
A exaustão do profissional de enfermagem relacionado às condições de trabalho

SIRLEI MACHADO FERREIRA(G-UNINGÁ)¹
EDNÉIA ALVES DO NASCIMENTO RODRIGUES(G-UNINGÁ)¹
ADRIANO MAIA DA SILVA(G-UNINGÁ)¹
ANGELA SERRA DE OLIVEIRA(G-UNINGÁ)¹
ADILSON CORREIA DA SILVA(UNINGÁ)²

RESUMO: Fatores como estresse, riscos ocupacionais, dupla jornada de trabalho, baixa remuneração, desgaste físico e frustração profissional ocasionam uma exaustão emocional, nos profissionais de enfermagem prejudicando sua saúde, qualidade de vida e a qualidade da assistência prestada a seus pacientes. O objetivo do trabalho foi de descrever através de referencial bibliográfico os fatores predisponentes que levam a enfermagem à exaustão profissional relacionado as condições de trabalho. O presente trabalho é um estudo descritivo baseado em levantamento bibliográfico, utilizando-se de artigos científicos, livros e pesquisa na internet. Concluímos que estes mesmos fatores prejudicam a qualidade da assistência de enfermagem prestada ao paciente, refletindo na vida pessoal e familiar dos profissionais de enfermagem.

Palavras-chave: Profissional de Enfermagem. Exaustão. Condições de Trabalho.

ABSTRACT: Factors as it stress, occupational risks, pair hours of working, low remuneration, physical consuming and professional frustration cause an emotional exhaustion, in the nursing professionals harming its health, quality of life and the quality of the given assistance its patients. The objective of the work was to describe through bibliographical referencial the predisponent factors that take the nursing

¹ Acadêmicos do Curso de Enfermagem, Faculdade Ingá – UNINGÁ

² Professor Mestre Faculdade Ingá – UNINGÁ

to the professional exhaustion related the work conditions. The present work is a based descriptive study in bibliographical survey, using itself of scientific articles, books and research in the Internet. We conclude that these same factors harm the quality of the assistance of nursing given to the patient, reflecting in the personal and familiar life of the nursing professionals.

Key words: Professional of nursing. Exhaustion. conditions of work.

INTRODUÇÃO

É comum notar o estresse no profissional que atua como enfermeiro, e este ocasiona insatisfação na atividade profissional, refletindo em seu ambiente de trabalho, na sua saúde, bem como em sua vida pessoal. E fatores como condições de trabalho, dupla jornada de trabalho, baixa remuneração, refletem na qualidade de vida destes profissionais gerando causas de grande estresse e ocasionando uma exaustão emocional, comprometendo o trabalho do enfermeiro que tem como objetivo a prestação de cuidados ao paciente.

Atualmente a qualidade de vida para os trabalhadores em enfermagem está cada vez mais prejudicada em decorrência de muitas mudanças na sociedade, gerando stress emocional, causando nos trabalhadores da saúde graves problemas como: depressão, dificuldade para dormir e diminuição da auto-estima. O stress está diretamente relacionado com ambiente hospitalar, falta de autonomia, além das duplas jornadas de serviço que o trabalhador enfrenta para manter uma condição financeira melhor.

Diante desses fatores buscamos descrever através de referencial bibliográfico fatores predisponentes que leva a enfermagem à exaustão profissional relacionados a condições de trabalho.

PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS

Este estudo é uma revisão bibliográfica que é entendida como uma revisão da literatura existente e selecionada do acervo de teorias, como de estudos e pesquisas realizados a respeito do tema em particular, com pesquisas em bibliotecas, artigos publicados na rede internet - on line, incluindo artigos por revisão bibliográfica no período de 1985 à 2006.

O estudo considerou os aspectos éticos do que diz respeito as corretas citações dos autores consultados e também a não realização de

plágio. Fatores estes que incluem o processo de cuidar, condições de trabalho, riscos ocupacionais, dupla jornada de trabalho, o estresse na enfermagem, qualidade de vida no trabalho e o trabalhador de enfermagem, exaustão emocional.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Para Kurcgant (2005), a enfermagem, enquanto prática social que se insere no mundo do trabalho e na atenção à saúde é marcada por determinações históricas, sociais, econômicas e políticas. A autora explica ainda, que a enfermagem moderna surgiu na Inglaterra com Florence Nighingale, na segunda metade do século XIX, quando se institucionalizava como área específica de trabalho. O processo de trabalho de enfermagem particulariza-se em uma rede ou subprocessos que são denominados cuidar ou assistir, administrar ou gerenciar, pesquisar e ensinar, podendo ou não coexistir em determinado momento e instituição. Nesses diferentes processos os agentes, ou seja, os trabalhadores de enfermagem inserem-se de forma heterogênea, hierarquizada, expressando a divisão técnica e social do trabalho.

