



VI SEMANA DE ENFERMAGEM DA URCA

I SIMPÓSIO DE ENFERMAGEM DERMATOLÓGICA DA REGIÃO CENTRO-SUL

EIXO TEMÁTICO: ENFERMAGEM EM SAÚDE MENTAL
MODALIDADE: ORAL

O ESTRESSE ENQUANTO FATOR PREDISPONENTE PARA DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Kadson Araujo da Silva¹
Tiago Ribeiro dos Santos²
Anna Karen Lucas Cavalcante³
Agná Teixeira Braga⁴
Riani Joyce Neves Nóbrega⁵

RESUMO

As doenças psicossomáticas são causadas pela instabilidade emocional de um indivíduo, causando alterações significantes no corpo humano. O estudo objetiva identificar como o estresse enquanto fator predisponente acomete profissionais de enfermagem à doenças psicossomáticas. O profissional de enfermagem está inserido em um ambiente de trabalho com condições propícias para o desenvolvimento de transtornos mentais, o que pode interferir na sua vida pessoal e profissional, sendo o estresse o fator principal, devido as atribuições excessivas de âmbito de trabalho. Portanto, é importante que o enfermeiro reconheça a importância e atue enquanto protagonista na promoção da sua qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), doenças psicossomáticas são causadas pela instabilidade emocional de um indivíduo, configurando-se em alterações significantes no corpo humano, que se diferenciam das doenças somáticas, tendo em vista que

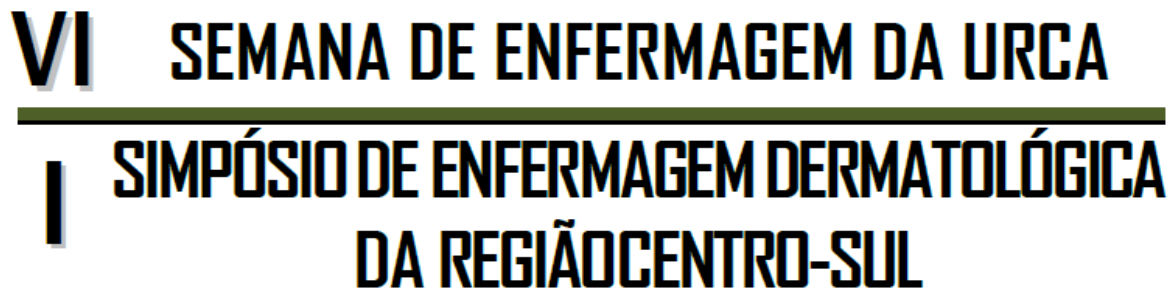
¹Discente do 7º período do curso de Enfermagem na Universidade Regional do Cariri (URCA). Membro do Grupo de pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde (GPCLIN). Membro do Grupo de ensino sobre Saúde Coletiva (GDESCO). Membro do Projeto de Extensão Cine Clube Saúde, membro do Projeto de Extensão Jovens Socorristas e monitor bolsista da disciplina Primeiros Socorros pela PROGRAD. E-mail: kadsonp64@gmail.com

²Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem; Universidade Regional do cariri – URCA; Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde – GPCLIN- URCA- CNPq; Membro Voluntário do Grupo de Estudos em Saúde Coletiva – GDESCO; Membro Bolsista do Projeto de Extensão Jovens Socorristas; Membro Voluntário da Liga Acadêmica de Doenças Infecciosas e Parasitárias – LADIP; Secretário do Centro Acadêmico de Enfermagem da URCA-UDI – CAENF. E-mail: trstiago22@gmail.com

³Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem; Universidade Regional do cariri – URCA; Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde – GPCLIN- URCA- CNPq; Membro Voluntário do Projeto de Extensão Jovens Socorristas; Monitora Voluntária da Disciplina de semiologia e Semiotecnica. E-mail: annakarenlc15@gmail.com

⁴Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem; Universidade Regional do cariri – URCA; Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde – GPCLIN- URCA- CNPq; Membro Voluntário do Projeto de Extensão Jovens Socorristas; Monitora do Projeto de Extensão Artistas do Cuidar. E-mail: agna_teixeira2015@outlook.com.br

⁵Enfermeira. Mestre. Docente do Curso de Enfermagem da URCA/UDI e da Faculdade Vale do Salgado. Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde (GPCLIN). E-mail: rianijnobrega@gmail.com

