

**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DO MUNICÍPIO DE ASSIS
CURSO DE ENFERMAGEM**

ANA PAULA COSTA DE FREITAS

**A EQUIPE DE ENFERMAGEM E OS TRANSTORNOS
PSICOSSOMÁTICOS ADVINDOS DO PROCESSO CUIDAR.**

Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, apresentado a Fundação Educacional do Município de Assis, como exigência para a obtenção do título de Enfermeiro.

Orientadora: Profa. Dra. Elizete Mello da Silva

**ASSIS
2009**

**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DO MUNICÍPIO DE ASSIS
CURSO DE ENFERMAGEM**

ANA PAULA COSTA DE FREITAS

Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, apresentado a Fundação Educacional do Município de Assis, como exigência para a obtenção do título de Enfermeiro.

Orientadora: Profa. Dra. Elizete Mello da Silva

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Elizete Mello da Silva

Fundação Educacional do Município de Assis

Profa. Dra. Annecy Tojeiro Giordani

Fundação Educacional do Município de Assis

Profa. Rita de Cássia Cassiano Lopes

Fundação Educacional do Município de Assis

**FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DO MUNICÍPIO DE ASSIS
CURSO DE ENFERMAGEM**

ANA PAULA COSTA DE FREITAS

**A EQUIPE DE ENFERMAGEM E OS TRANSTORNOS PSICOSSOMÁTICOS
ADVINDOS DO PROCESSO CUIDAR**

Com base no disposto da lei Federal n. 9160, de 19/02/1998, AUTORIZO a Fundação Educacional do Município de Assis – FEMA, sem ressarcimento dos direitos autorais, a disponibilizar na rede mundial de computadores e permitir a reprodução por meio eletrônico ou impresso do texto integral e/ou parcial da OBRA acima citada, desde que referenciada a fonte para fins de leitura e divulgação da produção científica gerada pela Instituição.

Assis-SP, 15/11/2009

Ana Paula Costa de Freitas

Declaro que o presente Trabalho de Conclusão de Curso, foi submetido a todas as Normas Regimentais da Fundação Educacional do Município de Assis e, nesta data AUTORIZO o depósito da versão final desta monografia bem como o lançamento da nota atribuída pela Banca Examinadora.

Assis-SP, 05/11/2009

Profa. Dra. Elizete Mello da Silva
Orientadora

DEDICATÓRIA

Este trabalho é dedicado aos meus pais, que passaram a maior parte de suas vidas me mostrando o caminho certo a ser seguido, ensinando por meio deste o sentido da vida, o valor que ela tem. Mesmo que não conheçam a universalidade das tecnologias, as novas metodologias usadas atualmente em uma graduação, sempre estão dispostos a caminhar junto comigo, me protegendo e transmitindo energias positivas para a realização deste sonho, que não é só meu, mas sim deles também que confiam e acreditam no meu potencial.

Obrigada meus pais, por nunca desistirem de mim, e este trabalho é apenas uma oportunidade de dizer a vocês o quanto eu vou me dedicar dentro deste investimento e durante a minha carreira como Enfermeira.

“Na verdade, aos poucos descobrimos que os outros são nossos espelhos e nos devolvem a luz, as ações e os sentimentos que lhe passamos”.

(Flavio Souza)

AGRADECIMENTOS

Neste momento importante da minha vida, agradeço ao Senhor Jesus por me dar forças e no meio de tantas dúvidas e fazer enxergar as respostas e as escolhas certas. Da mesma forma, sou grata a minha irmã, que me motivando durante todo esse tempo, e a Meire Cristiane Sversut, por ser minha amiga de confiança e acreditar em mim e em minha família quando se dispôs a fazer parte dessa jornada.

Em meio de tantas pessoas, conhecendo diferentes histórias e formando novas amizades, obrigada FERNANDO MARIN, por ter a paciência de me ensinar as maneiras corretas de lidar com as diversas situações, de acreditar em mim, quando me encontrava desanimada, pronta pra desistir e principalmente por estar no meu lado todo esse momento. Entre muitos, acredito que somos os mais vitoriosos, pois construímos uma amizade fiel, juntos nos tornamos mais fortes, e assim permanecendo essa amizade para sempre.

Obrigada ao meu grupo de estágio pela amizade e compartilhamento de conhecimento, dentro e fora do campo de estágio.

Agradeço a todos os professores, em estar despertando por meio de conhecimentos o exercício da enfermagem, desempenhando com destreza a valorização desta profissão. Assim, agradeço minha orientadora Elizete de Melo pela disposição em estar realizando este trabalho em meio de tanta burocracia, porém com pensamentos positivos que conseguimos juntas a concluir mais uma etapa dessa profissionalização. Sinto grata também a José Gaspar, André Freitas e José Neri que me ajudaram a finalizar alguns pontos do trabalho.

Da mesma forma, obrigada a Santa Casa de Palmital pela abertura do campo para a realização da pesquisa, onde me motivaram e principalmente me acolheram durante as pesquisas. E assim agradeço a todos que contribuíram para o desenvolvimento de minha graduação, guardando comigo os bons momentos desse primeiro e grande passo da minha vida.

"Precisamos constatar nosso inconsciente para entender o que está acontecendo em nosso mundo interior, muitas vezes a ajuda está mais perto do que você imagina."

(Luis Alves)

RESUMO

Com o processo da profissionalização, o ato de cuidar passou a ser exercido como uma profissão, o que revela a história da Enfermagem, envolvendo a promoção da saúde e a reabilitação de pessoas que enfrentam a enfermidade. Desta forma, a enfermagem interage diretamente com pessoas psicologicamente diferentes por meio do relacionamento interpessoal, envolvendo o trabalho de equipe com os clientes. Diante deste processo, a equipe de enfermagem atualmente está mais propícia a adquirir transtornos psicossomáticos, uma vez que é gente cuidando de gente, possibilitando a exaustão do estado físico e mental sendo caracterizada pela síndrome de Burnout. O objetivo deste trabalho é contribuir para o despertar da motivação no exercício profissional e resgatar quais os cuidados proporcionados ao profissional que vem apresentando desgastes físicos e psicológicos dentro da jornada de trabalho, fazendo com que compreenda a necessidade de buscar ajuda diante de suas necessidades. O caminho metodológico está sendo trilhado por meio de análise de bibliografias e artigos que envolvem avaliar o estresse dentro do ambiente de trabalho, assim comparando com um estudo de campo realizado na Santa Casa de Palmital. Esta é uma fonte direta para coleta de dados que abrange a equipe de enfermagem com as características necessárias diante das perspectivas da análise. Desta forma foi aplicado um questionário de vinte perguntas na pretensão de obter dados qualitativos. Dentro destas análises fazer com que os profissionais ou os futuros profissionais conheçam seus direitos e trabalhem com o autocuidado, resgatando a saúde do trabalhador. Sobre estas reflexões estabelecer o estado mental e físico saudável, na busca da melhoria da qualidade de vida, e sensibilizar as instituições de forma que colabore com possíveis ações, utilizando à promoção da saúde para os trabalhadores e proporcionando a valorização da equipe de enfermagem, reconhecendo o trabalho desenvolvido, e assim compartilhando momentos de bem estar de maneira humanizada.

Palavras chaves: Enfermagem, Esgotamento emocional, Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

With the professionalization process, the act of taking care got to be used as a profession, which is said by the History of Nursing, involving the promotion of health and rehabilitation of people who have illness. This way, Nursing interacts directly with psychologically different people by interpersonal relationship, involving the team work with the clients. Before this process, the Nursing Team is more propitious to get psychosomatic upheavals nowadays, once it is people taking care of people, it is possible to get exhaustion of the mental and physical states which is characterized by the Syndrome of Burnout. The objective of this essay is to contribute to awake the professional motivation and rescue the cares to the professional person who has physical and psychological consumings within the work hours, making him/her to understand the need to seek help. The methodological way will be made by bibliographical analysis and articles that involves the stress in a work environment, then it will be compared with a study made in Palmital Hospital. This is a direct source to collect data that also considers the Nursing Team with the needed characteristics before the analysis perspectives. So 20 questions were made to obtain qualitative data. With those questions it will make the professionals to know their rights and to work with selfcare getting the health back. About the feedback, it will be established the mental state and healthy physical, seeking to improve the life quality, and sensibilize the institutions in a way that collaborates with actions, using the promotion of health to workers and providing the valuation of the Nursing Team, recognizing the developed work, and sharing well being moments in a humanized manner.