A enfermagem compreende um componente próprio de conhecimentos científicos e técnicos, construído e reproduzido por um conjunto de práticas sociais, éticas e políticas que se processa pelo ensino, pesquisa e assistência. Realiza-se na prestação de serviço ao ser humano, no seu contexto e circunstancia de vida (PRODEN, 1995).

Para Lopes; Cruz (2001), atualmente os hospitais funcionam com um alto nível de eficiência e qualidade, com suprimento de material, boa formação de pessoal médico e de enfermagem, por estarem organizados em departamentos especializados e as pessoas que neles trabalham formarem equipes com objetivos comuns: proporcionar cuidados ao paciente, buscar a recuperação ou melhora do paciente, oferecer segurança e bem estar ao paciente.

Segundo Waldow (1998), o processo de cuidar é aqui definido como o desenvolvimento de ações, atitudes e comportamentos com base em conhecimento científico, experiência, intuição e pensamento crítico, realizadas para e com o paciente/cliente ser cuidado no sentido de promover, manter e/ou recuperar sua dignidade e totalidade humanas. Essa dignidade e totalidade englobam o sentido de integralidade e a plenitude física, social, emocional, espiritual e intelectual nas fases do

viver e do morrer e constitui, em última análise um processo de transformação de ambos, cuidadores e ser cuidados.

Conforme Thora et al. (1994), observaram que a enfermeira tem que se comprometer a prestar um atendimento abrangente aos pacientes. O foco da enfermagem é centrado nos pacientes e promove a continuidade do planejamento, prestação e avaliação do atendimento. Devendo assim ter conhecimentos, técnicas e habilidades para prestar um atendimento direto aos pacientes.

Para Nakamura (2005), o profissional enfermeiro presta contribuição para uma equipe multiprofissional, a ser um elo forte entre os pacientes, a família e a comunidade. Porém este vive uma realidade onde existem problemas e desafios, exigindo um reposicionamento no contexto social.

CONDIÇÕES DE TRABALHO

Segundo Silva (1994), o conceito de condições de trabalho está relacionado ao trabalho. O mesmo autor diz que o trabalho precisa ter flexibilidade, ser um espaço de liberdade para atender as necessidades profissionais.

Marziale (online, 2001), descreve que atualmente, as condições de trabalho da enfermagem em áreas de saúde tem sido consideradas inadequadas devido a vários fatores. Os desgastes físicos, emocionais e a baixa remuneração são fatores que acabam interferindo e associando nas condições de trabalho. Isto reflete negativamente na qualidade da assistência prestada, levando as frustrações de profissionais, pois a falta de pessoal, a insatisfação pelo trabalho e o desgaste emocional acabam piorando a qualidade dos cuidados prestados pela enfermagem. O trabalho de enfermagem tem como objetivo principal o cuidado, portanto é necessário que esta situação melhore e para isto temos que ter condições para que este trabalho seja executado com qualidade.

RISCOS OCUPACIONAIS

Kurcgant (2005) explica que a carga biológica ocorre pelo contato com pacientes portadores de doenças infecciosas, infecto-contagiosa ou parasitárias e/ou com suas secreções. A carga física é proveniente dos ruídos de ar-condicionado, sons dos instrumentos de trabalho e outros serviços de reformas nas estruturas físicas em geral dentro da instituição. A carga química decorre perante a exposição dos trabalhadores as

substâncias químicas, medicamentosas, anti-sépticas, desinfetantes, esterilizantes e outras. A carga mecânica provém da manipulação de materiais perfuro-cortantes, quedas, agressões, apreensão de dedos e mãos. A carga fisiológica decorre devido à manipulação de peso excessivo, trabalho em posição ortostática, posicionamento inadequado e incomodo trabalho noturno e rodízio de turnos que interferem no funcionamento o organismo. E a carga psíquica resulta devido à atenção constante do trabalhador; da supervisão, do ritmo acelerado do trabalho, da agressão psíquica, de fadigas, tensão, estresse, normas da instituição que podem gerar insatisfação levando este profissional à exaustão emocional ao consumo de álcool e drogas.

