



## ESTRESSE OCUPACIONAL EM TRABALHADORES DA SAÚDE: FATORES DE RISCO E AGRAVOS GERADOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

Carlos Alexandre de Carvalho Costa<sup>1</sup>  
Virginia Leyla Santos Costa<sup>2</sup>

**Resumo:** O estresse no ambiente de trabalho é gerado pela inserção do trabalhador num contexto adverso, uma vez que o trabalho deveria ser fonte de satisfação, crescimento, realização pessoal. Entretanto, pode também trazer insatisfação, desinteresse e frustração de acordo com a maneira que o processo de trabalho está sendo desenvolvido, ou seja, mediante a sua idealização profissional, parte financeira e/ou realização profissional. O presente estudo tem como objetivo analisar através da literatura os principais fatores de risco e agravos relacionados ao ambiente de trabalho que possam gerar estresse ocupacional em trabalhadores da saúde. Trata-se de um artigo do tipo revisão de literatura, realizadas nas bases de dados da SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), revistas científicas, dissertações e teses. Foram utilizados os seguintes descritores a partir do DECs: Estresse, condições de trabalho, saúde, desgaste físico, estresse ocupacional. Como critério de inclusão, selecionou-se artigos publicados no período de 2000 a 2016. Ao final, o material levantado e selecionado foram 07 artigos da SCIELO, 03 dissertações, 02 teses e 03 revistas eletrônicas. Além destes, livros foram utilizados a fim de fomentar melhor as discussões acerca da temática. Para discutir o tema, identificou-se quatro pontos importantes a ser considerados: O processo fisiopatológico do estresse, Agentes causais e principais agravos relacionados ao estresse ocupacional, O estresse ocupacional e algumas medidas de prevenção. O estresse de forma geral tem presença significativa na vida dos profissionais de saúde e no desempenho da sua função, com consequências graves para o profissional e para pacientes assistidos. Portanto, sugere-se novos estudos acerca da temática pois publicações sobre os fatores de risco e agravos gerados pelo estresse ocupacional ainda são incipientes, fortalecendo assim o conhecimento e instituição de novas práticas visando a redução destes no ambiente de trabalho melhorando a assistência prestada e a qualidade de vida desse profissional.

**Palavras-Chave:** Estresse. Condições de Trabalho. Saúde. Desgaste Físico. Estresse Ocupacional.

<sup>1</sup> Graduando do curso de Fisioterapia do Instituto de Educação Superior Raimundo Sá - IESRSÁ, ale.inexplicavel@hotmail.com.

<sup>2</sup> Doutoranda em Farmacologia pela UFC, Mestre em Farmacologia pela UFC, Graduada em enfermagem pela FACID, docente do IESRSA e UFPI, leylasantos3@hotmail.com.

## 1 INTRODUÇÃO

O estresse no ambiente de trabalho por profissionais da saúde pode ser entendido como uma medida de reação do nosso corpo em decorrência de diversos fatores estressantes e corriqueiros envolvidos no setor de trabalho de uma determinada profissão.

Segundo Batista e Bianchi (2006), o estresse no ambiente de trabalho é gerado pela inserção do trabalhador num contexto adverso, uma vez que o trabalho deveria ser fonte de satisfação, crescimento, realização pessoal. Entretanto, pode também trazer insatisfação, desinteresse e frustração de acordo com a maneira que o processo de trabalho está sendo desenvolvido, ou seja, mediante a sua idealização profissional, parte financeira e/ou realização profissional.

Estudos relatam que, profissionais de saúde estão suscetíveis a desencadear o estresse ocupacional por estar expostos a grandes cargas de pressão no ambiente de trabalho. Em decorrência dessas constantes, os pesquisadores procuram estudar as causas desse estresse e os efeitos negativos que esse problema pode trazer para a saúde física e mental do trabalhador, bem como o comprometimento da qualidade do serviço prestado por estes os quais podem afetar diretamente os usuários dos serviços (GOMES, CRUZ e CABANELAS; 2009).

Os efeitos negativos relacionados ao estresse diferem dependendo do ambiente de trabalho, sendo, portanto analisado em função da profissão exercida. Verificou-se que existem razões especiais para considerar os profissionais da saúde como um grupo particularmente afetado pelo estresse em sua maioria atribuída a funções com bastante exigência (ROQUE et al; 2015).

De acordo com Grazziano (2008), o stress quando é relacionado ao trabalho pode levar ao desenvolvimento de várias doenças que trazem complicações aos profissionais, como a hipertensão arterial, doença coronariana, além de distúrbios emocionais e psicológicos, como a ansiedade, depressão, baixa autoestima entre outras, repercutindo diretamente no desempenho da organização ou empresa e podendo estes afetar os usuários dos serviços e demais colegas de profissão.