Keywords: Key Words. Nursing, Emotional exhaustion, Occupational health.

SUMÁRIO

RESUMO.....	08
ABSTRACT.....	09
INTRODUÇÃO.....	10
<i>CAPÍTULO I</i>	
O TRABALHO DENTRO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM.....	13
<i>CAPÍTULO II</i>	
A SAÚDE DO TRABALHADOR.....	24
<i>CAPÍTULO III</i>	
RESGATANDO A SAÚDE DO TRABALHADOR.....	31
CONCLUSÃO.....	40
REFERÊNCIAS.....	42
ANEXO.....	44

INTRODUÇÃO

A história da enfermagem revela que essa profissão está voltada para a prática do cuidado, envolvendo a promoção da saúde e a reabilitação de pessoas que enfrentam a enfermidade.

Para que os profissionais exerçam suas atividades, a enfermagem é composta por uma equipe própria, com diversas categorias: auxiliares e técnicos de enfermagem e os enfermeiros, que prestam assistência integral aos pacientes dentro da jornada de trabalho.

Tento em vista que há uma distribuição de atividades dentro da equipe, os profissionais passam diariamente por cobranças da chefia, o que aumenta a responsabilidade na busca de solucionar os problemas de seus pacientes. Sendo assim, o profissional fica propício a adquirir distúrbios psicossomáticos.

Ainda que desconhecida pela grande maioria dos profissionais de enfermagem, a Síndrome de Burnout (MENZANI apud SILVA, 2004), caracteriza a exaustão, cansaço físico e emocional dentro do ambiente de trabalho, fazendo com que o profissional considere sua opção de trabalho estressante.

A exaustão é devida também por ter que desenvolver suas atividades com falta de materiais, a preocupação em atender a o número de clientes, as exigências da instituição, baixa remuneração, entre outras, sendo que os profissionais acabam fazendo o mínimo necessário no atendimento.

Na busca de procurar restaurar as energias perdidas dentro do trabalho, o absenteísmo pode ser percebido sintomaticamente como uma opção de fuga, o que provoca dentro da equipe um acúmulo de atividades para os outros profissionais assíduos.

Algumas instituições procuram buscar por meio de planejamentos e estratégias situações favoráveis para os profissionais, satisfazendo as necessidades encontradas no ambiente de trabalho. Desta forma estabelecem o elo de confiança do líder com a equipe, facilitando a exposição dos reais motivos de estresse e das patologias advindas do processo cuidar, obtendo o controle sobre a produtividade do trabalho prestado, e a acessibilidade para resolução dos problemas destacados na equipe.

A ausência de um ou mais trabalhadores faz com que haja um impacto tanto financeiramente, quanto na qualidade do atendimento prestado, tendo em vista a realidade das instituições de saúde brasileira que possuem um número reduzido de funcionários, confirmando assim que a enfermagem é vista como uma arte na sua atuação.

Ao analisar o profissional dentro da equipe de enfermagem, a presente pesquisa propõe a análise da saúde deste trabalhador, com o objetivo de que contribui para o despertar da motivação no exercício profissional. Neste sentido é pertinente à observação do ambiente de trabalho no que diz respeito às condições emocionais e físicas dos trabalhadores na área da enfermagem.

Sendo assim, temos como proposta realizar a análise dos reais motivos do estresse vivenciado dentro da equipe de enfermagem. De tal forma a destacar as patologias adquiridas no decorrer dos anos de profissão, e resgatar quais os cuidados proporcionados ao profissional que vem apresentando desgastes físicos e emocionais decorrentes da sua atividade.

O caminho metodológico está sendo trilhado por meio de análise das bibliografias e da pesquisa de campo. Esta última será feita com auxílio de um questionário, entre os profissionais da equipe de enfermagem da Santa Casa de Palmital, totalizando 35% dos sujeitos que atuam nessa área sendo trinta e dois técnico-auxiliares e seis enfermeiros.

O ambiente natural é a fonte para coleta de dados. Os sujeitos envolvidos têm as características necessárias para o que se pretende problematizar e compreender diante das perspectivas de análise da pesquisa, podendo-se considerar o número de sujeitos suficiente para alcançarmos os objetivos do trabalho.

Sobre os critérios de inclusão consideramos que há uma relação dinâmica entre o mundo real e os sujeitos envolvidos, isto é, um vínculo indissociável entre o universo do trabalho e a subjetividade do sujeito que não pode ser traduzido apenas em números.

Desta forma, a interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados são básicas no processo do trabalho qualitativo, não requerendo apenas uso de métodos e técnicas estatísticas.

A devolutiva será ao final deste trabalho apresentada, aos participantes e ao responsável que consentiu a aplicação do questionário entre os

funcionários da equipe de enfermagem do hospital estudado, com a intenção de possíveis ações preventivas, diagnóstico e assistência proporcionadas pelo projeto de pesquisa. A devolutiva é uma retribuição para o público que participou da pesquisa, uma forma de compartilhar os resultados do trabalho.

Neste âmbito, o trabalho foi dividido em três capítulos, que demonstra de forma detalhada o processo saúde doença do profissional de enfermagem. Assim, o primeiro capítulo está associado ao processo de profissionalização da enfermagem e a formação da própria equipe, estabelecendo suas funções com enfoque no cuidar.

Desta maneira, faz-se ver que a equipe é fundamental dentro do seu ambiente natural que estabelece a divisão do trabalho, porém esta vem acarretando uma intensidade de exaustão dos profissionais.

Já, no segundo capítulo, abordaremos a qualidade da saúde destes profissionais, que trabalham diretamente com vários níveis de estresses, ocasionando em transtornos psicossomáticos dentro da combinação do desgaste mental e físico. Diante desses estresses, destaca-se a síndrome de Burnout, essa uma forma de reconhecimento do adoecer no profissional.

No terceiro capítulo demonstraremos, por meio da pesquisa de campo¹, as patologias mais frequentes do meio profissional. Pretendemos contribuir com o conhecimento sobre estresse, o quanto ele pode agir intensamente ultrapassando o limite da normalidade, de maneira que o organismo reage em alerta diante das agressões que causam uma série de problemas físicos e mentais.

Dentro destas perspectivas temos como pretensão fazer com que os profissionais ou os futuros profissionais trabalhem com seu autocuidado, resgatando a saúde do trabalhador a fim de estabelecer uma vida mental e física saudável com qualidade e apoio institucional, proporcionando a valorização da saúde dentro da equipe de enfermagem.

¹ Segue no anexo do trabalho o questionário a ser aplicado na pesquisa de campo.

CAPÍTULO I

O TRABALHO DENTRO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM

O processo de enfermagem é a dinâmica das ações sistematizadas e inter-relacionadas, visando à assistência do ser humano.

O trabalho da enfermagem entende-se que é uma atividade exercida por pessoas que passaram por um processo de aprendizagem. Para que isso ocorra é necessário que haja delegação de funções a partir de um líder, formando uma equipe própria de enfermagem que tenha uma divisão técnica e social, caracterizando as ações desenvolvidas.

Desta forma a equipe de enfermagem é composta segundo Cianciarullo (2005) por enfermeiro com a escolaridade de nível superior; os técnicos com curso regular e nível médio de 2º grau; auxiliares com curso regular de 1º grau, estas classes de profissionais tem como objetivo a organização do trabalho e a qualidade da assistência.

Com a equipe de enfermagem definida, esta irá compor uma equipe ainda maior, a equipe multiprofissional, formada entre outros por médicos, nutricionistas, farmacêuticos, psicólogos, fisioterapeutas, etc. A equipe multiprofissional tem como finalidade a promoção, prevenção, e o cuidado com saúde na sociedade.

