

ESTRESSE: AGENTE INFLUENCIADOR NA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM.

**Tereza Alves de Sousa¹, Antônio Evilânio Freires², Alesandra Pereira Vieira³,
Karina Maria Ferreira Rodrigues⁴, Dominique Araujo de Freitas Souza⁵**

Resumo: O estresse possui influência direta na vida pessoal e profissional, sendo um fluente causador de ruptura no equilíbrio interno do organismo. E esse desalinhamento está correlacionado aos aspectos de saúde e doença dos sujeitos. Objetivou-se identificar na literatura, o estresse como agente influenciador na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem. Trata-se de uma revisão bibliográfica nas bases de dados e análise textual através do software IRaMuTeQ. Observa-se em sua prática diária que os profissionais de enfermagem prestam assistência direta ao paciente e são expostos a vários riscos relacionados ao trabalho, que podem ser fatores intrínsecos ou extrínsecos, a como também o enfrentamento das demandas emocionais interligados ao sofrimento dos pacientes e familiares. Percebe-se com isso que o estresse é um fator importante na delimitação de uma vida saudável e que necessita de ações que minimizem esses fatores estressantes e possibilite uma vida mais saudável.

Palavras-chave: Estresse. Qualidade de vida. Profissionais de Enfermagem

Introdução.

A classe trabalhadora de enfermagem se constitui em um público que na maioria das vezes cuidam de outras pessoas no seu ambiente laboral e se esquecem de si mesmo. São profissionais que estão adoecendo a cada dia com mais frequência, sendo uma área da saúde que necessita de um aparato técnico e científico pautado e reproduzido através de práticas sociais, políticas, ético, que corresponde ao ensino, pesquisa, extensão e atividades assistenciais.

O ambiente de trabalho influencia direta e indiretamente na saúde do trabalhador no que se refere à carga de trabalho excessiva, sendo expostos a alguns riscos, podendo ser classificados em biológicos (fluidos corporais, químicos, utilização de medicação),

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri, email: alvestereza660@gmail.com

² Graduado em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri, email: evilaniofreires@bol.com.br

³ Acadêmica do Curso de Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri, email: vieira.alesandra1@gmail.com

⁴ Acadêmica do Curso de Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri, email: karinarodrigues21.kr@gmail.com

⁵ Enfermeira. Mestranda. Docente do Curso de Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri, email: dozinha_18@hotmail.com

identificados através de acidentes perfuro cortantes. Fisiológicos (postura inadequada, psíquica) ligada as condições inadequadas, fatores determinantes ao adoecimento do trabalhador.

Nesse aspecto o ambiente laboral produz no individuo sentimentos de frustração e descontentamento em relação a responsabilidades quanto aos transtornos físicos, psíquicos e sociais, afetando a saúde e comprometimento da qualidade de vida do profissional. A falta de recursos humanos insuficientes e de equipamentos ou materiais fomentam ao longo dos anos, desgaste físico, emocional e social.

Assim a exposição prolongada a esses agentes estressores pode provocar baixo desempenho profissional, alta rotatividade, absenteísmo, alterações cardíacas, ansiedade e patologias como: Síndrome do pânico, depressão e Síndrome de burnout, entre outros, favorecendo o desequilíbrio do corpo e da mente. Com isso o trabalho desencadeia diversos estágios de motivação e satisfação por ser uma fonte de sobrevivência. Destaca-se o estresse, dessa forma, no que cerne a qualidade de vida (QV), pois quanto mais satisfeito o individuo estiver com os parâmetros mais importantes da vida, melhor será sua percepção de QV, além de melhorar no que tange viver bem e sentir-se bem.

Objetivo.

Identificar na literatura, o estresse como agente influenciador na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem.

Metodologia.

Desenvolveu-se uma revisão de literatura, entre os meses de outubro e novembro nas bibliotecas e bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), LILACS, MEDLINE, BDENF, utilizando a associação entre as palavras- chaves: estresse, qualidade de vida, profissionais de enfermagem, através dos cruzamentos das mesmas por meio do booleano *and*.

