeostase perdida a fim de se adaptar a nova situação<sup>(3)</sup>. Porém, quando os níveis de estresse estão em excesso esse processo de adaptação pode-se transformar em um risco para o indivíduo<sup>(4)</sup>.

O processo do estresse é constituído de três fases, são elas: alerta, resistência e exaustão. A fase alerta ocorre quando a pessoa se depara com o agente estressor. A segunda fase, resistência, caracteriza-se por uma tentativa de recuperação do organismo após o desequilíbrio sofrido na fase anterior. Caso o equilíbrio não seja readquirido por meio dessa mobilização, o processo pode evoluir para a terceira fase, exaustão, que surge com o reaparecimento dos sintomas com maior intensidade, desencadeando um grande comprometimento físico que se manifesta em forma de doenças<sup>(5)</sup>.

A Organização Internacional do Trabalho reconhece que quase todas as profissões estão susceptíveis ao estresse, porém a enfermagem é apontada como uma das mais estressantes, devido à própria natureza e características do trabalho do enfermeiro<sup>(5)</sup>.

O Sistema Único de Saúde (SUS) trouxe para a prática do profissional várias mudanças referentes à gestão em saúde, tais como atendimentos nas residências, vinculados à ESF, ênfase na promoção da saúde e prevenção de doenças, bem como a redefinição de conceitos básicos de saúde, doença e cuidado. Tais mudanças forçaram o profissional a refletir sobre sua postura frente ao novo paradigma. Em consequência disso, exigiu-se uma maior adaptação do profissional frente às novas demandas, fato que muitas vezes leva ao adoecimento físico e mental dos profissionais<sup>(4)</sup>.

Em relação às suas atribuições essenciais, o enfermeiro da ESF é responsável por executar ações de assistência básica de vigilância epidemiológica e sanitária nas áreas de atenção à criança, à mulher, ao adolescente, ao adulto e ao idoso; desenvolver ações de capacitação para sua equipe entre outras<sup>(6)</sup>.

Considerando a grande responsabilidade que envolve este profissional com toda sua equipe e comunidade, ele necessita de muito equilíbrio interno, para não desencadear uma série de alterações em seu organismo, predispondo-o ao aparecimento de doenças<sup>(6)</sup>.

Desta forma, conhecer os fatores desencadeantes do estresse e os sinais e sintomas advindos do estresse ocupacional do enfermeiro da ESF contribuem para a busca de

estratégias de enfrentamento, a fim de primar por uma melhor qualidade de vida e consequentemente pela melhor qualidade da assistência prestada à comunidade.

Nessa acepção, este estudo teve como objetivos: verificar a existência de estresse entre os enfermeiros que atuam na ESF, identificar a fase na qual se encontram os profissionais acometidos pelo estresse, e identificar os principais agentes organizacionais estressores.

## **Materiais e Métodos**

Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem quantitativa, que identificou a ocorrência do estresse entre os enfermeiros que atuam nas equipes da ESF, em Montes Claros/ MG. Município com cerca de 355.401 habitantes<sup>(7)</sup> e 76 equipes de Estratégia de Saúde da Família e Estratégia de Agente Comunitários de Saúde (EACS), localizadas nas zonas urbana e rural, sendo 55 equipes de ESF no perímetro urbano.

A população do estudo foi constituída por 43 enfermeiros que estavam vinculados a cada uma das equipes da estratégia saúde da família, do perímetro urbano de Montes Claros, MG. Foram excluídos do estudo os enfermeiros que trabalhavam no perímetro rural da cidade, devido a dificuldade quanto ao acesso, os profissionais que não aceitaram participar do estudo e aquelas enfermeiras que estavam em licença maternidade ou licença para tratamento de saúde.