O exercício da enfermagem, mesmo que seja prestada coletivamente, a responsabilidade sempre será individual, segundo Schmidt e Oguisso (2007, p.58) afirmam pelo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem (CEPE), do Conselho Federal de Enfermagem (art.20) “os profissionais devem responsabilizar-se por falta cometida em suas atividades profissionais, independentes de ter sido praticada individualmente ou em equipe”, desta forma o CEPE prescreve para os profissionais de enfermagem seus deveres:

Exercer a Enfermagem com justiça, competência, responsabilidade e honestidade (art. 22); assim como prestar à clientela uma Assistência de Enfermagem livre dos riscos decorrentes de imperícia, negligência e imprudência (art. 24),

Sendo assim a titularidade é uma forma de indicar as condições de capacidade técnica para o exercício profissional.

Neste sentido, as relações interpessoais são essenciais dentro da equipe de enfermagem, ajudando a fortalecer a assistência integral e a interação no desenvolvimento do trabalho, onde na maior parte é manter (promover) ou recuperar a saúde, por meio do cuidado, este que segundo Collière apud Moreira e Oguisso (2005, p. 26), “cuidar é um ato de vida que tem como fim, primeiro e antes de tudo permitir que a vida continue a desenvolver-se e, assim lutar contra a morte”, visando à valorização do ser humano e a profissão de enfermagem.

Moreira e Oguisso (2005) reforçam que esta profissão é ligada a assistência ou no cuidar de enfermagem ao cliente/paciente, buscando atender as suas necessidades básicas, fazendo por ele o que não é capaz de fazer no momento sozinho, e assim mostra de maneira clara que este é um trabalho manual, onde o contato é a ferramenta mais usada e de grande valor no dia-dia, fazendo necessário que o profissional amplie o conhecimento e torne seguro o uso da ciência - Enfermagem, pois são responsáveis pelos atos na assistência.

No entanto, a forma de trabalho intelectual ainda é mais reconhecida culturalmente e economicamente no mercado de trabalho. Na Grécia Antiga o trabalho intelectual era considerado nobre, enquanto o trabalho físico era desvalorizado, pois apenas os escravos que praticavam essa forma de atividade.

O aperfeiçoamento do trabalho é essencial em todas as profissões, ainda mais que atualmente, vivemos no mundo da globalização que sofre mudanças contínuas na ciência e os avanços tecnológicos, sendo necessário à adaptação rápida do profissional no ambiente, ajustando as novas condições de trabalho.

Os profissionais de enfermagem são treinados para agir de forma tecnicamente correta e ética, desempenhando sua competência, mesmo com o ritmo de trabalho intenso, carga horária extensa, sobrecarga e pressão das chefias, além da baixa remuneração.

A assistência de enfermagem deve abranger todas as dimensões do cliente, utilizando a visão holística no desempenho no trabalho, segundo

Cianciarullo (2005) a enfermagem desenvolveu-se a partir de em um grupo onde a classe dominante era do médico, e assim os profissionais de enfermagem foram inseridos na equipe de saúde, onde atualmente tem sido uma profissão que vem desenvolvendo sua própria identidade e valorização na área da saúde.

Embora a enfermagem venha se fazendo presente e indispensável, em diversos ambientes de trabalho como hospitais, postos de saúde, *home care*² e outros, o desenvolvimento deste trabalho, sempre estará voltado para uma única meta, a assistência direta ao cliente, o cuidado.

No entanto alguns fatores podem interferir na assistência eficaz, por ser um trabalho que leva os profissionais a um desgaste físico e mental, pois estes se relacionam com indivíduos psicologicamente diferentes.

O enfermeiro pratica sua atividade em relação à saúde determinada pelo conjunto da sociedade. Antigamente ao exercer a prática de cuidar, estava respaldado na solidariedade humana, nas credices e no senso comum, desde então o aspecto profissional surgira devido ao profissionalismo das pessoas que realizavam prestação de cuidados às pessoas enfermas, que na maior parte eram em residências por mão de escravos, afirma Geovanini apud Moreira e Oguisso (2005) que as ações dos escravos ao auxiliarem os familiares e religiosos nos cuidados com os doentes, foi de muita importância. Assim fez com que houvesse a sistematização do ensino da prática do cuidar em enfermagem. A enfermagem passou por várias evoluções a de aprimoramento, utilizando vários meios de tratamento, mesmo sem recursos.

Com o quadro urbano e a industrialização crescendo, os assalariados passaram a exigir direitos sociais, em busca da conquista de espaço, no qual tiveram destaque na área da saúde, ampliando seus serviços.

Em resultado desta situação para adquirir condição ideal de atenção ao doente, houve a necessidade de formação específica das pessoas para o exercício da enfermagem e de acordo com Dantas e Aguillar (1999) a década de 30, possibilitou o surgimento dos hospitais escolas, que tornou prático a aprendizagem dos alunos de medicina e de outras categorias da saúde.

² "Cuidado em casa", trata-se de um tipo de assistência à saúde caracterizada pela prestação de serviços no local de residência das pessoas.

Com o aperfeiçoamento do tratamento ao doente, começou a ser necessário uma organização complexa, necessitando mais auxiliares treinados para o cuidado, em vista que o enfermeiro desenvolvia as questões administrativas, deste então estimulou a criação de escolas profissionalizantes de auxiliares de enfermagem e treinamentos mais específicos, de forma que seriam reconhecidos devido à titularidade adquirida.

No decorrer dos anos 40, as escolas passaram a ter finalidade de preparar também os enfermeiros para os serviços sanitários e assistenciais. Segundo o Decreto-Lei nº. 10472/42 apud DANTAS e AGUILLAR (1999, p.04):

Aprovou a regulamentação desta escola e estabeleceu que o curso de enfermeiros - auxiliares deveria ser feito em seis períodos. As disciplinas a serem ministradas eram aquelas necessárias ao exercício da profissão e enfocavam o aprendizado das técnicas de enfermagem.

Sendo assim ocorreu a regulamentação do profissional que exercia a atividade já há dois anos, tendo o certificado em mãos de prática de enfermagem, e conseqüentemente de parteira, esta já era uma atividade bem antiga, sendo elas e os religiosos responsáveis pelo cuidar.

No final dos anos 40, o Ministério da Educação e Saúde, por meio da Lei nº 775, estabeleceram que o exercício da enfermagem dividisse em dois cursos, o de enfermeiro e o auxiliar de enfermagem, com a proposta de treinar os auxiliares para a assistência curativa, com as respectivas noções de ética, o funcionamento do corpo humano, e as necessidades básicas em relação à saúde.

Estes eram obrigados a realizar estágios hospitalares nos diversos setores, para melhor aperfeiçoamento, os enfermeiros cuidavam da parte administrativa, sendo que o ensino para os auxiliares só poderia ser ministrado pelos próprios enfermeiros, segundo Ferraz apud BARTMANN (s/d, p.4):

Devido ao grande número de leitos e o pequeno número de enfermeiras; as ações administrativas e de educação ficaram com as enfermeiras, cabendo ao pessoal auxiliar as ações assistenciais, o cuidado direto do paciente. Para que pudesse desempenhar melhor sua função, o pessoal auxiliar passou a receber treinamento

específico para a área hospitalar. A divisão de trabalho na enfermagem brasileira, iniciada naquela época, se mantém até os dias de hoje.

Com o processo de industrialização acelerado, na década de 50, houve uma preocupação para com a saúde do trabalhador, com o estado de saúde de seu corpo, no sentido de antecipando a sua capacidade de produtividade, conseqüentemente aumentaram as redes de hospitais, abrindo um novo espaço para a atuação da enfermagem, sendo necessário um número maior de trabalhadores específicos para exercer essa profissão.

Assim os hospitais estavam empregando cada vez mais a moderna tecnologia, fazendo com que os médicos requeressem mais a participação das enfermeiras diplomadas, ampliando também a oportunidade de emprego para os auxiliares, já que o número de diplomadas não eram suficientes para a prestação desta atividade.

Devido a esta ampliação, o exercício profissional de enfermagem passou a nova regulamentação, oficializando por meio da Lei nº 2.604/5521, o início da equipe de enfermagem: enfermeiros e auxiliares de enfermagem.

