

- Érika Karolline Marins Santos¹
- Rosimar Ferreira Durães¹
- Mariana de Souza Guedes²
- Matheus Filipe Oliveira Rocha²
- Fernanda Cardoso Rocha³
- Jaqueline D' Paula Ribeiro Vieira Torres³
- Henrique Andrade Barbosa^{1,2,3}

¹Faculdades Unidas do Norte - FUNORTE. Montes Claros - MG. Brasil

²Faculdade de Saúde Ibituruna - FASI. Montes Claros - MG. Brasil.

³Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES. Montes Claros - MG. Brasil.

✉ **Fernanda Rocha**
 Rua São Roberto, 55
 Bairro Todos os Santos
 Montes Claros - MG
 CEP: 39400-121
 📧 nandac.rocha@hotmail.com

Submetido: 26/02/2019
 Aceito: 13/07/2019

RESUMO

Introdução: O estresse é caracterizado, fisiologicamente, como um processo que envolve respostas do sistema nervoso autônomo. É considerado ocupacional quando é definido como processo no qual o indivíduo consegue perceber as demandas no ambiente de trabalho como fatores estressantes ou estressores, provocando, reações negativas. **Objetivo:** Identificar, na literatura, situações que podem causar estresse ou síndrome de Burnout em profissionais da saúde e suas possíveis consequências. **Material e método:** O critério de seleção foram artigos completos publicados entre os anos de 2014 a 2018, publicados em língua portuguesa, sem restringir tipo de estudo, mas que abordavam prioritariamente a temática: situações de estresse nos profissionais de saúde. A pesquisa foi realizada em 6 bases eletrônicas de dados, acessíveis na web. **Resultados:** Foi observado que os profissionais de saúde podem estar expostos a diversas situações que favorecem o surgimento do estresse, dentre elas sobrecarga de trabalho, relacionamento com o paciente, falta de recursos, conflitos com outros profissionais, óbito de pacientes e jornadas de trabalho exaustivas. Os sintomas relacionados ao estresse são evidenciados de acordo com a fase em que o indivíduo está vivenciando, variando entre hipertensão arterial, enxaqueca, tensão, crises de ansiedade, desânimo e até infarto. **Conclusão:** O estresse ocupacional é prejudicial aos profissionais da área de saúde, evidenciando-se a necessidades de medidas preventivas para minimizar prejuízos na qualidade de vida do trabalhador da Saúde.

Palavras-chave: Burnout, Estresse, Profissional da Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Stress is characterized, physiologically, as a process involving responses of the autonomic nervous system. It is considered occupational when it is defined as a process in which the individual can perceive the demands in the work environment as stressing or stressors, provoking negative reactions. **Objective:** To identify, in the literature, situations that can cause stress or burnout syndrome in health professionals and their possible consequences. **Material and method:** The selection criteria were complete articles published between the years 2014 and 2018, published in Portuguese language, without restricting type of study, but that addressed as a priority the theme: stress situations in health professionals. The survey was conducted in 6 electronic databases accessible on the web. **Results:** It was observed that health professionals may be exposed to various situations that favor the emergence of stress, among them overload of work, relationship with the patient, lack of resources, conflicts with other professionals, death of patients and exhaustive workdays. The symptoms related to stress are evidenced according to the stage in which the individual is experiencing, varying between arterial hypertension, migraine, tension, anxiety attacks, despondency and even infarction. **Conclusion:** Occupational stress is detrimental to health professionals, evidencing the need for preventive measures to minimize losses in the quality of life of the health worker.

Key-words: Burnout, Stress, Health professional.

INTRODUÇÃO

O estresse é caracterizado, fisiologicamente, como um processo que envolve respostas do sistema nervoso autônomo e do sistema endócrino e por meio delas é possível verificar sintomas de irregularidades hormonais.¹

Pode ser dividido em três fases, que são: 1) fase da reação de defesa ou alarme, que tem como sintomas taquicardia, palidez, fadiga e hiporexia; 2) fase de resistência ou adaptativa, em que o indivíduo pode se isolar do meio social, não consegue se desligar do serviço e se irrita com facilidade; 3) fase do esgotamento ou exaustão, em que já ocorrem problemas como hipertensão arterial, depressão, ansiedade, problemas dermatológicos, infarto e até mesmo a morte.¹

Quando o estresse é ocupacional, é definido como um processo no qual o indivíduo consegue perceber as demandas no ambiente de trabalho como fatores estressantes ou estressores, que extrapola suas capacidades de enfrentamento, provocando, assim, reações negativas. Para que uma situação seja considerada como estressante, o indivíduo deve percebê-la como tal.²