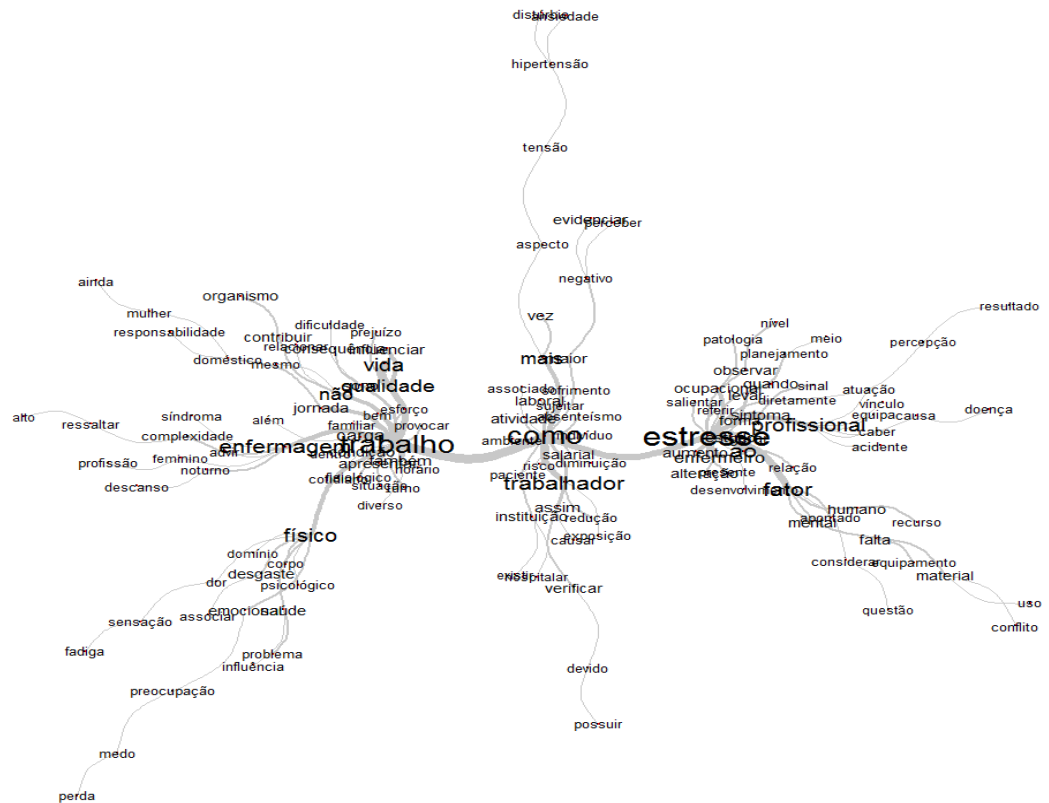
Os critérios de inclusão foram: artigos classificados como original, disponível em português, que abordassem a temática em questão. A busca revelou 115 publicações que após análise textual de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, mediante leitura flutuante, resultaram em 8 artigos ao qual compuseram a amostra.

Foi realizada análise sobre os corpus textuais no Software IRaMuTeQ na versão 0.7 alpha 2 e posterior análise de similitude ao qual se baseia na teoria dos grafos, possibilitando a identificação e conexão entre palavras, facilitando no processo de estruturação do corpus textual, diferenciando as partes mais comuns e as especificidades

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

de cada função em decorrência das variáveis de forma descritiva, ilustrativa.
Resultados.



Observam-se através dos estudos e análise de dados gerados por meio do Corpus textuais do Software IRaMuTeQ, que as condições de trabalho, sobrecarga e cargos, evidenciam consequentes problemas de saúde, apontando uma variedade de sinais, sintomas (sensação de fadiga, desânimo pela manhã, esgotamento profissional, alterações cardiovasculares, impotência, ansiedade) e patologias (Síndrome do Pânico, depressão, Síndrome de Burnout), entre outras.

Sendo assim o estresse é resultado da percepção da discordância entre as exigências que o trabalho propõe e é evidenciado através da falta de materiais, recursos

humanos, e de equipamentos adequados, sendo apontados como geradores de medo e ansiedade que levam consequentemente ao estresse afetando de forma significativa o equilíbrio do profissional.