No entanto, nos anos 60, houve um importante enfoque na organização da profissionalização destes trabalhadores, exigindo mais profissionais para trabalhar neste mercado, o que necessitou e possibilitou mudanças na base educacional, alterando a estrutura dos cursos de enfermagem, criando o curso técnico de enfermagem.

Descreve Dantas e Aguillar (1999, p.6) que o curso de técnico “seria intermediário entre o de graduação e o de auxiliar e estaria na faixa do segundo grau, correspondendo ao curso colegial”, trazendo a necessidade da formação pedagógica do enfermeiro fosse pré-requisito para a docência no ensino médio.

A partir de então, durante os anos 70 e início dos anos 80, a saúde e sua política passaram a enfatizar ações básicas de saúde e organizações de serviços. Devido ao agravamento das condições de saúde da população e a desaceleração da economia, as empresas tinham ainda como objetivo de não perder a qualidade dos serviços prestados, fazendo surgir uma atenção primária para essa população, de forma que se desenvolveram programas e estratégias para a promoção da saúde, revalorizando o cuidado.

A situação da política nesta época aliada à crise na economia, mais uma vez mudou o cenário da profissionalização na saúde, chamando a atenção que a saúde é um direito de cidadania e dever do Estado. Neste sentido segundo Dantas e Aguillar (1999, p. 08), devido a Reforma Sanitária, o Sistema Único de Saúde “caracteriza-se pela universalidade, integralidade de ações e descentralização”, assim mudanças começaram a ser demonstradas.

Com as transformações ocorridas os novos profissionais foram aprofundando cada vez mais seus conhecimentos, especificando a atividade no trabalho, conquistando o espaço no ambiente de trabalho e o reconhecimento da profissão, e conseqüentemente o aumento proporcional de responsabilidade. O fato de ter muita responsabilidade nas mãos é fator de estresse e desgaste mental, queixa muito comum na enfermagem atual.

Desta forma a equipe de enfermagem passou a ter como líderes os enfermeiros, que delegam aos auxiliares e técnicos as funções cotidianas no trabalho, identificando o perfil do profissional capaz de responder positivamente a suas competências e assumir a responsabilidade da assistência ao cliente. Afirma Oguisso e Schmidt (2007, p. 56) dentro do Código de Ética Profissional de Enfermagem (art.33):

É dever proteger, o cliente contra danos decorrentes de imperícia, negligência ou imprudência, por parte de qualquer membro da equipe de saúde, como é proibido (art.52) provocar, cooperar ou ser conivente com maus tratos.

Em meio a tantas modificações no cenário da enfermagem, a expectativa de vida da população em geral aumentou, com os tratamentos paliativos aos pacientes terminais, a aquisição de conhecimento científico fez com que a equipe de enfermagem, principalmente o enfermeiro adquira mais responsabilidades perante o cuidar e a qualidade de vida do paciente. Além da preocupação na qualidade na assistência segundo Farah e Sá (2008) ao exercer essa profissão, é necessário que haja um olhar pra quem está oferecendo uma qualidade de vida melhor, fazendo com que a troca do receber e oferecer sejam prazeroso e eficiente, formando caminhos para o profissional

trabalhe seu autocuidado emocional e físico mantendo sua qualidade de vida saudável.

Atualmente a repetição diária das atividades e a sobrecarga de trabalho são muito observadas na equipe de enfermagem, na qual distância a prática da teoria, transformando mecânico a prática de enfermagem, o que leva pacientes a não se sentirem valorizados durante o atendimento, e uma diminuição da motivação de exercer a atividade na enfermagem.

A doença é vivenciada pelo ser humano na forma de angústia, sentimento de perda e sensação de solidão, fazendo com que o equilíbrio emocional fique ameaçado, pela situação desconhecida.

A equipe de enfermagem busca por meio dos treinamentos já adquiridos aliviarem e reconhecer a necessidade do paciente, tentando compreendê-lo de forma que consiga interagir durante o cuidado terapêutico com um relacionamento interpessoal adequado.

Sendo assim, o enfermeiro como líder tem a preocupação de estabelecer confiança do paciente com a sua equipe, esta que permanece por mais tempo com o mesmo e seus familiares, atuando na assistência física e emocional, tentando minimizar a cada momento situações que façam com que o cliente fique mais fragilizado.

Esta interação faz com os profissionais fiquem propícios a desenvolver sobrecarga emocional, decorrentes dos cuidados e a atenção aos pacientes, além da responsabilidade no desempenho de suas obrigações perante o trabalho.

Na tentativa de contribuir na busca da humanização, de ouvir o paciente, ter uma visão holística, o profissional a cada cuidado desenvolvido acaba por apresentar sintomas de cansaço e angústia por muitas vezes não conseguir atingir seu objetivo, fato este que pode estar relacionado com a falta de recursos humanos e apoio dos setores administrativo.

O profissional deve ficar atento à forma de interagir com gestos e palavras, para que as preocupações administrativas e qualquer outra que o afligem e não esteja relacionada com o paciente, não seja transmitida a ele. Não se deve descontar o estresse do dia-a-dia de trabalho no paciente.

O fato de o enfermeiro saber dividir suas responsabilidades faz promover um bom relacionamento o que facilita o processo doença- cuidado-recuperação.

O enfrentamento no sofrimento mental das pessoas que passam pela enfermidade, diante das limitações, na fase de negação, de ira, a aceitação e a esperança, a equipe de enfermagem deve reconhecer a necessidade do emprego no sentimento durante os procedimentos realizados. Neste momento é necessário trabalhar o equilíbrio do cuidador, de forma que o calor humano seja transmitido de maneira positiva, na tentativa da recuperação mais rápida do paciente e o não adoecimento dos profissionais.

Mas será que o profissional está treinado de forma psicológica para o enfrentamento de situações que requerem além do trabalho manual, a forma de trabalhar as dimensões ligadas a angústia, as emoções?

Ao trabalhar dentro de hospitais ou mesmo em postos de saúde, nas duras jornadas de trabalho, na tentativa de oferecer apoio emocional, o profissional acumula este desgaste, colocando em dúvida a prática do exercício profissional de enfermagem diante as teorias do bem estar social, desenvolvendo sua atividade de forma mecânica.

Assim infelizmente a imagem desta categoria diante a clientela, mesmo que na sua minoria, se torna negativa, sendo que o trabalho seja reconhecido apenas com as atitudes dos médicos, estes que não permanecem tempo necessário para conhecer o perfil do paciente.

Por conseguinte, a equipe de enfermagem na visão dos pacientes desconhece o enfermeiro, não sabem definir quais as categorias que estão na prestação do cuidado, isto sustenta mais a necessidade de reconhecimento e de maior organização para a obtenção de desenvolver o senso de valorização e luta por melhores condições para o desempenho das atividades cotidianas.

Uma vez que o enfermeiro é o responsável por uma porção de tarefas administrativas e assistenciais, o que torna sua posição de líder no ambiente de trabalho, porém na maioria das vezes distancia o cuidado direto com os pacientes. Segundo Giordani (2008, p.108)

Essa situação ocorre como reação a ações submissas da Enfermagem, traduzidas também pelo temor e culto à figura do médico enquanto “ser superior” que ordena tarefas sem aceitar questionamento ou contrariedade.

Reafirmando esta situação Cianciarullo (2005), diz que a submissão do médico provoca delimitação nas ações e no papel do enfermeiro, causando conflito de poder no decorrer da jornada de trabalho.

Este comportamento de competição pode ser percebido até por pessoas mais leigas, por ser tratadas pelos cuidadores, deixa visível a falta de autonomia do líder da equipe de enfermagem submisso às ordens médicas, desencorajando a tomar decisões que são cabíveis.

Nisso a desunião desta categoria se torna um meio de competição na busca da conquista de espaço, na qual é refletida na luta pela organização da equipe, mas também, sobretudo no desenvolvimento do trabalho com qualidade.

Ainda vale ressaltar que a disputa dentro do ambiente de trabalho da enfermagem se torna desgastante, provocando sobrecargas, estresses, fazendo com que repercute na enfermidade dentro da equipe dos cuidadores, ameaçando o progresso de um trabalho com qualidade.