Segundo Santos et al. (2011, p. 182), os profissionais da área de saúde, incluindo médicos, tem diminuído a capacidade de produção, realizando atividades

com menor precisão e menos atenção, aumentando o absenteísmo, adoecido com maior frequência trabalhado de forma tensa e cansativa. E na sua maioria se encontram estão ansiosos e depressivos, com atenção dispersa, desmotivados e além de tudo com baixa realização pessoal devido ao alto grau de estresse em suas atividades.

A temática proposta é de extrema relevância pelo impacto e repercussão do estresse ocupacional tanto no ambiente individual como organizacional que acomoda esses profissionais da saúde, uma vez que é imprescindível que o profissional esteja em boas condições físicas e emocionais para que possa desempenhar um serviço de qualidade aos usuários. No entanto, observa-se que estresse ocupacional caracteriza-se como um entrave a ser desvelado repercutindo na assistência prestada pelos mesmos.

O presente estudo tem como objetivo analisar através da literatura os principais fatores de risco e agravos relacionados ao ambiente de trabalho que possam gerar estresse ocupacional em trabalhadores da saúde.

## **2 DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 Metodologia**

Trata-se de um artigo do tipo revisão de literatura envolvendo os principais fatores de risco e agravos em decorrência do estresse ocupacional nos profissionais de saúde. Após definição da temática, realizou-se consulta eletrônica nas bases de dados da biblioteca virtual SciELO Brasil (*Scientific Electronic Library Online*), revistas científicas, dissertações e teses. Foram utilizados os seguintes descritores a partir do DECS: Estresse. Condições de Trabalho. Saúde. Desgaste Físico. Estresse Ocupacional.

Como critério de inclusão para seleção dos artigos determinou-se aqueles que abordavam o estresse ocupacional em trabalhadores da saúde publicados no período de 2000 a 2016.

Na base de dados SCIELO, com o descritor estresse foram encontrados 338 artigos, com o descritor condições de trabalho 24 artigos, com o descritor saúde 356, com o descritor desgaste físico 27 e com o descritor estresse ocupacional 34. No cruzamento dos descritores nessa base de dados foram encontrados zero artigos,

sendo, portanto a leitura rápida dos títulos à forma de seleção dos mesmos. Ao final, o material levantado e selecionado foram 07 artigos da SCIELO, 03 dissertações, 02 teses e 03 revistas eletrônicas. Além destes, livros foram utilizados a fim de fomentar melhor as discussões acerca do tema.

A análise preliminar do material foi feita por meio de leitura exploratória do tema que tinha relatividade com o tema proposto, selecionando assim o material que realmente se enquadrava nos objetivos deste estudo, excluindo aqueles que não se encontravam dentro dos critérios adotados e outros idiomas. Em seguida foi realizada uma leitura minuciosa do material pré-selecionado, buscando informações relevantes para a discussão da temática em questão para evidenciar e aprimorar a temática abordada.

## 2.2 Resultados e Discussão

Para discutir o tema, identificou-se quatro pontos importantes a ser considerados: O processo fisiopatológico do estresse, Agentes causais e principais agravos relacionados ao estresse ocupacional, O estresse ocupacional e algumas medidas de prevenção.

### 2.2.1 O Processo Fisiopatológico do Estresse

Ao falarmos em estresse, podemos levar em consideração que essa denominação não é nova e foi descrita pela primeira vez em 1936 por Hans Selye, porém, nos dias atuais é um termo bastante utilizado e comum aos profissionais de saúde em virtude a múltiplos fatores (NEGELINSK e LAUTERT; 2011).

De acordo com Silva e Melo (2006), o estresse já é considerado pela legislação previdenciária brasileira desde 1999 como doença ocupacional (lei n. 3048 de 06/05/1999). Devido à demanda de profissionais acometidos, esse fato pode vir a tornar-se um grave problema de saúde pública, evidenciando tanto uma problemática no meio profissional como em âmbito direcionado aos seus usuários.

A avaliação de como um respectivo organismo responde às demandas do ambiente externo, sendo o estresse produzido em situações em que as demandas excedem as capacidades individuais de responder a esses estímulos podemos ter como caracterização a Teoria do Estresse. Essa avaliação do papel das demandas

ou determinados estímulos ambientais nas respostas de estresse tem dominado largamente as investigações em estresse ocupacional (CAMELO E ANGERAMI, 2007, p. 503).