Este processo pode ser vivenciado por qualquer pessoa, independente de raça ou classe social, uma vez que consiste em um estado em que o indivíduo está diante de uma situação alarmante, que corresponde ao estresse e à necessidade de se adaptar ao ambiente. O sentimento de estresse pode desaparecer nos momentos de repouso e lazer, no entanto, quando isto não acontece, ocorre o que se chama de estresse crônico, podendo desencadear, por exemplo, a síndrome de *Burnout*.³

A síndrome de *Burnout* caracteriza-se pela resposta a fontes crônicas de estresse emocional e interpessoal no trabalho e atinge principalmente os profissionais da área da saúde, esta síndrome é uma das consequências do

estresse profissional.⁴

O estresse ocupacional pode ser desencadeado por fatores específicos, envolvidos de valores, comportamentos, intencionalidades que possibilitam que o indivíduo passe por situações de crescimento, transformação, reconhecimento e independência pessoal. As constantes mudanças impostas podem levar ao surgimento de problemas, como irritação, insegurança, insatisfação e desinteresse.⁵

Desta forma, o estresse laboral se caracteriza como uma resposta do organismo a situações que fogem do habitual, principalmente as que são entendidas pelo organismo como ameaçadoras. No entanto, deve-se entender que este processo é individual, com variações de tensão e manifestações fisiopsicopatológicas.⁴

Tem sido observado que algumas categorias profissionais estão sendo alvo de estudos, de diversas entidades acadêmicas, devido às inúmeras circunstâncias desgastantes presentes no cotidiano de trabalho, em destaque os profissionais da área da saúde.

Tendo que o estresse nos profissionais de saúde pode prejudicar a sua vida fora do trabalho e o seu desempenho na instituição a que presta serviço, este estudo teve como objetivo identificar situações que podem causar estresse em profissionais de saúde e suas consequências.

REVISÃO DE LITERATURA

Pesquisa exploratória, descritiva, efetivada por meio de revisão integrativa descrita em fases (Figura 1), busca realizada nas seguintes bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online (SciELO)*, *Índice Bibliográfico Español de Ciencias de la Salud (IBECS)*, *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE)*, Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e Colecion SUS.

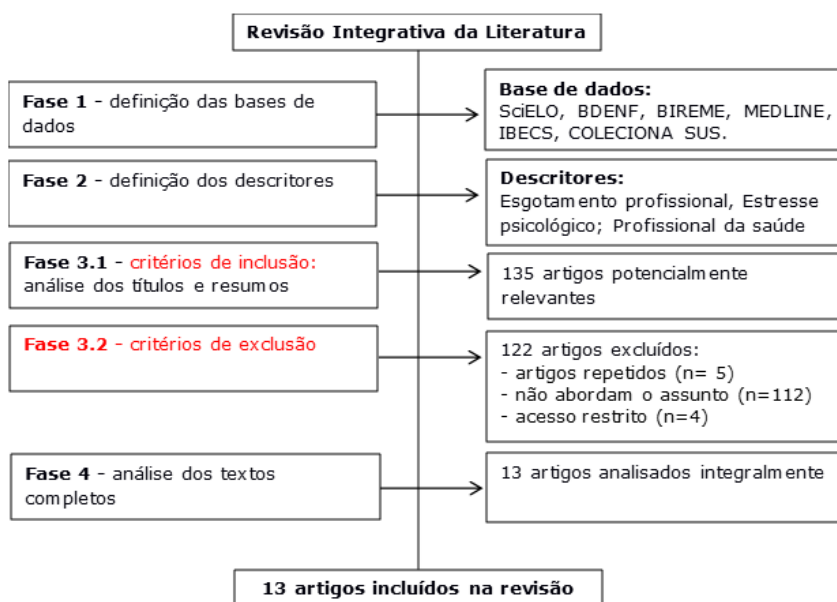


Figura 1: Fluxograma das fases da seleção de artigos para a revisão integrativa da literatura.

Os critérios de seleção dos artigos foram: artigos completos, publicados entre os anos de 2014 e 2018, em português, uma vez que buscava-se produções nacionais ou que estivesse disponíveis na língua mãe, e que abordavam prioritariamente a temática: situações de estresse nos profissionais de saúde. Como critério de exclusão optou-se por desconsiderar os artigos repetidos, os que não abordavam a temática proposta e que não tinham acesso livre na íntegra.

Os descritores utilizados em todas as bases de dados foram: esgotamento profissional, estresse psicológico e profissional da saúde. Foram encontradas, inicialmente, 960 publicações. Após, análise de título e resumo restaram 135, sendo que 122 foram rejeitados de acordo com os

critérios de exclusão. Por fim, 13 artigos que condiziam com o tema foram selecionados para análise integral do texto.

O ano de publicação dos artigos separados compreende um período de 2014 a 2018, sendo três artigos do ano de 2014, um artigo publicado em 2015, cinco do ano de 2016 e quatro do ano de 2017. De acordo com o tipo de abordagem metodológica utilizada, três artigos fizeram uso da abordagem qualitativa, cinco foram quantitativa, três foram de revisão integrativa, uma revisão sistemática e um foi quali-quantitativa.