A falta de relação no grupo e a lealdade no exercício do trabalho abalam principalmente os novos profissionais que estão entrando no mercado, quando se deparam com as atitudes inadequadas e as impurezas nos ambientes sobrecarregados pelo estresse.

Na tentativa de inverter essa posição, é necessário que o líder da equipe de enfermagem esteja disposto a vencer os próprios medos com mais ousadias, atuando nos momentos ideais com consciência amadurecida, deixando as demonstrações grosseiras de autoritarismo prepotentes diante o tratamento com os colegas, clientes, e familiares, assim buscando oferecer apoio humano nas relações interpessoais.

Dessa forma, realizar interações com a equipe de enfermagem, que segundo Farah e Sá (2008, p. 117) definido essa interação como:

Como um instrumento valioso na relação entre a equipe e o paciente durante a assistência prestada. É considerada uma terapêutica de

uso intencional de recursos, que tem a finalidade de fazer com que a pessoa com a qual se está conversando possa explorar seus sentimentos e suas percepções, de modo a se organizar melhor e, se possível, resolver seus problemas.

A comunicação estabelece a união do grupo, ou seja é a ferramenta fundamental para o desempenho no trabalho em equipe.

Ao ser desenvolvido as relações interpessoais dentro do grupo e no ambiente de trabalho irão reproduzir a imagem de grande avanço nas práticas de Saúde, tornando-se possível o atendimento a população, principalmente aos menos favorecidos economicamente.

Na busca da adaptação e o envolvimento da equipe de enfermagem no trabalho, ainda há alguns obstáculos necessários a serem vencidos, estes que repercutem na saúde dos cuidadores. A falta de preocupação com a equipe faz com que os próprios integrantes do trabalho transmitam sentimentos de insatisfação, e assim ocasionando distúrbios psicossomáticos.

Segundo Farah e Sá (2008) distúrbios psicossomáticos é algo que pertence ao mesmo tempo orgânico e ao psíquico, onde é devido ou agravado por estresse que reflete no estado físico da pessoa, que vem adquirindo ao longo do tempo.

O fato de reconhecer alguém doente dentro da equipe é dificilmente compreendido nos olhos das pessoas mais próximas, tendo em vista que o estado depressivo é visto como apenas fase difícil, onde irá passar com o tempo.

Dessa forma o profissional que adquire distúrbios psicossomáticos é devido ao acúmulo de desgastes físico e emocional, não sabendo mais controlar esses sentimentos, necessitando de ajuda na tentativa de recuperação desse transtorno.

A estrutura mental humana reage de acordo com as estimulações e conforme as respostas comandadas por um órgão que está pronto para a interação com o corpo, que é nosso cérebro. Afirmam Farah e Sá (2008, p. 13) que:

Nosso cérebro pilota, comanda, direciona, não só os comportamentos observáveis, como também sensações que estão

ocorrendo por todo nosso corpo, independente de termos registros conscientes de sua ocorrência.

A dor física é visivelmente palpável, sendo fácil de ser “socorrida” pelo meio externo, já a psíquica na maioria das vezes não ocorre o “socorro” com êxito devido a não compreensão do meio, e assim a personalidade irritada, depressiva, agressiva é incorporada, tornando-se elemento para a atenção e pedido de ajuda indiretamente.

O estresse psicológico pode afetar a suscetibilidade do indivíduo, promovendo mudanças fisiológicas e comportamentais não conseguindo estabelecer um equilíbrio, afetando o sistema imunológico da pessoa sendo percebido nas interações sociais.

Entretanto, o fato de desvalorização, baixa remuneração, falta de equipamentos de proteção, falta de auto-estima, ocasionam o estresse e só piora o relacionamento dos profissionais com seus clientes.

Neste sentido a ampliação das visões voltadas para a equipe de enfermagem é capaz de levar o desencadeamento atitudes benéficas compartilhadas, no sentido de contornar as dificuldades da profissão, melhorando a eficácia e qualidade nas ações que constituem o cuidado, e assim também tento como preocupação a saúde do trabalhador na enfermagem em busca do próprio equilíbrio no ambiente, havendo mais compreensão nas questões do atendimento humanizado, este que transmitirá por meio do cuidado a satisfação do cliente, repercutindo na integração e a união da classe de enfermagem.

CAPÍTULO II

A SAÚDE DO CUIDADOR

A ação de cuidar dos seres humanos envolvem ações específicas e atitudes tais como a preocupação, boa vontade, fazendo parte do processo cuidar, este que por sua vez englobam componentes harmônicos que visam à conservação da identidade humana.

A forma de interagir ao cuidar demonstra o interesse pelo próximo, principalmente àquele que tem o cuidado como profissão.

Na Enfermagem o tempo é dedicado para a manutenção da vida, gente cuidando de gente, reparando aquilo que tem como barreira a integridade do ser humano, desta forma exige um preparo amplo e constante aprimoramento profissional e pessoal.

A profissão de enfermagem envolve além das competências científicas e éticas, habilidades a interação pessoal, o respeito ao outro, a forma de agir com empatia, com criatividade no uso de linguagens diante dos momentos terapêuticos, respeitando o cliente dentro e seus valores, sendo um trabalho humano que tem a finalidade o cuidado.

Souza apud Cianciarullo (2001) afirma que a união da ciência e cuidado dentro da enfermagem resulta em resultado possibilitar a expressão da criatividade e a arte, para facilitar diante do tratamento terapêutico. Assim compreendendo o respeito ao ser humano dentro da profissão de enfermagem, possibilitando valorizar o profissional também na forma pessoal, dentro das dimensões éticas.

No dia-a-dia de trabalho, os profissionais de enfermagem vivenciam momentos de pressão, sofrimentos físicos e psicológicos, que exige seu desenvolvimento emocional com o paciente. Dentro das unidades de saúde, seja ele em Posto de Saúde ou Hospital, o profissional é procurado para solucionar problemas de pessoas que estão na busca de aliviar seus sofrimentos, físico ou emocional.

E muitas vezes quando não se alcança os resultados esperados pela equipe de enfermagem frente aos clientes, no ato de cuidar, ficando propício a geração de um sentimento de frustração provocando conseqüentemente o desânimo. Dessa forma o profissional tende a acumular um desgaste emocional, podendo ser observada no seu estado físico na forma apática de realizar suas funções, não conseguindo equilibrar seu emocional dentro do ambiente de trabalho.

Sendo assim, um dos passos para evitar as frustrações é iniciar um bom relacionamento dentro da equipe, esta que ajudará a solucionar os problemas, desenvolvendo uma relação de confiança dentro do grupo.

A postura do enfermeiro diante a equipe e do paciente tem um papel importante na construção deste vínculo, suas atitudes influenciam na aceitação do paciente diante dos procedimentos conseguindo formar uma relação de confiança no ambiente de trabalho.

No entanto a enfermagem é um trabalho que interage a ação humana com pratica social. E para atender a população, a equipe de enfermagem geralmente trabalha com um número reduzido de profissionais em vista do aumento da produtividade, o que na maioria das vezes alguns profissionais são atingidos pela sobrecarga.

Desta forma o estresse ocupacional dentro da equipe de enfermagem faz compreender a insatisfação profissional podendo ser refletido nos acidentes de trabalho, na sobrecarga e principalmente na qualidade do trabalho, e assim ficam expostos a algumas doenças adquiridas dentro do ambiente de trabalho.

O estresse é a representação de qualquer tipo de aflição, envolvendo o cansaço do corpo e da mente, que pode causar um conjunto de sintomas físicos, psicológicos e comportamentais. De acordo com Rossi, Perrewé e Sauter (2007), o estresse relacionado ao trabalho favorece a contribuição para o desenvolvimento de distúrbios devido à função, problemas psicossomáticos e doenças degenerativas.

No enfrentamento do trabalho, diante do processo doença e cuidar, as exigências das chefias faz surgir responsabilidades que leva ao esgotamento de energias diárias, principalmente mental, que utiliza a capacidade do profissional a ter criatividade na resolução de problemas, e nas atividades que

não estão delegadas as suas funções, mas que são necessárias ser cumpridas, mesmo que havendo sobrecarga continua.