De acordo com Lentine, Sonoda e Biazin (2003, p.103), os mesmos conceituam o estresse como “a resposta fisiológica, psicológica e comportamental de um determinado indivíduo, visando adaptação a mudanças ou situações novas, geradas por pressões externas ou internas”.

### 2.2.2 Agentes causais e principais agravos relacionados ao estresse ocupacional

Em uma pesquisa realizada com profissionais da saúde, Linch, Guido e Umann (2010), enfatizaram alguns fatores desencadeadores do estresse: a precariedade nas condições de trabalho, a longa jornada do trabalhador e a sobrecarga de trabalho, e ainda apontam como principais estressores a falta de autonomia do profissional, a repetitividade de trabalhos, o conflito no trabalho em equipe e a falta de preparo e capacitação dos profissionais.

Em relação às Jornadas Duplas de Trabalho, Santos et. al. (2010, p.9) abordam que: “muitos trabalhadores, por possuírem duplo vínculo empregatício, estão mais sujeitos ao estresse por terem que sair de uma instituição para a outra, muitas vezes sem a pausa necessária”. Essa situação gera o desgaste físico, bem como prejuízo social para o trabalhador, pelo tempo escasso que tem para o convívio familiar.

De acordo com Pereira (2011), quando os profissionais da saúde são aconselhados a seguirem tais mudanças que não existiam antes, assumindo diversas atribuições, se deparando com as mais diversas situações econômicas, sociais, biológicas e psicológicas, até mesmo dentro do domicílio do paciente, gera estresse excessivo.

Sobre essas situações acima citada em decorrência do estresse, Santos et. al. (2010, p. 10) comentam que “trabalhadores que são expostos, de forma prolongada, aos fatores estressantes poderão ser vitimados por infarto, úlceras, psoríase, depressão e outros, podendo chegar à morte, em casos mais graves”.

De acordo com Mangolin et. al. (2004, p. 22), sobre as consequências do estresse na vida do profissional de saúde é possível acrescentar que essas situações estressoras “são capazes de produzir alterações iniciais como náuseas,

mal-estar, cefaleia, distúrbios gastrintestinais, úlceras gástricas – que, perdurando, promovem reações mais complexas, como a interferência no fluxo de sangue e bombeamento cardíaco”.

Ainda sobre Santos et. al. (2010), com esses problemas o profissional se torna propenso de cometer negligências quanto a determinadas condutas, podendo gerar um comprometimento a causar danos à pessoa assistida.

De acordo com Carvalho e Malagris (2007, p.219), os mesmos comentam que nos resultados obtidos mediante pesquisa, dentre as profissões de saúde, “notou-se que as que apresentaram maior índice de *estressados* são as de serviço social, enfermagem e medicina. É possível supor a razão desse fato, ao levar-se em conta a prática de cada profissão, ou seja, as atividades características de cada uma”.

De acordo com Murofuse, Abranches e Napoleão (2005, p. 259), a enfermagem é uma profissão da saúde que passa mais tempo com o paciente, no entanto, “a enfermagem foi classificada pela *Health Education Authority* como a quarta profissão mais estressante, no setor público, que vem tentando profissionalmente afirmar-se para obter maior reconhecimento social”.

Além do contato prolongado com o paciente, o profissional de enfermagem enfrenta outras situações como: achatamento de salários, o que obriga os profissionais a ter mais de um emprego, levando-o a enfrentar uma situação desgastante devido à carga mensal extremamente. Sendo assim, além dos profissionais de saúde já serem propensos a adquirir o estresse, ainda há todos esses fatores que potencializam o aparecimento deste (ROQUE et. al.; 2015).

### 2.2.3 O estresse ocupacional e algumas medidas de prevenção

A respeito do estresse ocupacional, é possível dizer que é uma área que tem sido bastante estudada em virtude aos seus altos custos e acima de tudo devido aos efeitos negativos que acomete vários níveis, sendo eles do individual ao organizacional. É notável, a nível individual, a decorrência de problemas de insatisfação e realização, além do desinteresse e desmotivação, exaustão emocional e física que podem conduzir a problemas de saúde tanto física como mental, como por exemplo, de alterações no humor, do consumo excessivo de tabaco e álcool e de diversas queixas sintomáticas (ROQUE et. al.; 2015).