A influência negativa no que compõe o aspecto físico, dor, desconforto, diminuição da energia e fadiga, além de sono e repouso prejudicado, caracterizando dessa forma o aumento de estresse e uma qualidade de vida precária. Em relação ao tempo de serviço prestado por esses profissionais percebe-se que os que trabalham há menos tempo tendem ter um nível de estresse mais elevado, em comparação com os demais que está há mais tempo, isso se justifica pelo fato de que quanto mais tempo, maior segurança técnica, e de lidar com algumas situações específicas do cotidiano.

Dentre os fatores que influenciam na qualidade de vida e da assistência prestada aos pacientes está a remuneração inadequada, cargas de trabalho excessiva, não reconhecimento do profissional, tensão emocional. Diante de todos esses agentes influenciadores, o estresse foi considerado como maior fator influente na qualidade de vida desses indivíduos, gerando desgaste físico e mental e consequentemente menos qualidade nos serviços de enfermagem.

Conclusão.

O presente estudo nos possibilitou entender o quanto o estresse é prejudicial à saúde e está diretamente ligada a qualidade de vida, além da importância de identificar os fatores predisponentes às patologias concernentes ao estresse. Necessita-se que os órgãos responsáveis construam estratégias que possam minimizar os fatores geradores do mesmo e assim minimizando, melhore a qualidade de vida desses profissionais, assim como também a assistência prestada aos pacientes.

Referências

- CARVALHO, Deciane Pintanela et al. Cargas de trabalho e a saúde do trabalhador de enfermagem: revisão integrativa. **Cogitare Enferm.** 2017 Jan/mar; 22(1): 01-11. Disponível: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/download/46569/pdf> . Acesso em 02 de Nov de 2018.
- JACQUES, João Paulo Belini t al. Geradores de estresse para os trabalhadores de enfermagem de centro cirúrgico. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 36, n. 1, supl, p. 25-32, ago. 2015. Disponível: em: www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/download/18197/16937 . Acesso em 02 de Nov de 2018.

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

MORAES, Filho Iel Marciano; ALMEIDA, Rogério José. Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: uma revisão integrativa. **Rev Bras Promoç Saúde**, Fortaleza, 29(3): 447-454, jul./set., 2016. Disponível em: <http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/4645>. Acesso em: 31 out 2018.

RODRIGUES, Cláudia Cristiane Figueira Martins; SANTOS, Viviane Euzébia Pereira. O corpo fala: aspectos físicos e psicológicos do estresse em profissionais de enfermagem. **J. res.: fundam. care. online** 2015. out./dez. 7(4):3587-3596. http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/viewFile/2849/pdf_1762. Acesso em: 02 de Nov de 2018.

RAMOS, Érica Lima et al. Qualidade de vida no trabalho: repercussões para saúde do trabalhador. **J.res. fundam.Cuidado. online**2014.abril/junh.6(2):571-583. Disponível em: http://www.redalyc.org/html/5057/505750622013_2/. Acesso em: 02 nov de 2018.

SILVA, Rayanne Ferreira et al. Nível de Percepção de Estresse e Qualidade de Vida Entre os Técnicos de Enfermagem das Unidades de Pronto Atendimento de Palmas – TO. **R bras ci Saúde** 22(3):261-266, 2018. Disponível em: <http://www.periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/32212/19859>. Acesso em 02 de Nov de 2018.

SHOLZE, Alessandro Rolim et al. Estresse ocupacional e fatores associados entre enfermeiros de hospitais públicos. **Cogitare Enferm.** (22)3: e50238, 2017. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/50238>. Acesso em: 02 Out 2018.

SEMEDO, Deisa Salyse dos Reis et al. Perfil dos enfermeiros de Cabo Verde/ África: Fatores que influenciam a qualidade de vida. **J. res.: fundam. care. online** 2018 out/dez 10(4): 945-950. Disponível em: https://www.researchgate.net/.../269823988_Qualidade_de_vida_no_trabalho_de_enfer. Acesso em: 02 de Nov de 2018.