Assim diante do convívio do profissional com as enfermidades, falta de materiais e nas tentativas de buscar soluções para desempenhar suas atividades dentro do limite de tempo para atender a todos, ele acaba ultrapassando seus limites de energia, que levam ao estresse. Dessa forma é freqüente ser observado patologias adquiridas no decorrer do tempo de profissão.

Neste âmbito, os profissionais conseqüentemente adquirem alterações mentais e emocionais, muitas vezes nem percebido pelo profissional, com a diminuição da concentração, perda do senso de humor, nervosismo, preocupação, impaciência e irritabilidade dentro do ambiente de trabalho.

Desta maneira podem ser observados desgastes físicos na forma de reação de defesa que o organismo provoca podendo ser observados por meio dos sinais e sintomas como a fadiga, expressões de dor de cabeça, dores no corpo, principalmente na região cervical, palpitações, alterações intestinais, tremores, náuseas, extremidades frias.

Diante destas situações fica claro que a estrutura mental interage para que o corpo receba estímulos obtendo assim a emissão de resposta conforme a necessidade.

No convívio com diversas pessoas, com diversas patologias, a dinâmica da relação interpessoal faz com que às vezes o desejo de alcançar o objetivo seja barrado, decorrente do estresse que agrava a organização e a operação dentro da equipe de enfermagem, e no processo trabalho sendo traduzidos em desgastes.

O conjunto desses sintomas pode ser definido por transtornos psicossomáticos, Farah e Sá (2008, p. 11) esse termo é definido como:

Algo que pertence ao mesmo tempo ao orgânico e ao psíquico, que é causado ou agravado por estresse psíquico, geralmente involuntário e inconsciente, acompanhado de certas alterações do sistema nervoso.

Assim o profissional encontra dificuldade em trabalhar com as próprias emoções comprometendo sua qualidade de vida e a qualidade de seu trabalho.

Estas observações e queixas na enfermagem podem parecer rotineiras, porém se não for dada uma atenção à qualidade de vida dos enfermeiros a assistência ao paciente será prejudicada. No entanto a enfermagem é uma profissão que pode ser tida como rotineira, se não for tratados esses tipos de transtornos dentro da equipe. O cuidador passa apenas ter uma meta, que é fornecer o conforto no momento em que o cliente está necessitando, deixando de ir à busca do cuidado na forma holística, devido ao estado de sua integridade profissional, tanto física como psíquica prejudicada.

Essa situação em que o cuidador vire cliente chama a atenção para um olhar voltado a quem está cuidando, aquele que mesmo com as dificuldades tenta desempenhar sua tarefa com êxito, vivenciando a angústia, o processo das doenças, as indagações dos acompanhantes, as cobranças das chefias e a falta de compreensão no grupo de trabalho.

Fato este que vai transformando a enfermagem em apenas mais uma profissão, com a meta de garantir o salário, que é pouco, em vista do que é desempenhado por estes profissionais.

À medida que o estresse aumenta, o desempenho e a qualidade no trabalho tende a cair, o profissional passa a ficar sobrecarregado não conseguindo equilibrar adequadamente os estressores no ambiente com trabalho saudável de forma que desempenhe suas funções com bem-estar.

Ao entender estas situações discutidas, o estresse está sendo representado pela síndrome de Burnout, e sobre esta síndrome, Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p. 41) consideram que:

Burnout no trabalho é uma síndrome psicológica que envolve uma reação prolongada aos estressores interpessoais crônicos. As três principais dimensões desta reação são exaustões avassaladoras, sensações de ceticismo e desligamento do trabalho, uma sensação de ineficácia e falta de realização.

Sendo assim os profissionais sentem esgotar as forças, sem ter uma fonte de reposição, principalmente nesta área que há predominância do sexo feminino.

As mulheres deixam à jornada de trabalho e encaram a realidade no convívio com sociedade, dentro da família, prezando sua responsabilidade como cidadã.

A reação negativa, insensível, é refletida nos diversos aspectos do trabalho, deixando de fazer o melhor e passando a fazer o mínimo necessário. Assim descrevem Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p. 42) as atitudes ineficazes representa um componente dentro da síndrome de Burnout:

Refere as sensações de incompetências e a uma falta de realização e produtividade no trabalho. Esta menor sensação é exacerbada por falta de recursos no trabalho, bem como uma falta de apoio social e de oportunidades de desenvolvimento profissional.

A síndrome de Burnout desenvolveu-se devido ao relacionamento em ocupações a cuidados pessoais e serviços assistenciais como no atendimento a saúde mental, profissões religiosas, assistências sociais.

Essas profissões têm em si um foco de igualdade, que é fornecer prestação as pessoas necessitadas, assim estudiosos relacionaram o ambiente de trabalho e os aspectos comportamentais do indivíduo durante a execução das atividades no local de trabalho.

Desta maneira, constataram que o estresse no trabalho ocasiona a má qualidade no emprego, em seguida os relacionamentos familiares e problemas de saúde.

Pessoas que sofrem da síndrome de Burnout, tendem a ter um impacto sobre a compreensão dessa doença diante de seus colegas que não encaram essa síndrome como uma enfermidade, mas sim por desculpas para não realizar as funções designadas no trabalho, sendo vistas como indivíduos preguiçosos, incompetente e que não agüentam o serviço diário.

O conflito dentro do grupo de trabalho pode ser causado constantemente, atrapalhando assim a qualidade nas atividades realizadas.

Quando esta síndrome atinge o estado elevado, estado crítico, faz com que seja contagiosa, perpetuando por meio das interações informais no trabalho, ela pode resultar em absenteísmo³, e o profissional procura fazer o

³ O absenteísmo refere-se às ausências nos momentos em que os empregados deveriam estar trabalhando normalmente.

mínimo do necessário, faltando regularmente, deixando sua jornada de trabalho antes de cumprir sua carga diária ou até mesmo pedem demissão.

Em comum, o profissional que adquire a síndrome está exposto à depressão, diminuindo sua auto-estima, estando associada ao neuroticismo. Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p.46) definem neuroticismo como a uma forma de união dos “traços como a ansiedade, hostilidade, depressão, insegurança e vulnerabilidade”. Sendo assim uma expressão negativa da personalidade do profissional, que com o alto grau de neuroticismo estão suscetíveis a estressores psicológicos, facilitando que ocorra a síndrome de Burnout.

Dentro da equipe de enfermagem onde há um número reduzido de profissionais para atender a demanda, a síndrome de Burnout está sendo cada vez mais comum, mas ainda é difícil de ser diagnosticada e reconhecida pelos trabalhadores, sendo que ela é desenvolvida no decorrer dos anos de profissão.

Nas instituições os setores administrativos não sentem a necessidade de empregar mais funcionários para a com eficácia os clientes, de maneira que desconhecem qual o significado do cuidar.

Assim observam apenas os valores quantitativos dentro da empresa. E para atender as exigências da administração a qualidade no cuidar acaba deixando de ser um objetivo perante aos cuidadores.

Neste sentido, o absenteísmo é visto como prática rotineira daquele que sofre da síndrome de Burnout, sendo uma maneira de fuga do desgaste físico e emocional na forma de não perder o emprego, o que provoca desequilíbrio dentro da equipe o que acaba resultando na incompatibilidade entre as exigências do trabalho e a capacidade do profissional de atender as exigências feitas.

A falta de um ou mais profissional dentro de uma equipe que já conhecem as rotinas das atividades deixa nítido o acúmulo de responsabilidade e a sobrecarga nos outros profissionais, o que pode vir a ser contagiosa esta síndrome.

Diante da sobrecarga, surge também à falta de controle emocional e físico, este que está associado a um nível elevado de estresse.

A falta de controle durante as atividades diárias e o agitação psicológico dos enfermeiros predispõe a si e toda a equipe a cometer

iatrogenias com seus clientes, de forma que não sentem mais a necessidade de desempenhar de maneira compromissada as suas atividades.

Os integrantes da equipe de enfermagem, por estarem tão envolvidos diante do fazer e por preocuparem com a missão de cuidar dos pacientes, muitos não percebem que estão precisando de cuidados.