Além desses fatores citados anteriormente, os profissionais de saúde enfrentam situações conflituosas como controle supervisionado, excesso de trabalho e acúmulo de tarefas e isso na sua maioria pode causar desgaste físico e mental do profissional comprometendo a sua saúde, sendo estas delegadas aos respectivos profissionais múltiplas tarefas com alto grau de exigência e responsabilidade, as quais dependendo do ambiente, da organização de trabalho e do preparo para execução do seu papel, podendo estes criar tensões para si, equipe e a comunidade que é contemplada (CAMELO E ANGERAMI, 2007, p. 503).

Objetivando e visando diminuir as eventuais consequências do estresse, Paschoalini (2008, p.491) sugere como medidas de prevenção: “Palestras educativas sobre agentes estressores e o seu enfrentamento; Desenvolvimento de pesquisa de clima organizacional quanto à hierarquia e papéis profissionais”.

Moreno et. al. (2010), objetiva e abordam que é essencial combater os problemas existentes no ambiente de trabalho, minimizar as dificuldades, dar apoio aos trabalhadores, proporcionar melhores condições de vida dentro e fora do ambiente de trabalho e assim, melhorar a qualidade da assistência prestada ao indivíduo.

De acordo com Santos et. al. (2010, p. 14), é essencial e imprescindível que se busque a autonomia, ter participação ativa nas decisões da equipe multiprofissional e, acima de tudo, obter melhorias para evitar a sobrecarga de trabalho para o bem do profissional e dos envolvidos diretamente e indiretamente.

Para Moreno et. al. (2010, p. 144), as ações preventivas só serão eficazes quando este evento não for entendido unicamente como responsabilidade individual ou pelo relacionamento profissional-usuário, e começar a ser entendido como um problema da relação indivíduo-processo de trabalho-organização.

### **3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estresse de forma geral tem presença significativa na vida dos profissionais de saúde e no desempenho da sua função, com consequências graves para o profissional e para pacientes assistidos.

De acordo com as literaturas estudadas, os principais fatores que contribuem para que o aparecimento do estresse seriam: Demandas requeridas

pela assistência, precariedade nas condições de trabalho, falta de material, longa jornada do trabalhador, sobrecarga de trabalho e o despreparo para lidar com as frequentes mudanças no arsenal tecnológico.

Ressalta-se que o estresse ocupacional é responsabilidade profissional do trabalhador em administrar e saber lidar com as situações conflituosas geradas pela sociedade e pelas pessoas. De acordo com o ambiente de trabalho em que esse profissional está inserido, pode haver fatores que contribuam para o aparecimento de um quadro de estresse. O profissional exposto a estes estressores pode sofrer consequências graves, prejudicando a si e a assistência prestada. Os autores destacam algumas consequências significativas para o profissional em meio a um quadro instalado de estresse: infarto, úlceras, psoríase, depressão, dentre outras.

Portanto, sugere-se novos estudos acerca da temática pois publicações sobre os fatores de risco e agravos gerados pelo estresse ocupacional ainda são incipientes, fortalecendo assim o conhecimento e instituição de novas práticas visando a redução destes no ambiente de trabalho melhorando a assistência prestada e a qualidade de vida desse profissional.

## REFERÊNCIAS

BATISTA, K. M; BIANCHI, E. R. F. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Rev. Latino-am Enfermagem**. São Paulo, p. 534-539, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a10.pdf>. Acesso em: 26 de abril de 2016.

BRASIL. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 200. Disponível em: <http://scielo.iec.pa.gov.br/pdf/ess/v21n3n3a16.pdf> Acesso em: 15 maio 2016.

CARVALHO, L; MALAGRIS, L.E.N. Avaliação do nível de *stress* em profissionais de saúde. **Estudos e pesquisas em psicologia**, UERJ, v. 7, n. 3. Rio de Janeiro, p. 570-582, 2007. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v7n3/artigos/pdf/v7n3a16.pdf>. Acesso em: 21 de abril de 2016.

CAMELO, S. H. H; ANGERAMI, E. L. S. Riscos Psicossociais relacionados ao trabalho das equipes de saúde da família: Percepção dos profissionais. **Rev. Enferm UERJ**, Rio de Janeiro, P. 502-507, 2007. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v15n4/v15n4a04.pdf>. Acesso em: 11 de abril de 2016.



FERREIRA L. R. C.; MARTINO, M. M. F. O estresse do Enfermeiro: Análise das publicações sobre o tema. **Rev. Ciênc. Méd.Campinas**. p. 241-248, 2006. Disponível em: <http://www.puc-campinas.edu.br/centros/ccv/revcienciasmedicas/artigos/931.pdf>. Acesso em: 22 de abril de 2016.