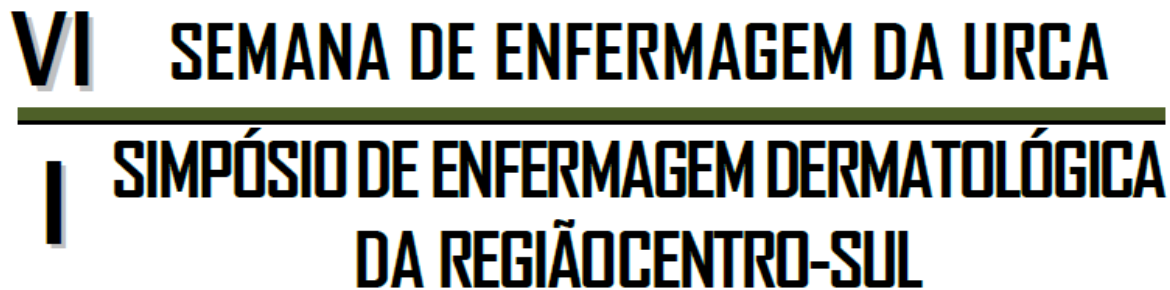


A mente e o corpo formam um sistema único e muitos mecanismos inconscientes estão presentes nesta ligação, cujo desequilíbrio nesse conjunto acarreta um acúmulo de fatores que poderão desajustar o estado físico-mental, causando cefaleia, ansiedade, tristeza, dores musculares, dentre outros. (SILVA et al., 2015).

Dessa forma, os transtornos mentais comuns como a depressão, ansiedade e estresse são os de maior prevalência na realidade da enfermagem, podendo ser duradouros, transitórios ou recorrentes que se relacionam a sua ocupação profissional e social. Outras condições psicológicas podem estar ligadas aos transtornos mentais graves, que se configuram do estresse, da ansiedade e do estado depressivo do profissional. Neste contexto o profissional de enfermagem em suas diversas áreas de atuação, torna-se uma figura propensa a desencadear doenças psicossomáticas, uma vez que o estresse está presente em seu excesso de responsabilidade e carga horária de trabalho (SUAZO et al., 2014).

OBJETIVO

Identificar por meio da literatura como o estresse enquanto fator predisponente acomete profissionais de enfermagem à doenças psicossomáticas.



Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa, de caráter descritivo, realizada no mês de março de 2019. O estudo foi realizado utilizando o banco de dados da Biblioteca Virtual em saúde (BVS), com os seguintes descritores: doenças, enfermeiro e transtornos psicossomáticos, com uso do operador booleano *AND*, através das bases de dados MEDLINE e BDNF, resultando em 111 artigos disponíveis, dos quais foram utilizados como critérios de inclusão: idioma português; corte temporal dos últimos cinco anos. Em contrapartida, foram aplicados os seguintes critérios de exclusão: artigos repetidos e que não contemplavam a temática, resultando, portanto, em sete publicações para leitura na íntegra e construção do estudo.

O trabalho constitui um dos fatores mais importantes na formação da identidade e pode ser um fator de estresse emocional, principalmente entre os profissionais da área da saúde em geral. A cobrança pela maior produtividade, redução do tempo para realização das atividades e aumento da complexidade das tarefas, pode resultar em tensão, fadiga e esgotamento profissional, caracterizando-se como fatores responsáveis por situações de estresse (VASCONCELOS, 2015).

O profissional de enfermagem está inserido em um ambiente de trabalho que apresenta condições propícias para o desenvolvimento de transtornos mentais, o que pode interferir no seu desenvolvimento pessoal e profissional, cujo principal fator está relacionado ao estresse, devido à excessiva demanda de pacientes, de trabalho e de exigências uma vez que podem interferir na qualidade de vida e na sua função profissional (PEREIRA NETO et al., 2015).

Assim, como a enfermagem presta assistência direta a pacientes e familiares, acaba sendo uma das equipes mais afetadas em seu processo de trabalho pelo estresse, dessa forma, as sobrecargas emocionais estão presentes no dia-a-dia do profissional, interligadas ao ambiente, relações interpessoais, autonomia, grau de exigência e responsabilidade, podendo levar a alterações fisiológicas, emocionais e comportamentais que favorecem a diminuição da saúde e do bem estar físico-mental (OLIVEIRA et al., 2013).

Siqueira e David 2013, destacam que os principais sintomas físicos identificados no ambiente de trabalho são os distúrbios osteomusculares, síndrome da fadiga e desgaste



VI SEMANA DE ENFERMAGEM DA URCA

I SIMPÓSIO DE ENFERMAGEM DERMATOLÓGICA DA REGIÃO CENTRO-SUL

físico. Já os relacionados aos aspectos psicológicos, apresentam depressão, tristeza, raiva, hipersensibilidade emotiva e insônia, onde podem propiciar o desenvolvimento da depressão, interferindo na vida interpessoal e produtiva no trabalho.