CARACTERÍSTICAS GERAIS DA DUPLA JORNADA DE TRABALHO EM ENFERMAGEM

Para Pafaro; Martino (online, 2004) a dupla jornada de trabalho faz-se necessária aos trabalhadores de enfermagem devido à situação econômica da área da saúde, aos baixos salários insuficientes para o sustento da família, o que os leva a procurar novas fontes de renda. Na realidade, necessitam enfrentar dupla atividade, o que pode interferir em alguns aspectos referentes à qualidade de vida do trabalhador. O mesmo autor explica que o trabalho em turnos é uma característica do exercício da enfermagem, sendo obrigatório uma vez que a assistência é prestada durante as 24 horas do dia. Essa condição obriga que a assistência ocorra à noite, nos finais de semana, nos feriados.

Segundo Feix, et al (1998), as mudanças de turno, implicam nos ritmos biológicos, que causam insônia, sensação de cansaço físico e mental que ocorrem pela mudança súbita de vigília e repouso que não são considerados pela instituição.

Na opinião de Bauk (1985), o excesso de atividades leva ao profissional a incerteza de realizar o excessivo número de tarefas que lhe é imposta, a rotatividade no horário, não permite ter vida própria, o intenso rodízio que não permitem ver a continuidade do trabalho, que leva ao desgaste emocional.

O STRESS NA ENFERMAGEM

A palavra stress, derivada do latim, foi utilizada pela primeira vez no sentido psicológico no século XVIII. Porém, foi inicialmente usada na

área da saúde por Hans Selye, na época de estudante de medicina, em 1926, ao perceber que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e apresentavam algumas queixas comuns como: fadiga, hipertensão, desânimo e falta de apetite. Em 1936, já então endocrinologista introduziu o termo stress para designar uma síndrome produzida por vários agentes nocivos (LIMA, 2000).

A palavra stress primeiramente utilizada na física indica o desgaste sofrido por materiais expostos a pressões ou forças (NAKAMURA, 2005).

Atualmente o stress significa pressão, insistência e estar estressado significa estar sob pressão ou estar sob ação de um determinado estímulo insistente. Tem sido considerado como um dos problemas que mais frequentemente age sobre o ser humano intervindo na homeostase de seu organismo devido à grande quantidade de tensões que enfrenta diariamente (MARZIALE, online, 2001).

BIANCHI (2001) conta que Selye em 1950, publicou o tratado “stress” com mais de 5.500 artigos originais. Descreveu a síndrome geral da adaptação constituída por três fases: reação de alarme, resistência e exaustão. A fase do alarme ocorre imediatamente após o contato com o estressor e pode ser consciente ou não. É uma mobilização química como uma reação comum do corpo que necessita atender às exigências.

E em 1956, relatou como uma reação inespecífica do corpo a qualquer exigência que lhe seja feita. Esse mecanismo é básico para defender o organismo dos ataques tanto de desafio como ameaça à integridade. Após um curto espaço de tempo, a reação de alarme cessa e segue a fase de resistência. É o estágio em que o corpo “batalha” para a sobrevivência e a adaptação. Ainda explica, se o estressor persistir e o corpo não conseguir o equilíbrio, entra no estágio de exaustão, em que a adaptação não ocorre e podem surgir doenças e até a morte. Selye também descreveu a síndrome de adaptação local (SAL), em que participam os órgãos estimulados pelo sistema nervoso central. O mecanismo de ação das catecolaminas e dos corticosteróides é basicamente voltado para o coração e os pulmões, para oferecer o suporte de sangue e de oxigênio nos músculos e cérebro, para o preparo, para ação de ir a luta ou para a fuga. No estômago e intestinos, a menor demanda em crise no equilíbrio iônico, para dar a quantidade de energia extra a ser mobilizada pelo organismo.

Para muitos autores, o trabalho de Selye é a evidência do stress biológico, uma reação entre causa e efeito, promovendo uma reação

simbiótica entre estímulo e resposta. Para reforçar esse modelo, preconiza-se que, na presença do estressor, a resposta bioquímica é a mesma, independente da natureza do estressor. Essa situação pode levar a pessoa a sentir medo, para outra raiva e outra ainda a excitação.

CAUSAS DO STRESS

A profissão de enfermagem predispõe seus membros ao stress, porque as (os) enfermeiras (os) têm que lidar com situações de vida e morte, e sente freqüentemente a frustração de decidir o que pode e o que não pode ser eliminado do atendimento aos pacientes, devido à falta de tempo. Muitas vezes tarefas delegadas por outras pessoas (por exemplo: administrar medicações e tratamentos), demandam prioridades e deixam pouco ou nenhum tempo para a enfermeira determinar as necessidades de enfermagem aos pacientes. Uma das causas comuns de stress é a ansiedade produzida por alterações nos horários, condições e responsabilidade de trabalho, outras causas podem ser problemas pessoais, familiares ou econômicos (THORA et al. 1994). Para a mesma autora a preocupação é uma outra causa do stress, as pessoas se preocupam com coisas que aconteceram ou provavelmente nem vão acontecer. A preocupação não pode mudar o que ocorreu ontem, nem vai mudar o que vai ocorrer amanhã ou na próxima semana, mas pode destruir a nossa capacidade de lidar com o stress.