GRAZZIANO, E. S. **Estratégia para redução do estress e burnout entre enfermeiros hospitalares**. São Paulo, 2008, 232 p. Disponível em: [http://pandora.cisc.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-14052009101907/publico/Eliane\\_Grazziano.pdf](http://pandora.cisc.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-14052009101907/publico/Eliane_Grazziano.pdf) . Acesso em: 16 de março de 2016.

LENTINE, E.C; SONODA, T.K; BIAZIN, D.T. Estresse de profissionais de saúde das Unidades Básicas do município de Londrina. **Rev. Terra e Cultura**. Ano 19, n 37. Londrina, p. 103-123. 2003. Disponível em: [http://web.unifil.br/docs/revista\\_eletronica/terra\\_cultura/37/Terra%20e%20Cultura\\_37-10.pdf](http://web.unifil.br/docs/revista_eletronica/terra_cultura/37/Terra%20e%20Cultura_37-10.pdf). Acesso em: 26 de abril de 2016.

LINCH, G.F.C; GUIDO, L.A; UMANN, J. **Estresse e profissionais da saúde: produção do conhecimento no centro de ensino e pesquisas em enfermagem**. Santa Maria, p. 542-547. 2010. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/viewFile/18901/12209>. Acesso em: 22 de abril de 2016.

GOMES, A. R; CRUZ, J. F; CABANELAS, S. Estresse Ocupacional em Profissionais de Saúde: Um estudo com enfermeiros portugueses. **Rev. Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 25, n. 3. Brasília, P. 307-318, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n3/a04v25n3.pdf>. Acesso em: 20 de março de 2016.

MANGOLIN, E.G.M. et al. Avaliação do Nível de Estresse Emocional na Equipe de Enfermagem de Hospitais de Lins/SP. **Saúde em Revista**. Piracicaba. P. 21-28, 2004. Disponível em: <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd49/saude10art03.pdf>. Acesso em: 21 de abril de 2016.

MORENO, F.N. et al. Estratégias e Intervenções no Enfrentamento da Síndrome de Burnout. **Rev. Enferm. UERJ**. Rio de Janeiro, p. 140-145, 2010. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a23.pdf>. Acesso em: 21 abril 2016.

MUROFUSE, N.T; ABRANCHES, S.S; NAPOLEÃO, A.A. Reflexões sobre estresse e *burnout* e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-am Enfermagem**. São Paulo, p. 255-261. 2005. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010411692005000200019&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692005000200019&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 21 de abril de 2016.

NEGELISKII, C; LAUTERT, L. Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. São Paulo, 2011.8 P. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n3/pt\\_21.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n3/pt_21.pdf). Acesso em: 25 de abril de 2016.

PASCOALINI, B. et al. **Efeitos cognitivos e emocionais do estresse ocupacional em profissionais de enfermagem**. São Paulo, p. 487-492. 2008. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/ape/v21n3/pt\\_17.pdf](http://www.scielo.br/pdf/ape/v21n3/pt_17.pdf). Acesso em: 21 de abril 2016.

PEREIRA, D.G. **Síndrome de burnout em trabalhadores do programa de saúde da família: uma revisão de literatura**. Belo Horizonte. 2011. 37 p. Disponível em: <http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2856.pdf> . Acesso em 13 de abril de 2016.

ROQUE H. Et. Al. Estresse Ocupacional e Satisfação dos Usuários com os Cuidados de Saúde Primários em Portugal. **Rev. Ciência & Saúde Coletiva**, 20 (10) : 3087-3097, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csc/v20n10/1413-8123-csc-20-10-3087.pdf> Acesso em: 27 de abril de 2016.

SANTOS, C. L. M. et al. Fatores de estresse na atividade de médicos em João Pessoa (PB, Brasil). **Rev. Produção**, v.21, n. 1. João Pessoa. p. 181-189, 2011. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/prod/2011nahead/AOP\\_200811118.pdf](http://www.scielo.br/pdf/prod/2011nahead/AOP_200811118.pdf). Acesso em: 28 de abril de 2016.

SANTOS, F.D. et al. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. **Rev. Eletrônica saúde mental álcool e drogas**, v.6, n.1. São Paulo, 2010. 16 p. Disponível em: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/803/80313414014.pdf>. Acesso em: 27 de abril de 2016.

SILVA, J. L. L; MELO E.C.P. **Estresse e Implicações para o Trabalhador de Enfermagem**. Informe-se em promoção da saúde, v.2,n.2. Rio de Janeiro. p.16-18. 2006. Disponível em: <http://www.uff.br/promocaodasaude/estr.trab.pdf>. Acesso em: 27 de abril de 2016.