Para coleta de dados utilizou-se um questionário contendo as seguintes variáveis: sexo, idade, tempo de formação universitária, tempo de atuação na ESF, vínculos empregatícios, carga horária, atividades executada mais estressantes e os estressores organizacionais para caracterização profissional e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL), para identificar de forma objetiva, a sintomatologia que o indivíduo apresenta, bem como a fase do estresse em que se encontra<sup>(8)</sup>

A coleta de dados foi realizada entre os meses de setembro e dezembro de 2011, após aprovação do Projeto de Pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES) sob nº 2894/11 e autorização da coordenação da Estratégia de Saúde da Família do município de Montes Claros, MG. Os sujeitos da amostra estudada assinaram consentimento por escrito e participaram da pesquisa por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## Resultados

Dos 43 profissionais entrevistados 79% eram do sexo feminino, 62,8% estavam na faixa etária entre 20 e 30 anos, 51,2% possuíam entre 2 e 5 anos de formação e 74,4% possuíam uma carga horária de trabalho de 40 horas/semana, conforme a Tabela 1.

**Tabela 1** - Distribuição dos enfermeiros da ESF de Montes Claros (MG), segundo o sexo, faixa etária, tempo de formação e carga horária de trabalho.

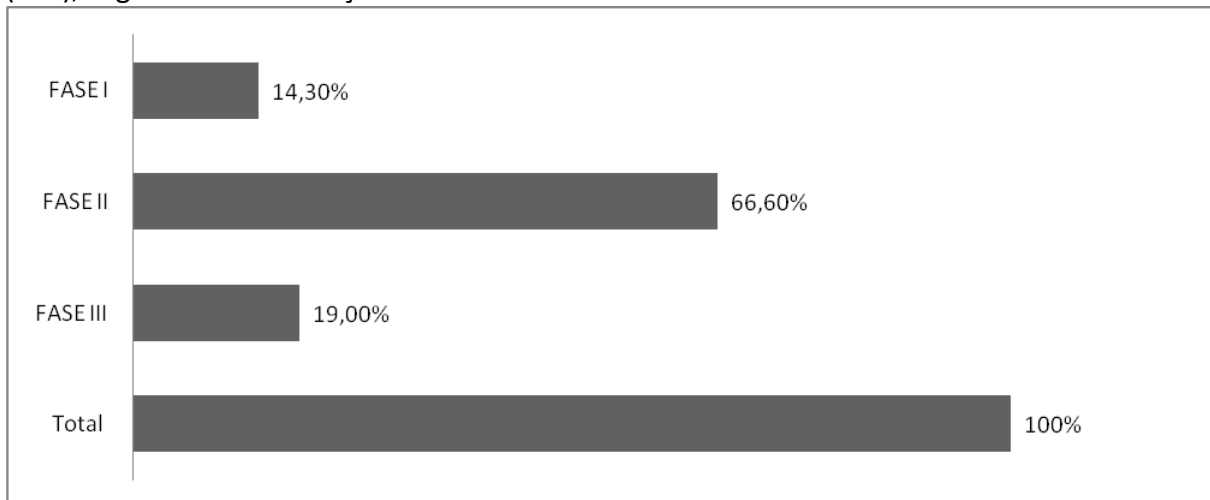
Variáveis	n°	%
<b>Sexo</b>		
Feminino	34	79
Masculino	9	21
Total	43	100
<b>Faixa Etária (anos)</b>		
20-30	27	62,8
30-40	16	37,2
Total	43	100
<b>Tempo de Formação</b>		
< 2 anos	15	34,8
2-5 anos	22	51,2
5-10 anos	3	6,9
>10 anos	3	6,9
Total	43	100
<b>Carga horária de trabalho</b>		
40 horas/ semanais	32	74,4
60- 64 horas/ semanais	11	23,2
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

O instrumento utilizado para avaliação de sintomas de estresse identificou que 21(48,8%) enfermeiros apresentavam estresse, ou seja, números elevados de sintomas físicos e psicológicos que os classificam como estressados. Os demais participantes não apresentaram estresse ou conseguiam repor suas energias e adaptar as situações.