O enfermeiro na interação com o cliente está exposto a diversos tipos de doenças contagiosas ou não. O contato faz ser seu instrumento principal de trabalho, especialmente quando requerem integralmente de seus cuidados.

Na combinação do desgaste físico e emocional, a exaustão toma conta de todos os momentos exercidos profissionalmente, não conseguindo colocar em prática as teorias que adquiriu dentro de sua profissionalização.

Neste sentido pode ser observada a despersonalização do trabalhador, ocorrendo uma insensibilidade de sua parte frente às queixas dos pacientes, o que aumenta sua irritabilidade desencadeando mais desmotivação.

No entanto tudo que afeta a mente é acompanhado de dor ou prazer, esperança ou temor, o que causa uma agitação no organismo, na busca de esgotar essa explosão de sentimentos.

Desta forma, para ajudar o profissional que sofre da síndrome, é necessário levantar um histórico sobre as condições de vida fora do trabalho, sendo assim a comprovação que o profissional está realmente estressado devido ao ambiente de trabalho, e não aos problemas pessoais, que afetam no envolvimento pessoal.

Portanto, as realidades do exercício da profissão de enfermagem requerem boa saúde física e mental, por muitas vezes estarem desempenhando suas atividades em locais inadequados, encarando o sofrimento, a dor e às vezes o processo da morte do paciente, atendendo seus familiares que buscam ainda uma esperança para encarar a enfermidade dentro dos cuidados da enfermagem.

CAPÍTULO III

RESGATANDO A SAÚDE DO TRABALHADOR

O ser humano que exerce algum tipo de profissão vive a maior parte de seu tempo no ambiente de trabalho e na enfermagem, os profissionais executam uma carga horária 12 horas até mesmo 36 horas/dia, muitas vezes em mais de uma instituição, com pessoas psicologicamente diferentes.

Assim estando propício a encontrar dificuldades na relação interpessoal, e principalmente no trabalho em equipe, o que dificulta o compartilhamento de decisões diante de diferentes situações necessárias ao bom desempenho da equipe.

Ao trabalhar diretamente com pessoas, os profissionais de enfermagem, diante do desempenho de seu trabalho têm como base a convivência, transmitindo energias positivas àquelas pessoas que procuram seus serviços, o que faz estabelecer um vínculo de confiança do cliente com a segurança do ambiente e a capacidade de ter profissionais que garantam a sua sobrevivência, minimizando o sofrimento diante da enfermidade.

Desta forma, as realidades atuais das instituições de saúde fazem com que os atuantes na área da enfermagem trabalhem em locais que os obrigam a realizar ações diferentes, daquelas que o processo de graduação instruiu dentro da jornada de profissionalização. Deixando assim de realizar perfeitamente as técnicas e se adaptando ao meio de recursos que o ambiente lhe proporciona, que na maioria das vezes visa a diminuição dos gastos. Assim o enfermeiro como líder, enfrenta o estresse de conviver com a precária situação de trabalho e desenvolver um dimensionamento de material e pessoal para o atendimento ao cliente, em busca de atingir a assistência com qualidade e garantir seu cargo na instituição.

A responsabilidade é cada vez maior, conforme a titularidade e o cargo que o profissional ocupa no ambiente de trabalho. No entanto as pessoas esperam, criam expectativas de que o líder resolucione todos os problemas que são encontrados, não compartilhando interesses que podem minimizar os

conflitos entre os profissionais. Então quando um profissional se encontra nos limites de estresse, ele consegue, de forma indireta, transmitir essa energia negativa para quem está ao seu redor, tendo como consequência um ambiente carregado de negatividade, não conseguindo desenvolver suas funções e prejudicando os demais profissionais com a sobrecarga de trabalho.

Neste contexto analisamos também a importância da comunicação pois, a aplicação da linguagem adequada é fundamental dentro do trabalho, principalmente quando atendemos pessoas com diversas culturas e principalmente níveis de escolaridade. A equipe de enfermagem tem que saber a forma de comunicação ideal, de maneira que todos entendam, e assim trabalhando com maturidade, fortalecendo o espírito de equipe que irá ser reconhecido por meio da qualidade da assistência e diminuindo o estresse dentro da profissão.

Dentro do trabalho o enfermeiro como líder tem o poder de escolha para criar situações que desenvolva no ambiente profissional, tendo a capacidade de construir um relacionamento confiável, fazendo com que haja uma divisão de responsabilidades, sem causar sobrecarga tanto para si, como para os demais profissionais.

O desejo de mudar o ambiente para facilitar o exercício profissional passa por diversas barreiras, desde planejamento até a aceitação dos colegas e da própria instituição. Assim começam a surgir comportamentos negativos, como a falta de responsabilidade, desrespeito com a clientela, o mau humor diário, as fofocas e principalmente a resistência às mudanças. Desta forma, o estresse e a exaustão, devido ao enfrentamento das situações no ambiente, ficam favorável a ser adquiridos.

A Síndrome de Burnout surgiu para relacionar a saúde física e mental do trabalhador dentro do ambiente de trabalho, fazendo análise das situações vivenciadas e buscando a prevenção do desgaste cotidiano. Esta síndrome segundo Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p.44) pode ser contagiosa e propagar-se indiretamente no trabalho.

O estresse tem um impacto negativo sobre a saúde física e sobre o bem-estar psicológico (...) a exaustão seria previsível (...) tem sido associada a vários sintomas físicos de estresse: cefaléia, problemas

gastrointestinais, tensão muscular, hipertensão, episódios de resfriado/ gripe problemas do sono.

Desta forma esta síndrome é capaz de levar o profissional a diminuição da auto-estima causando a depressão. Na tentativa de avaliação para entender uma pessoa que sofre de burnout, Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p. 46) descrevem as situações que são mais suscetíveis para a síndrome tais como a “sobrecarga, recompensas insuficientes, falta de justiça e conflito de valores”, o que provoca alterações emocionais podendo ser contagiantes.

Assim, o burnout é um problema identificado dentro do ambiente social em que exercem as atividades profissionais havendo incompatibilidade das naturezas do ambiente com o individuo.

Em busca da demonstração da qualidade de vida do trabalho de enfermagem, foi aplicada uma pesquisa na Santa Casa da cidade de Palmital, 420 km da capital. Segundo Tanno (2004, pg.162), a Santa Casa foi fundada em maio de 1966, e iniciando suas atividades com recursos procedente da prefeitura e de dois médicos. Assim em “outubro de 1968, a população tinha disponível uma equipe com quatro médicos, cinco enfermeiros e quinze auxiliares”.

Atualmente a Santa Casa atende uma população aproximadamente 21.727 habitantes, e vem, desde a sua instalação, prestando atendimento com as mais diversas tecnologias para poder prestar serviços de bom nível à população do município e dos que lhe são vizinhos, tais eles Ibirarema e Platina.

Trata-se de uma entidade filantrópica, sem fins lucrativos, mantenedora do único Hospital, com pronto socorro e maternidade anexos, com sessenta e oito leitos, sendo que quarenta e quatro leitos são dirigidos para o atendimento do SUS- Sistema Único de Saúde, que foram distribuídos em:

Setores	Número de leitos	SUS
Cirúrgica geral	14	08
Clinica geral	22	16
Obstetrícia clinica	15	10
Pediatria	17	10
Total	68	44

Desta forma para a realização do trabalho a instituição conta com aproximadamente 108 colaboradores, sendo que trinta e dois técnicos/auxiliares

de enfermagem e seis enfermeiras que foram entrevistados, totalizando 35% dos profissionais atendentes.

O atendimento atinge anualmente aproximadamente, a 40.000 pessoas, sendo que destes mais de 90% são por meio do SUS – Sistema Único de Saúde.

Trata-se de pesquisa de campo, de caráter qualitativo e descritivo. O ambiente da Santa Casa é a fonte natural para coleta de dados. Os sujeitos envolvidos têm as características necessárias para o que se pretende problematizar e compreender a qualidade de vida do trabalhador de enfermagem, o questionário que foi aplicado compõe vinte perguntas sendo dezenove delas alternativas de múltipla escolha.