O quadro 1 representa as especificações de cada um dos artigos. Onde estão dispostos os artigos selecionados neste estudo com suas características.

Quadro 1: Divisão dos artigos selecionados por base de dados, título, periódico e método.

Periódico	Autores/ano publicação	Título	Método	Amostra	Conclusão
Revista Pesquisa: cuidado é fundamental	Ferreira DKS, Medeiros SM, Carvalho IM. (2017)	Sofrimento psíquico no trabalhador de enfermagem: uma revisão integrativa.	Revisão integrativa	17 artigos	Evidencia-se características encontradas nos profissionais que refletem um sofrimento psíquico e adoecimento
Revista Pesquisa: cuidado é fundamental	Fernandes LS, Nitsche MJT, Godoy I. (2017)	Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva.	Estudo quantitativo e transversal	47 profissionais de enfermagem	O ambiente intensivista é propício para o desenvolvimento da Síndrome.
Revista Brasileira de Epidemiologia	Leonelli LB, Andreoni S, Martins P, Kozasa EH, Salvo VLD, Sopezki D, Demarzo MMP. (2017)	Estresse percebido em profissionais da Estratégia Saúde da Família.	Estudo quantitativo transversal	450 trabalhadores	A percepção de estresse na população estudada está associada a fatores individuais, profissionais, e à composição das equipes nas unidades básicas de saúde.
Revista Cogitare Enfermagem	Santos NAR, Santos J, Silva V. R, Passos JP. (2017).	Estresse ocupacional na assistência de cuidados paliativos em oncologia.	Estudo quantitativo, descritivo e transversal	150 profissionais	Apesar de estarem expostos a estressores, os profissionais estudados utilizam estratégias de enfrentamento eficazes na diminuição da percepção subjetiva do estresse.
Revista Pesquisa: cuidado é fundamental	Almeida LA, Medeiros IDS, Barros AG, Martins CCF, Santos VEP. (2016)	Fatores geradores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde.	Revisão integrativa	8 artigos	A melhoria das condições de trabalho dos profissionais contribui para fornecer uma assistência de saúde mais apropriada aos profissionais com sinais da Síndrome de Burnout.

Quadro 1: Continuação

Revista Pesquisa: cuidado é fundamental	Barreto BMF, Valente GSC, Silva RP, Camacho ACLF, Oliveira BGRB. (2016).	A interferência do estresse no trabalhador de enfermagem no ambiente hospitalar e sua relação como fator de risco para a ocorrência de câncer.	Estudo qualitativo	6 enfermeiros	Muito deve ser feito para evitar as situações estressantes, tanto para o profissional de enfermagem quanto para outros trabalhadores.
Revista baiana de saúde pública	Bezerra JLC, Lucca SRD. (2017).	Fatores psicossociais de estresse no trabalho de agentes comunitários de saúde do município de Parnaíba, Piauí.	Estudo epidemiológico transversal, com abordagem combinada quanti-qualitativa	168 participantes	Há a necessidade de revisão do trabalho desses profissionais, incluindo as mudanças na organização do trabalho nas Unidades Básicas de Saúde do município estudado.
Revista brasileira de ciências da saúde	Ratochinski CMW, Maia HPWP Grzelczak MT, Souza WC, Mascarenhas LPG.	O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática.	Revisão sistemática	19 artigos	O enfermeiro, em sua atividade laboral, enfrenta diversos fatores que alteram seu nível de estresse, foi verificado que o nível de estresse ficou entre moderado a elevado.
Revista Pesquisa: cuidado é fundamental	Rodrigues CCFM, Santos VEP. (2016)	O corpo fala: aspectos físicos e psicológicos do estresse em profissionais de enfermagem.	Estudo qualitativo de abordagem descritiva	21 profissionais de enfermagem	Os sintomas contribuem para o estresse profissional e diminuem a qualidade de vida desses trabalhadores em seu ambiente de atuação
Semina: ciências biológicas e da saúde	Jacques JPB, Ribeiro RP, Martins JT, Rizzi DS, Schmidt DRC. (2015).	Geradores de estresse para os trabalhadores de enfermagem de centro cirúrgico.	Pesquisa descritiva de natureza qualitativa	15 membros de uma equipe de enfermagem	Os profissionais de enfermagem vivenciaram o estresse relacionado com fatores de natureza objetiva.
Journal of Nursing and Health	Lemes AG, Nascimento VF, Rocha EM. (2015).	Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar.	Estudo descritivo, exploratório e quantitativo	16 profissionais de enfermagem	Os profissionais de enfermagem estão expostos ao estresse, sendo necessário que os gestores proporcionem melhores condições de trabalho, destacando-se as atividades preventivas contra os transtornos mentais decorrentes das atividades laborais.