Quanto à classificação da fase em que se encontram esses enfermeiros comprometidos pelo estresse, observa-se uma predominância da fase II (Gráfico 1),

caracterizada pela persistência do agente estressor; casos não controlados poderão seguir para a fase seguinte, exaustão<sup>(9)</sup>.

**Gráfico 1** - Distribuição dos enfermeiros que atuam na ESF do município de Montes Claros (MG), segundo a classificação da fase do estresse.



Para análise das atividades assinaladas pelos enfermeiros como mais estressantes, as cinco opções de respostas foram transformadas em porcentagem, perfazendo um total de 100%, conforme a Tabela 2.

**Tabela 2** - Distribuição das atividades executadas pelos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família de Montes Claros, (MG), classificadas como mais estressantes.

Atividades	Frequência	%
Planejamento das atividades do mês	1	2,3
Coordenação da equipe	18	41,8
Preenchimento de fichas e formulários do serviço	16	37,2
Atividades assistenciais	3	6,9
Outros	6	19,9
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0</b>

Observa-se que a atividade de coordenação da equipe foi um fator desencadeante do es-tresse de maior frequência (41,8%) seguido de preenchimento de fichas e formulários do serviço (37,2%).

Considerando os principais estressores no ambiente de trabalho, descrito pelos participantes, estes foram subdivididos e agrupados de acordo com sua semelhança em onze grupos, de acordo com a Tabela 3.

**Tabela 3** – Agentes estressores organizacionais, mais citados pelos enfermeiros que trabalhavam na ESF de Montes Claros, MG.

Agentes estressores organizacionais	Nº de citações	% de enfermeiros
Sobrecarga de trabalho	13	30,2
Estrutura física inadequada	8	18,6
Cobrança excessiva dos usuários/ superiores	7	16,3
Falta de materiais	5	11,6
Falha no sistema logístico	4	9,3
Dificuldade no gerenciamento	4	9,3
Relacionamento e comunicação	2	4,6
Falta de pessoal	2	4,6
Agendamento de consultas específicas	2	4,6
Política salarial	2	4,6
Falta de privacidade	1	2,3

## Discussão

A enfermagem está entre uma das dez profissões da área da saúde que contribui para a feminização da força de trabalho neste setor no país. Em contrapartida, percebe-se que aos poucos o homem está inserindo nesta profissão e conquistando seu lugar no mercado de trabalho <sup>(10)</sup>.

O estudo aponta a predominância da população jovem no mercado de trabalho, fato que coincide com pouco tempo de formação universitária (Tabela 1) compreendida no período entre 2-5 anos (51,2%). Esses dados sugerem que a maioria dos enfermeiros conseguiu inserir no mercado de trabalho precocemente, além da instituição empregadora

aceitar tais profissionais sem experiência, uma vez que eles são geralmente treinados no próprio serviço.

Alguns estudos apontam que quanto maior o tempo de formado, menor é o estresse, devido à maior probabilidade de o profissional apresentar habilidades no serviço, segurança técnica e facilidade no controle de situações conflituosas<sup>(11)</sup>.

Considerando que a ESF exige a disponibilidade de 40 horas semanais, faz-se necessário comentar sobre o percentual dos trabalhadores que trabalham em outro local (23,55%), perfazendo uma carga horária semanal que varia entre 60 a 64 horas. O acúmulo de cargos é uma prática comum entre os trabalhadores de saúde, principalmente devido aos baixos salários que os levam a procurar outra fonte de renda<sup>(12)</sup>. Este fator junto à sobrecarga de trabalho pode influenciar as relações familiares, devido à redução do tempo livre, ocasionando o desenvolvimento do estresse<sup>(13)</sup>.

Ressalta-se que quase a metade dos enfermeiros estudados (48,8%) apresenta sintomas físicos e/ou psicológicos que os classificam como estressados, sendo que 4 profissionais (19%) já se encontram na fase de exaustão, ou seja o estágio mais perigoso do estresse. Isso indica que os mecanismos de enfrentamento destes profissionais estão sendo insuficientes, podendo levá-los ao surgimento de diversas patologias, tais como: depressão, úlceras gástricas, enfarte e outros<sup>(9)</sup>.