Bianchi (1996) sugere que os enfermeiros vivem um intenso conflito entre o que elas acham que deveria ser feito e o que elas são solicitadas a fazer pelos médicos ou a instituição empregadora. A enfermeira tem dificuldade em lidar com os problemas morais e éticos, estes não aprenderam os métodos necessários para analisar e resolver esses problemas.

Uma outra fonte de stress é o choque cultural, em que se desenvolve um estado de ansiedade, devido à perda das circunstâncias ambientais e dos valores sociais e familiares, isto pode ocorrer a um individuo ao entrar para uma escola de enfermagem ou para o novo mundo das responsabilidades de enfermagem, no qual surgem conflitos entre as expectativas referentes ao papel e a realidade da prática corrente. A frustração pode também ser causada pela atitude de “é assim que isto sempre foi feito aqui” de outros enfermeiros (WALDOW, 1998).

Segundo Kurcgant (2005) atualmente as organizações constituem-se em verdadeiras arenas para o surgimento de conflitos individuais ou

grupais, pois os trabalhadores disputam recursos limitados, lutam por reconhecimento e progresso na carreira e outras formas de recompensa que possam ser proporcionadas pelas empresas. Considerando, ainda, que a experiência de frustração de uma ou de ambas as partes, diante da impossibilidade de atingir metas; que à parte frustrada interputa a situação; projetando suas conseqüências, passando a comportar-se à luz da situação imaginada.

Fatores como a mudança de carga horária ou nas condições de trabalho, problemas com encarregados; mudanças de responsabilidade ou do tipo de trabalho, aposentadoria e demissão podem desencadear reações que enquanto alguns tentam mudar de emprego ou de ambiente de trabalho, outros procuram reprimir o stress, porém descobrem mais tarde que ele se manifestou em outros campos da vida, principalmente na vida familiar. Alguns até mesmo sofrem emocionalmente, entregando-se ao desespero e depressão.

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E O TRABALHADOR DE ENFERMAGEM

Para Kurcgant (2005) a qualidade de vida refere-se tanto ao momento de vida dos indivíduos em sociedade, e os momentos de trabalho. O trabalho é um momento significativo e imprescindível para qualidade de vida, é necessário que o trabalhador sinta-se importante, produtivo, contribuindo para o mercado de trabalho e também usufrua seus benefícios em termos materiais e realizado seus desejos. Qualidade de vida muitas vezes fica definida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vivem e em relações aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Acrescenta-se que a qualidade de vida é a condição da existência do ser humano, referida aos modos de viver em sociedade, dentro dos limites que são colocados em cada momento histórico para se viver o cotidiano. Nesse aspecto a qualidade de vida esta interligada com a qualidade de saúde, possibilidades, limitações, no sentido de satisfazer as necessidades como de moradia, educação, alimentação, trabalho, lazer, relações sociais, enfim que abrangem e favorecem a conquista da cidadania.

A mesma autora explica que, o conceito de qualidade de vida é vinculado ao subjetivo dinâmico que se modifica com nosso processo de viver, uma vez que a satisfação com a vida, sensação de bem-estar podem

muitas vezes, ser sentimentos momentâneos. O trabalho vem sofrendo transformações importantes na atualidade com o impacto das políticas, como uma forma capitalista avançada. Nessa realidade estão presentes redução da força de trabalho, desemprego, competitividade, dentre outras. Essas transformações no mundo do trabalho têm trazido à tona as discussões, cada vez mais atuais a respeito da qualidade de vida do trabalhador. Atualmente a qualidade de vida para os trabalhadores em enfermagem esta cada vez mais prejudicada em decorrência de muitas mudanças na sociedade, gerando stress emocional, causando nos trabalhadores da saúde graves problemas como: depressão, dificuldade para dormir, diminuição da auto-estima.

Assim a autora conclui que entre outras causas, o stress esta diretamente relacionado com a rotatividade do pessoal no serviço, a não familiarização com as rotinas de trabalho, além das duplas jornadas de serviço que o trabalhador enfrenta para manter uma condição financeira melhor gerando uma exaustão emocional.