Quadro 1: Continuação

Revista mineira de enfermagem	Andrade MCM, Siqueira Júnior AC. (2014).	Estresse Ocupacional no Serviço de Atendimento Móvel de Urgência.	Pesquisa de natureza descritiva e investigatória	60 profissionais	A amostra estudada não apresenta evidências de alto estresse relacionado ao trabalho.
Caderno saúde e desenvolvimento	Oliveira RJ, Cunha T. (2014).	Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências.	Revisão integrativa da literatura	22 artigos	O estresse tem presença significativa na vida dos profissionais de saúde no desempenho da sua função, com consequências graves para o profissional e para seus assistidos.

Para determinar os resultados desse estudo, partiu-se do objetivo principal da pesquisa de identificar, na literatura, situações que podem causar estresse ou síndrome de *Burnout* em profissionais de saúde e suas consequências, que originou três categorias temáticas e duas subcategorias para discussão (Figura 2).

DISCUSSÃO

Categoria 1: Fatores estruturais e/ou relacionados ao trabalho indutores de estresse

Alguns fatores podem ser identificados como situações geradoras de estresse e desgaste físico e emocional, como sobrecarga de trabalho, relacionamento com o paciente, falta de recursos, conflitos com outros profissionais, óbito de pacientes, jornadas de trabalho exaustivas, recursos humanos insuficientes, falta de equipamento ou material e excesso de atividades.¹⁻⁴⁻⁶

As situações que foram consideradas mais estressantes foram: distribuição de tarefas, trabalhar por muitas horas seguidas e tempo insuficiente para realizar as atividades.²

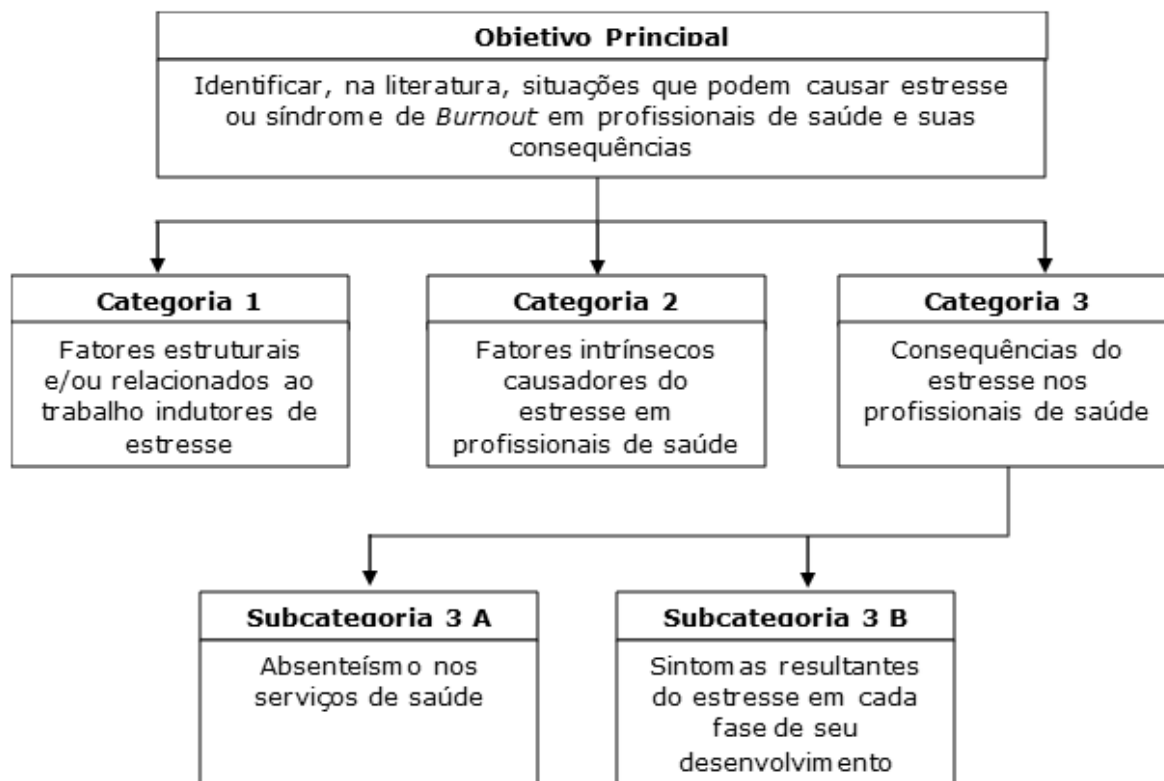


Figura 2: Definição das categorias temáticas e subcategorias do estudo.