Pesquisas revelam que os profissionais estressados tornam mais susceptíveis à ocorrência de acidentes e doenças ocupacionais, provocando redução na qualidade do desempenho de atividades, desorganização do trabalho e diminuição da produtividade. Além disso, pode surgir a labilidade emocional, depressão, diminuição da auto-estima, alterações do padrão de sono entre outros<sup>(5)</sup>.

Diante de situações estressoras excessivas, o organismo requer respostas adaptativas prolongadas para tolerar, adaptar ou superar os agentes irritantes. Tal evento pode desencadear uma série de sintomas físicos, psíquicos e cognitivos que acabam comprometendo o indivíduo, conseqüentemente as instituições nas quais trabalham<sup>(14)</sup>.

Dentre as atividades realizadas pelo enfermeiro da ESF a atividade de coordenação da equipe foi a atividade desencadeante do estresse de maior frequência (41,8%) e a sobrecarga de trabalho foi o agente estressor organizacional mais citado (30,2%). Tal resultado vai de encontro com outras pesquisas, uma vez que o gerenciamento de pessoal, ou seja, coordenação da equipe, atividades relacionadas à administração de pessoal e



cumprimento de tarefas constitui um estressor importante para desencadear alto nível de estresse<sup>(13)</sup>.

Percebe-se também, a predominância do estressor sobrecarga de trabalho nos diversos âmbitos da saúde. Esse fator é de grande preocupação, podendo favorecer a ocorrência de falhas na execução de tarefas, conflitos de funções, insatisfação e desmotivação profissional e abandono da atividade laboral, contribuindo para o aumento do absenteísmo<sup>(15)</sup>.

O trabalhador inserido em um ambiente de trabalho inadequado tende a sofrer influências negativas no seu desempenho profissional, bem como no processo de trabalho<sup>(13)</sup>. Diversos estudos têm evidenciado o papel das demandas excessivas um preditor relevante para a exaustão emocional. Os trabalhadores que enfrentam tal estressor ficam mais sensíveis emocionalmente, podendo influenciar na vivência familiar, bem como se desmotivar e deixar de realizar projetos voltados para o crescimento profissional e pessoal. Esse fato é uma realidade na área da enfermagem, tradicionalmente ocupado por mulheres, em que a dupla jornada é muito freqüente<sup>(16)</sup>.

No ambiente de trabalho da ESF, como se constatou, existem diversos fatores que dificultam o desempenho dos enfermeiros. Entretanto, devido às condições precárias do serviço público há uma necessidade por parte dos mesmos em adaptar-se à realidade do seu ambiente de trabalho, nos quais os recursos são escassos para atender as complexas demandas. Essa situação pode gerar sentimento de impotência nos trabalhadores devido à interferência negativa na assistência prestada ao usuário. Além disso, as falhas na rede de atenção à saúde refletem no processo de trabalho e comprometem a resolutividade das ações<sup>(13)</sup>.

Estudo realizado em São Paulo, em 2006, com enfermeiros que trabalham na área de saúde pública, revelou-se que mais de 50% dos enfermeiros apresentavam sintomas de estresse em fase avançada, bem como as possíveis situações estressoras, tais como: estrutura física inadequada do serviço, o relacionamento interpessoal entre usuários, equipe e supervisor, o papel do profissional no trabalho e a burocracia do emprego<sup>(17)</sup>.

## Conclusão

Percebe-se que os enfermeiros, no âmbito da ESF, estão expostos a diversos desafios e estressores laborais o que requer uma série de habilidades, bem como um perfil psicológico equilibrado capaz de lidar com diferentes demandas dos usuários, coordenar sua equipe e as políticas públicas de saúde, a fim de buscar melhores indicadores de saúde, consequentemente melhorar a qualidade de vida da população.