EXAUSTÃO EMOCIONAL

Para Stacciarini; Troccoli (2001), a exaustão emocional, é considerada como fator central da Síndrome de Boumout (S. B). Esta síndrome é definida como sendo esgotamentos físicos e profissionais, ocasionados por diversos fatores estressantes no ambiente de serviço, tensões emocionais crônicas, atitudes negativas, levando-os a diminuição da produtividade, desgaste em suas atitudes e perda do comprometimento chegando a refletir no ambiente de trabalho. Segundo estes autores, os indivíduos estão mais propensos ao absenteísmo ou ao abandono do emprego. Relaciona os fatores que trabalhadores enfrentam no seu ambiente que podem levar a exaustão emocional, como: imposição humilhante e constrangedoras repetidas e prolongadas durante a jornada de trabalho e no exercício de sua função, sendo definido como assédio moral no trabalho.

De acordo Thora et al. (1994), no ambiente de trabalho podemos entrar em conflito com assuntos pessoais, ou do próprio meio ambiente do dia a dia, sendo considerado como micro estressores podendo por fim se tornar uma grande fonte de estresse.

A exaustão emocional é considerada a primeira etapa e o fator central da Síndrome de Boumout, sendo a resposta aos fatores de stress emocional e crônica, sendo o desgaste físico emocional umas das causas

comprometedoras da saúde do trabalhador e da qualidade de vida no trabalho e funcionamento da organização (STACCIARINI; TROCCOLI, 2001).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluindo o presente trabalho podemos notar que inúmeros fatores interferem para que ocorra a exaustão no trabalhador da enfermagem. Os desgastes físicos, emocionais, baixa remuneração, dupla jornada de trabalho, riscos ocupacionais diversos, o próprio ambiente hospitalar que é considerado estressor, falta de relacionamento profissional e falta de autonomia estão associados às condições de trabalho, gerando fortes emoções e a insatisfação pelo trabalho interferindo na qualidade dos cuidados de enfermagem prestados ao paciente, bem como refletindo na vida pessoal e familiar do profissional.

REFERÊNCIAS

BAUK, D. A. Stress. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 13, n. 50, p. 28-36, 1985.

BIANCHI, E. R. F. **Conceito de stress entre enfermeiros.** In: CONGRESSOS BRASILEIROS DE ENFERMAGEM, 48. São Paulo, 1996.

BIANCHI, E. R. F. Conceito do stress: evolução histórica. ed. bras. *Revista Nursing*, n. 39, 2001. p. 16-17.

FEIX, M. A. F. et al. Reflexões acerca do estresse ocupacional. In: *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 19, n. 1, p. 11-14, 1998.

KURCGANT, P. et al. **Gerenciamento em enfermagem.** 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

LIMA, E. D. R. P. Estresse ocupacional. *Revista Nursing*, p. 22-34, 2000.

LOPEZ, M. A; CRUZ, M. J. R. **Centro cirúrgico:** guia prático de enfermagem. Rio de Janeiro: Mcgraw Hill, 2001.

MARZIALE, M. H. P. Enfermeiros apontam as inadequadas condições de trabalho como responsáveis pela deterioração da qualidade da assistência de enfermagem. *Rev Latino Am. Enfermagem*, v. 9, n. 3, maio, 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n3/11491.pdf>>. Acesso em: 03 Nov. 2006.

NAKAMURA, E. K. K. A enfermagem e o cuidado para com os idosos. In: *Revista Coren + PR: órgão de divulgação do conselho de enfermagem do Paraná*, n. 3, segundo semestre de 2005. p. 5.

PAFARO, R. C; MARTINO, M. M. F. de. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev. Esc. Enfermagem USP*, v. 38, n. 2, p. 152-160, 2004. Disponível em: <<http://www.ee.usp.br/reusp/upload/pdf/106.pdf>>. Acesso em: 03 Nov. 2006.

PRODEN. **Guia curricular para formação de auxiliar de enfermagem.** Área hospitalar. Área curricular II e IV. UFMG, Belo Horizonte, 1995.

SILVA, E. S. **Desgaste mental no trabalho.** Rio de Janeiro: UFRJ, 1994.

STACCIARINI, J. M. R; TRÓCCOLI, B. T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev. Latino Am. Enfermagem*, v. 9, n. 2, Ribeirão Preto, Mar./Abr. 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510.pdf>>. Acesso em: 03 Nov. 2006.

THORA, B. S. N. K. et al. **Administração dos cuidados de enfermagem ao paciente:** colocando em ação as habilidades de liderança. 6. ed. Rio de Janeiro: Interlivros, 1994.

WALDOW, V. R. **Cuidado humano:** o resgate necessário. Porto Alegre: Sagra Luzzatto, 1998.