Estudos realizados afirmam que os enfermeiros possuem maior nível de estresse se comparado aos outros profissionais de saúde, devido à função dupla que exercem e a sobrecarga de trabalho que normalmente atinge esses profissionais.²⁻⁷

Pesquisas anteriores evidenciam ainda que se pode adicionar os seguintes fatores como estressantes: a falta de autonomia do profissional, falta de preparo e capacitação dos profissionais, ambiente de trabalho conflituoso, acidentes biológicos e desvalorização profissional.⁸⁻⁹

O estresse ocupacional é muito presente no setor da saúde, o maior nível de estresse está relacionado a esta área devido ao fato de que muitos profissionais realizam dupla jornada de trabalho, possuem pouco tempo para descanso e ainda associam o trabalho às atividades domésticas.¹

Alguns dos fatores que acarretam o estresse dos profissionais são a iluminação e ventilação inadequadas, além de barulho excessivo e escassez de recursos materiais. A falta de pessoal, sobrecarga de tarefas e a pouca experiência profissional também foi observada neste estudo, sendo que a associação destes fatores inviabiliza a realização de atividades, tornando o trabalho angustiante e estressante.¹⁰

As práticas administrativas inapropriadas, atribuições ambíguas, desinformação, conflitos de autoridade, trabalho burocrático e supervisão punitiva podem estar relacionados ao aumento do estresse dos profissionais, uma vez que a instituição está sendo percebida como um ambiente sem hierarquia e desorganizado, o que faz com que os profissionais se sintam sem o suporte que deve ser dado pela instituição.¹¹

Pode-se observar que outros apontaram como fonte do estresse a falta de recursos humanos e materiais para o trabalho, levando os profissionais a exercerem várias funções ao mesmo tempo, em um curto espaço, tendo que por diversas vezes improvisar o trabalho devido à falta de recursos, no estudo o autor chama a atenção para estes elementos, uma vez que segundo ele, estes estão ligados a maneira como é feita a organização do trabalho.¹²

Categoria 2: Fatores intrínsecos causadores do estresse em profissionais de saúde

Os profissionais de saúde podem encontrar diversos fatores que poderão favorecer o surgimento do estresse. Existem vários tipos de estressores ou fontes de estresse que são pessoais, sendo assim o estressor é qualquer evento que amedronte ou confunda o indivíduo.⁸

A resposta ao estresse está relacionada com a interação das características de um indivíduo e o meio em que está inserido. Essa capacidade de resposta irá variar de acordo com a forma como lidará com o problema, com o intuito de evitar o adoecimento físico e psíquico.⁵

As situações consideradas menos estressantes foram: a falta de confiança do superior, receber ordens contraditórias e comunicação difícil entre o profissional

e o supervisor. Há diferença dos níveis de estresse entre os profissionais da área de saúde, sendo os enfermeiros como profissionais de mais alto nível de estresse, estando associado às atividades gerenciais e assistenciais que eles desenvolvem como coordenação de equipes, atividades de supervisão, cobranças da administração, além de realizar a atividade assistencial.²

Em outro estudo foi possível observar os fatores estressantes apresentados, pode-se dizer que eles são inerentes a própria natureza do trabalho. Observou-se ainda que os profissionais que estão expostos ao estresse ocupacional se sentem tensos e cansados durante o trabalho, as tarefas são realizadas com menos precisão, adoecem com frequência, podendo ficar ansiosos e depressivos.⁹

De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT), o absenteísmo consiste na prática de um trabalhador não comparecer ao trabalho por um período de um ou mais dias (ou turnos), quando tiver sido atribuído a ele, o dia de trabalho.¹³

Entende-se que algumas atividades podem desencadear ansiedade, insatisfação, estresse, tensão gerando ausências não justificadas ou justificadas por licenças médicas, denominadas absenteísmo. Uma das causas do absenteísmo consiste no estresse ao qual o profissional está sujeito, devido as condições de trabalho que são inerentes a profissão, e ao desgaste físico deste profissional, por muitas vezes ter que realizar várias atividades ao mesmo tempo.¹⁴

Um fator que é inerente ao serviço, mas é causador de estresse nos profissionais é o barulho proveniente dos equipamentos utilizados no setor como: monitores, respiradores, bombas de infusão, oxímetros entre outros equipamentos que possam emitir algum som, como estes alarmes sonoros, normalmente significam algo errado com o paciente. O profissional fica em estado de alerta constante, interferindo até mesmo no sono e descanso do paciente. A falta de material implica na necessidade por uma busca e perda de tempo do profissional que poderia estar prestando assistência, causando então irritação, estresse e cansaço no profissional quando associado aos outros fatores estressantes.¹⁰

Um dos estressores do ambiente são os fatores intrínsecos ao trabalho, ou seja, são fatores que fazem parte de profissão como: turno de trabalho, carga horária, contribuições no pagamento, viagens de transferências, riscos, uso de novas tecnologias e a quantidade de trabalho, levando em consideração que cada profissional irá reagir de modo diferente a cada agente estressor.¹⁵