Os resultados refletem um panorama dos enfermeiros da ESF que apresentam uma quantidade de sintomas físicos e psicológicos que os classificam como estressados, inclusive revelam que alguns já estão na fase avançada do estresse, bem como os agentes estressores que circundam seu ambiente de trabalho. Entretanto, é relevante que esses profissionais saibam identificar a manifestação do estresse, bem como detectar quais estressores estão persistentes no seu ambiente de trabalho. Diante disso, eles poderão desenvolver estratégias de enfrentamento eficientes evitando vários transtornos.

Considera-se importante a realização de outros estudos acerca dessa temática envolvendo profissionais que atuam em outros municípios, a fim de instigar os pesquisadores e enfermeiros na contínua busca pela melhoria da qualidade do processo de trabalho. Além disso, há poucas pesquisas envolvendo o estresse sob esse aspecto, considerando os inúmeros estudos no âmbito hospitalar.

Também, é necessária uma atenção especial aos profissionais que atuam na saúde pública, com o intuito de promover ações que melhorem o ambiente de trabalho, visando seu bem-estar e a qualidade da assistência prestada.

## Referências

1. Anjos DR, et al. Estresse: fatores desencadeantes, identificação e avaliação de sinais e sintomas no enfermeiro atuante em UTI neonatal. Rev Inst Ciênc Saúde 2008;26(4):426-31.
2. Costa DT, Martins MCF. Estresse em profissionais de enfermagem: impacto do conflito no grupo e do poder do médico. Rev. esc. enferm. USP [online]. 2011; 45(5): 1191-1198.

3. Bianchi ERF. Escala Bianchi de Stress. Rev. esc. enferm. USP [online]. 2009; 43(spe): 1055-1062.
4. Carvalho L, Malagris LEN. Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde. Estudos e pesquisa em psicologia. UERJ, RJ, dez. 2007; 7(3): 570-58.
5. Ferreira LRC, Martino MMF. O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema. Rev. Ciênc. Méd., Campinas, maio/jun de 2006; 15(3): 241-248.
6. Camelo SH, Angerami ELS. Sintomas de Estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos saúde da família. Rev Latino-am Enfermagem jan/fev de 2004; 12(1): 14-21.
7. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [homepage na internet]. Cidades: Dados Básicos. [acesso em 25 de setembro 2011]. Disponível em: [www.ibge.gov.br/cidadesat/painel/painel.php?codmun=314330](http://www.ibge.gov.br/cidadesat/painel/painel.php?codmun=314330).
8. LIPP MEN. Manual do Inventário de Sintomas de stress para Adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.
9. Ferrareze MVG, Ferreira V, Carvalho AMP. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. Acta paul. enferm. São Paulo, jul./set 2006; 19(3).
10. Linch GFC, Guido LA. Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica no Rio Grande do Sul, Brasil. Rev. Gaúcha Enferm. (Online) [serial on the Internet]. 2011 Mar [cited 2012 Jan 09]; 32(1): 63-71.
11. Preto VA, Pedrão LJ. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. Rev. esc. enferm. USP [online]. 2009; 43(4): 841-848.
12. Trindade LL, Lautert L. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. Rev. esc. enferm. USP [online]. 2010; 44(2): 274-279.
13. Fontana RT, Siqueira KI. O trabalho do enfermeiro em saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade. Cogitare enferm, jul.-set. 2009; 14(3).

14. Meneghini F, Paz AA, Lautert L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. *Texto contexto - enferm.* [online]. 2011; 20(2): 225-233.
15. Santos FD, Cunha MHF, Robazzi MLCC, Pedrão LJ, Silva LA, Terra FS. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. *SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)* [online]. 2010; 6(1): 1-16.
16. Tamayo MR. Burnout: implicações das fontes organizacionais de desajuste indivíduo-trabalho em profissionais da enfermagem. *Psicol. Reflex. Crit.* [online]. 2009; 22(3): 474-482.
17. Camelo SHH, Angerami ELS. O estresse e o profissional de enfermagem que atua na assistência a comunidade: uma revisão da literatura. *Nursing.* 2006; 97(8):855-9.