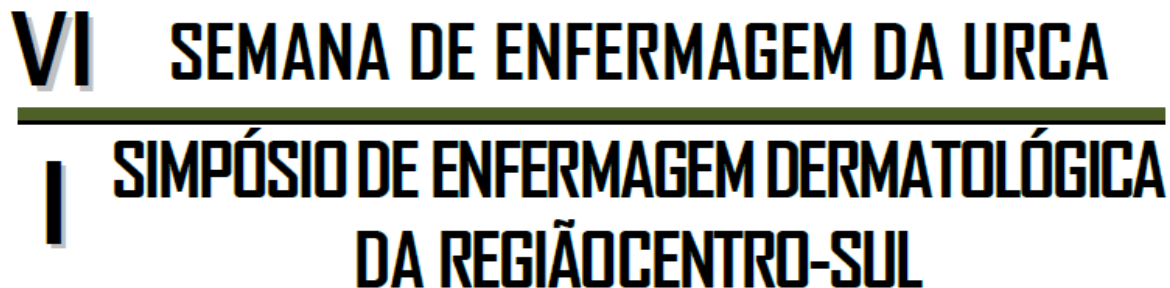
Vale destacar ainda que o desgaste físico – emocional causado pelo estresse pode levar ao desenvolvimento da síndrome de Burnout, que descreve uma situação de estresse crônico que acometem profissionais que realizam atividades com um grande número de pessoas, exaustivas e com grau elevado de responsabilidade.

Com o objetivo de gerar uma renda salarial satisfatória, os profissionais enfermeiros buscam promover diversos vínculos empregatícios, gerando uma jornada de trabalho quase interminável. Essa demanda contínua promove o acúmulo à exposição de riscos, como os já mencionados, além de rotinas em trabalhos noturnos como os plantões, que por sua vez, não proporcionam um tempo de descanso efetivo e de modo correto para um bom desempenho funcional. O excesso da carga horária no desempenho profissional, pode ser o ponto chave para o acometimento das disfunções mentais, uma vez que o enfermeiro realiza múltiplas tarefas no seu cotidiano, como: coordenar toda a equipe, envolver – se no tratamento, promoção e prevenção de doenças, diagnósticos e vivenciando a falta de recursos para a assistência (SIQUEIRA et al., 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, o estresse é um fator presente na rotina de trabalho de muitos profissionais de enfermagem, e diante disso, é necessário que se busque medidas que favoreçam a diminuição das condições de estresse no seu âmbito de atuação, incluindo estratégias que minimizem o desgaste físico e emocional, como forma de prevenção de possíveis disfunções mentais entre os profissionais dessa classe.

É importante que o enfermeiro reconheça a importância e atue enquanto protagonista na promoção da sua qualidade de vida para um bom desenvolvimento do seu trabalho, diante disso é primordial o seu papel para o reconhecimento de gatilhos que possam causar o desequilíbrio de seu estado psicoemocional. Logo, pode-se utilizar de medidas como: exercícios relaxantes, padrão de sono e descanso adequados, e a melhora do trabalho em equipe, favorecendo um relacionamento interpessoal satisfatório e um ambiente de trabalho harmônico. Percebe-se, então, que é preciso abranger a discussão sobre a temática para a construção de estratégias plausíveis que favoreçam o bem-estar físico e sobretudo mental dos



DESCRIPTOR: Doenças. Enfermeiro. Transtornos Psicossomáticos.

BÁRBARO, A. M; ROBAZZI, M. L. C. C; PEDRÃO, L. J; ZCYRILLO, R. M. Z; SUAZO, S. V. V. Transtornos mentais relacionados ao trabalho: revisão de literatura. **Revista eletrônica de saúde mental ácool e drogas, SMAD**. V. 5. N. 2. P. 7, 2009.

G. F. F; SIQUEIRA, G. F. F; BARRETO, A. J. R; MENEZES, M. S; ALVEZ, S. R. PFREITAS, F. F. Q. Trabalho do enfermeiro na atenção primária em saúde: conhecimento dos fatores estressores. **Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança – Set.** 11(2):72-85, 2013.

OLIVEIRA, E. B; PINEL, J. S; GONÇALVES, J. B. A; DINIZ, D. B. Trabalho de enfermagem em emergência hospitalar - riscos psicossociais: pesquisa descritiva. **Online Brazilian Journal of Nursing**. 12 (1): 73-88, 2013.

SANTOS, F. D; CUNHA, M. H. F; ROBAZZI, M. L. C. C; PEDRÃO, L. J; SILVA, L. A; TERRA, F. S. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. **Revista eletrônica de saúde mental ácool e drogas, SMAD**. V. 6. N. 1. P. 13, 2009.

SILVA, V. F; CLAIR, E. M. S; NETO, E. P. Fatores que influenciam no estresse ocupacional dos enfermeiros que atuam no programa saúde da família. **Revista Científica Interdisciplinar**. 2015.

SILVA, R. P. O gerenciamento dos riscos ocupacionais na saúde da enfermagem no âmbito hospitalar. 2016.

VASCONCELOS, M. L. L; SANTOS, C. M. F. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na Enfermagem.