Em concordância com os autores, adicionaram ainda que a tarefa da enfermagem é considerada fonte de estresse, devido as exigências e as diferentes opiniões que surgem entre os colegas de trabalho, uma vez que estes profissionais enfrentam sobrecarga de tarefas, por se responsabilizar por mais de um setor hospitalar, e devido à complexidade das relações humanas como enfermeiro/cliente, enfermeiro/profissional de saúde, enfermeiro/

familiares e até mesmo enfermeiro/enfermeiro.¹⁶

Categoria 3: Consequências do estresse nos profissionais de saúde

Subcategoria 3 A: Absenteísmo nos serviços de saúde

Como pode ser observado em estudo anterior onde identificou que 92,9% dos casos de absenteísmo que observou foram profissionais do sexo feminino, devido a predominância deste gênero na profissão, observou também que durante o período do estudo a taxa de absenteísmo foi de 73,6%. Foi constatado que os setores que houveram porcentagem significativa de absenteísmo foram o pronto socorro (11,2%) e a clínica médica (9,1%) devido principalmente as atividades realizadas nesses setores e ao desgaste físico e emocional que estão sujeitos. Os profissionais que mais apresentaram atestados foram os técnicos de enfermagem.¹³

Em outro estudo encontrou-se 27% do grupo estudado são homens, enquanto que 73% dos trabalhadores são mulheres, reafirmando as estatísticas de que essa predominância do gênero feminino é característica da profissão enfermagem.¹⁷

Ainda neste estudo constatou-se que as ausências não previstas, somaram 298 ausências, onde a maioria delas (57,05%) está justificada por atestado médico, resultando em 464 dias de afastamento do trabalho no período de um ano. Em relação as faltas não justificadas (32,55%) estas foram somadas aos afastamentos por doença, uma vez que breves indisposições de saúde do trabalhador são automedicadas, não resultando na ida do trabalhador ao médico, com a posterior apresentação do atestado à instituição.¹⁷

Algumas ponderações foram feitas nesta pesquisa que buscou investigar o absenteísmo nas instituições hospitalares, acerca dos motivos que levam aos afastamentos do trabalho por doença: como resultados, relatam as características do trabalho da enfermagem e o estresse decorrente dessa atividade, falta de satisfação no trabalho, recursos humanos, físicos e materiais em qualidade e quantidade, dificuldades de organização do cuidado, desrespeito à legislação profissional da enfermagem e fatores individuais.¹⁷

Como consequência a exposição prolongada, pode aumentar os índices de absenteísmo e violência da instituição, baixa autoestima e desempenho profissional, prejudicando o trabalho que deveria ser realizado.¹

Outro fator estressante que é o não funcionamento da equipe multiprofissional, além de falhas nos serviços do hospital, colocando como exemplo a manutenção que demora muito para resolver o problema do setor, gerando estresse, uma vez que o material enviado a manutenção é necessário no setor.¹⁸

Os sintomas relacionados ao estresse são evidenciados de acordo com a fase em que o indivíduo está vivenciando, influenciando não só na sua vida profissional como também a sua vida fora do trabalho, uma vez que ao chegar ao estado crônico, o profissional não consegue se desligar do serviço.¹⁹⁻²⁰

Subcategoria 3 B: Sintomas resultantes do estresse em cada fase de seu desenvolvimento

Os sintomas do estresse podem se dividir em três fases, sendo elas: fase de alarme, resistência e esgotamento. A primeira fase é a reação de defesa ou alarme tendo como sintomas taquicardia, palidez, fadiga, insônia, falta de apetite.¹

Nesta fase, o organismo se prepara para a reação luta e fuga, este sendo essencial a vida. Sendo assim, esta fase o corpo e mente se preparam para a preservação da própria vida, podendo ter como sintomas dificuldade para dormir, aumento na libido, grande produtividade, podendo virar a noite, sensação de corpo tenso, sudorese, falta de fome ou sono e euforia.²¹

A segunda fase do estresse é chamada de resistência ou adaptativa, ela se inicia quando o organismo tenta uma adaptação, nesta fase as reações são opostas as que surgem na primeira fase e muitos destes sintomas desaparecem dando lugar a sensação de desgaste e cansaço, outros sintomas podem ser o isolamento social, irritabilidade excessiva, diminuição da libido e incapacidade de desligar do trabalho, o sono começa a normalizar bem como a produtividade e criatividade no trabalho e falha na memória.¹⁻²¹

A terceira fase é mais conhecida como de exaustão e esgotamento, nesta fase se o agente estressor for contínuo e o profissional não possuir estratégias para lidar com o estresse, o organismo esgota a sua reserva de energia e a fase se inicia, é quando o profissional começa a apresentar doenças como hipertensão arterial, depressão, ansiedade, problemas sexuais e dermatológicos como vitiligo, urticárias e alergias, podendo ainda causar infarto ou até mesmo morte súbita.¹

Outros sintomas que podem se manifestar nesta fase são a libido que desaparece quase completamente, o profissional dorme pouco e acorda muito cedo e sentindo exaustão, diminui a produção no trabalho, possui dificuldade de se concentrar e tomar decisões, além das doenças como diabetes, úlceras, psoríase, falta de senso de humor, isolamento e até mesmo pensamento suicida. Sendo assim necessário ajuda médica e psicológica para se recuperar.²¹

Resultados parecidos são encontrados ao verificar a sintomatologia relacionada ao estresse, adicionando ainda irritabilidade, sentimento de medo por humilhações, hipertensão arterial, enxaqueca, tensão, desânimo, desmotivação, cansaço emocional e sentimento de impotência.²²

Devido ao desgaste físico e emocional a que estão sujeitos estes profissionais podem apresentar maior disposição para a Síndrome de *Burnout* e a outros sintomas como fadiga, insônia, ansiedade, depressão, obesidade, doenças coronarianas, diabetes, câncer, uso de drogas e distúrbios psicossomáticos. Como consequência destes sintomas, o atendimento de qualidade pode estar comprometido e aumento na insatisfação dos pacientes com a atenção prestada.⁷

Há relação do estresse ocupacional com diversas reações do corpo como alergias, aumento de susceptibilidade às infecções, refluxo, úlceras gástricas, náuseas, diarreia ou constipação, em casos mais graves podem desencadear angina, taquicardia, infarto, agregação plaquetária e risco aumentado de trombose.⁸⁻¹⁸

Tendo em vista a relevância que o estresse tem na vida destes profissionais e o efeito negativo que ele causa, os serviços de saúde devem implementar medidas para minimizar o estresse no ambiente de trabalho, dando apoio aos profissionais, proporcionando melhores condições de vida dentro e fora do ambiente de serviço, conseqüentemente melhorando a qualidade da assistência prestada ao paciente.

As limitações deste estudo estão relacionadas a pouca quantidade de artigos publicados a respeito da temática em questão nos últimos anos, sendo os artigos em sua maioria publicados há mais de cinco anos, fazendo necessária novas publicações.

CONCLUSÃO

Os achados científicos desta pesquisa revelaram que as principais situações que causam estresse nos profissionais de saúde estão diretamente associadas a sobrecarga de trabalho, muitas vezes exaustivas, relacionamento conflituoso com a equipe e os pacientes, recursos humanos e materiais insuficientes, má distribuição das tarefas, com muitos afazeres e em pouco tempo, e até o despreparo emocional diante a morte do paciente bem como a má capacitação da equipe.

Portanto, tal pesquisa apresenta que os artigos pesquisados e utilizados como base deste estudo identificam os principais fatores estruturais e/ou relacionados ao estresse, nos profissionais da saúde, bem como os fatores intrínsecos causadores do estresse nesses profissionais, evidenciando há uma diferenciação de causas, especialmente na equipe de enfermagem, esses profissionais apresentam maiores índices de estresse, justificados pelos fatores multicausais. E, como conseqüências principais resultantes desse estresse apresentam-se, altos índices de absenteísmo e o estresse ocupacional, comumente presente nos setores de saúde.

Conclui-se que o estresse ocupacional é prejudicial aos profissionais da área de saúde, sendo evidenciado por diferentes sintomas e de acordo como cada indivíduo lida com as situações adversas, levando em consideração que o fator que gera estresse em uma pessoa, não irá precisamente gerar estresse em outra. Apesar da relevância dessa temática, percebe-se uma limitação nas pesquisas bem como na adoção de práticas assertivas que envolva a prevenção e/ou tratamento de tais sofrimentos aos profissionais da saúde.

Como medidas de prevenção ou como maneiras de minimizar o estresse no ambiente de trabalho a instituição pode implementar, em sua grade, palestras

educativas, melhores condições de trabalho, melhora nas relações de chefia e subordinados além de rodízio nas escalas de trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Ratochinski CMW, Powlowytsch PWM, Grzelczak MT, Souza WC, Mascarenhas LPG. O estresse em profissionais de enfermagem: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 2016; 20(4):341-46. [citado em 2018 dez 18] Disponível em: <http://www.periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/23891/16084>
2. Santos NAR, Santos J, Silva, VR, Passos JP. Estresse ocupacional na assistência de cuidados paliativos em oncologia. *Cogitare Enfermagem*. 2017, 22(4):1-10. [citado em 2018 dez 18] Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/50686/pdf>
3. Almeida LA, Medeiros IDS, Barros AG, Martins CCF, Santos VEP. Fatores geradores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*. 2016; 8(3):4623-8. [citado em 2018 dez 20] Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3469>
4. Fernandes LS, Nitsche MJT, Godoy, I. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*. 2017; 9(2): 551-7. [citado em 2018 dez 21] Disponível em: <http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4199>
5. Lemes AG, Sena AFJ, Nascimento VF, ROCHA EM. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar. *Journal of Nursing and Health*. 2015; 5(1):27-37. [citado em 2019 jan 15] Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/5089>
6. Jacques JPB, Ribeiro RP, Martins JT, Rizzi DS, Schmidt DRC. Geradores de estresse para os trabalhadores de enfermagem de centro cirúrgico. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*. 2015, 36(1Supl):25-32. [citado em 2019 jan 15] Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/18197>
7. Leonelli LB, Andreoni S, Martins P, Kozasa EH, Salvo VLD, Sopezki D, Demarzo MMP. Estresse percebido em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2017; 20(2):286-98. [citado em 2019 jan 16] Disponível em: https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1415-790X2017000400286&script=sci_arttext&lng=en

8. Oliveira RJ, Cunha T. Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. *Caderno de Saúde e Desenvolvimento*. 2014, 3(2):78-93. [citado em 2019 jan 16] Disponível em: <https://www.uninter.com/revistasaude/index.php/cadernosaudedesenvolvimento/article/view/302>
9. Andrade MCM, Siqueira Junior AC. Estresse ocupacional no Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. *Revista Mineira de Enfermagem*. 2014, 18(2):376-83. [citado em 2019 jan 16] Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/934>
10. Coronetti A, Nascimento ERPD, Barra DCC, Martins JDJ. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. *Arquivos Catarinenses de Medicina*. 2006, 35(4):36-43. [citado em 2019 jan 16] Disponível em: <http://www.acm.org.br/acm/revista/pdf/artigos/394.pdf>
11. Camelo SHH, Angerami ELS. Riscos psicossociais no trabalho podem levar ao estresse: uma análise da literatura. *Revista Ciência, Cuidado e Saúde*. 2008; 7(2):232-40. [citado em 2019 jan 16] Disponível em: https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/44807208/5010-14770-1-PB.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1551203984&Signature=j%2FQYkJAusutbej4EK0wj8X6k06c%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DRiscos_psicossociais_no_trabalho_que_pod.pdf
12. Calderero ARL, Miaso AI, Corradi-Webster CM. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de pronto atendimento. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. 2008; 10(1):51-61. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: <http://ww.fen.ufg.br/revista/v10/n1/pdf/v10n1a05.pdf>
13. Marques DDO, Pereira MS, Souza ACS, Vila VDSC, Almeida CCODF, Oliveira ECD. O absenteísmo: doença da equipe de enfermagem de um hospital universitário. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2015; 68(5):876-882. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v68n5/0034-7167-reben-68-05-0876.pdf>
14. Umann J, Guido LDA, Leal KP, Freitas EDO. Absenteísmo na equipe de enfermagem no contexto hospitalar. *Revista Ciência, Cuidado e Saúde*. 2011; 10(1):191-196. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: <http://educem.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/viewFile/11867/pdf>
15. Stacciarini JMR, Troccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2001, 9(2):17-25. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510>
16. Montanholi LL, Tavares DMS, Oliveira GR. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2006, 59(5):661-5. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672006000500011&lng=pt&lng=pt
17. Becker SG, Oliveira MLC. Estudo do absenteísmo dos profissionais de enfermagem de um centro psiquiátrico em Manaus, Brasil. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2008; 1(16):109-14. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692008000100017&lng=en&lng=en
18. Barreto BMF, Valente GSC, Silva RP, Camacho ACLF, Oliveira BGRB. A interferência do estresse no trabalhador de enfermagem no ambiente hospitalar e sua relação como fator de risco para a ocorrência de câncer. *Revista Fundamental Care Online*. 2016, 8(2):4154-67. [citado em 2019 jan 17] Disponível em: <http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3715>
19. Rodrigues CCFM, Santos VEP. O corpo fala: aspectos físicos e psicológicos do estresse em profissionais de enfermagem. *Revista Fundamental Care Online*. 2016; 8(1):3587-96. [citado em 2019 jan 19] Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2849>
20. Bezerra JL, Lucca SR. Fatores psicossociais de estresse no trabalho de agentes comunitários de saúde do município de Parnaíba, Piauí. *Revista Baiana de Saúde Pública*. 2016; 40(1):169-89. [citado em 2019 jan 19] Disponível em: <http://rbps.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/1878>
21. Lipp MEN, Malagris LEN. O estresse emocional e seu tratamento. In: RANGE, B. *Psicoterapias cognitivo-comportamentais: Um diálogo com a psiquiatria* (2. ed.) Porto Alegre: Artes Médicas; 2001. p. 475-490.
22. Ferreira DKS, Medeiros SM, Carvalho IM. Sofrimento psíquico no trabalhador de enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista Fundamental Care Online*. 2017; 9(1):553-55. [citado em 2019 jan 19] Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3912>