Os resultados adquiridos foram de um total de 71% (vinte e um profissionais auxiliares/técnico de enfermagem e seis enfermeiras) dos entrevistados, sendo 30% não conseguiram responder devido à falta de tempo não foram encontrados na instituição por motivos de folga, resgatando horas ou mesmo por estarem acompanhando clientes em procedimentos e exames fora da instituição no período de aplicação do questionário.

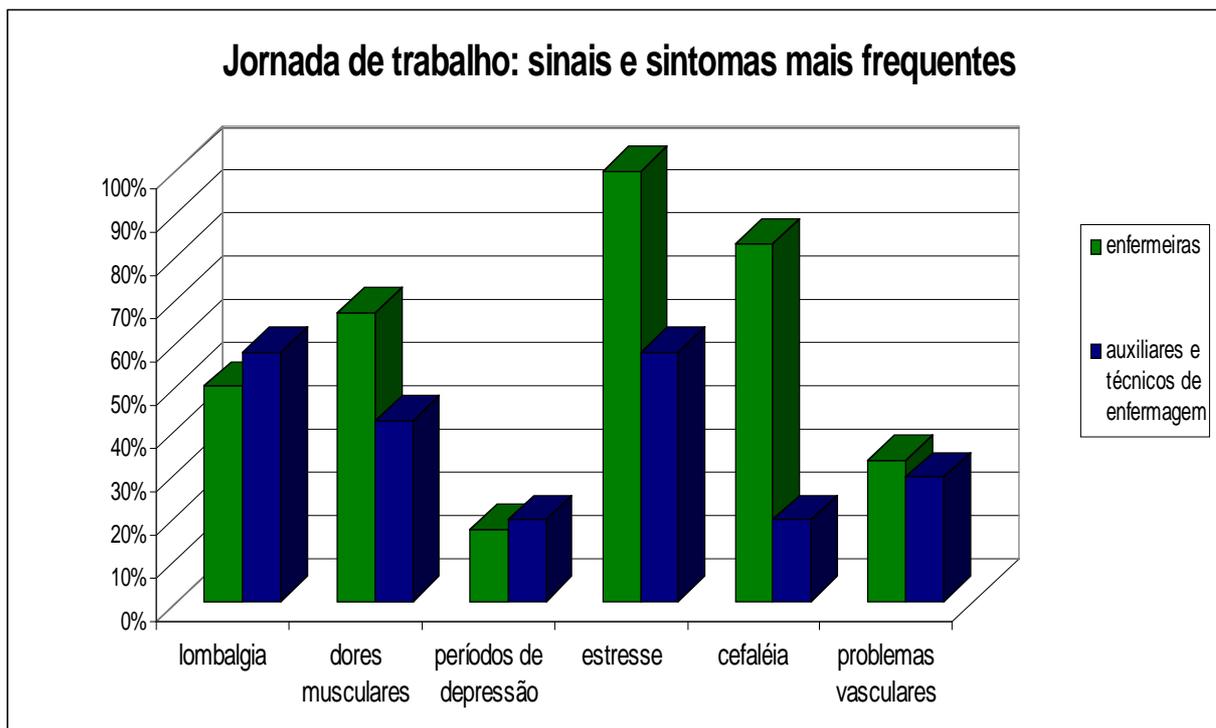
Ao analisar os resultados constatamos que 51% profissionais têm idade de 20 a 35 anos, 49% 36 a 52 anos, e assim 74% têm filhos, sendo 48% casados e 81% dependentes deste único emprego, este que 67% temos 1 a 10 anos de tempo de atuação na enfermagem, diante dos 25% de 11 a 21 anos e 3% de 22 a 32 anos.

Ao se tratar da escolha da profissão de enfermagem, a maior parte totalizando 71% dos atuantes de enfermagem entrevistados fizeram esta escolha profissional por sentirem realizados a prestar cuidados, segundo Giordani (2008, p. 37) cuidado “é um contexto que define as relações de amor e amizade”, o que faz observar que a enfermagem tem como prioridade a relação interpessoal, ajudar as pessoas que não se encontram em condições ideais a realizar as necessidades básicas, tendo como recompensa a satisfação de ser capaz em ajudar pessoas que enfrentam a enfermidade.

Em confirmação do dado acima, 96% dos pesquisados sentem que suas funções fazem a diferença no trabalho, o que reflete na qualidade durante a assistência e sentem valorizados mesmo que indiretamente.

No entanto 70% já sentem ou sentiram mudanças fisiopatológicas durante o tempo de atuação na enfermagem, onde 30% apresentaram sintomas

principalmente de lombalgia, dores musculares e estresse (62%), cefaléia, em seguida surgiram os sintomas de períodos de depressão, alergias, problemas vasculares e pirose. Para melhor demonstração deste porcentual, segue o gráfico abaixo sobre a Jornada de trabalho: sinais e sintomas mais frequentes.



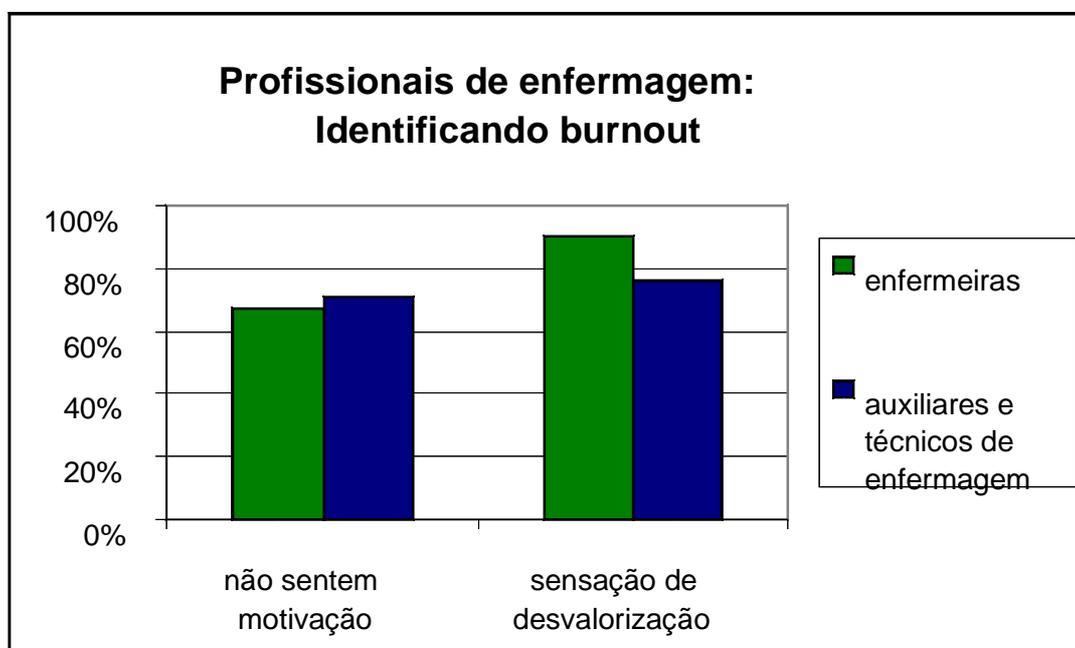
Dentro desta porcentagem, 100% das enfermeiras assinalaram o estresse, e consecutivamente, os sintomas como a cefaléia e dores musculares sendo os mais frequentes, assim podemos observar que em se tratando de quem cuida, o estado de saúde dos atuais trabalhadores estão chegando gradualmente dentro dos limites, onde o estresse poderá causar danos ao estado físico e mental.

No decorrer do trabalho diário, 27% dos profissionais sentem manifestações que são distribuídos dentro dos sintomas: dores de cabeça, sudorese em mãos e pés, preocupação excessiva, irritabilidade, dores no pescoço e ombros e sono irregular, acordando varias vezes durante seu repouso, principalmente em suas residências.

Diante destes sintomas começamos a compreender as possíveis mudanças no organismo do profissional, que pode ser derivado do estresse, de acordo com Rossi, Perrewé e Sauter (2007, apresentação) o estresse é a consequência da reação do individuo à transformações fisiológicas causando um conjunto de sintomas físicos, psicológicos e comportamentais. Sendo assim é um mal a ser

combatido mediante o meio de trabalho, sugerindo o principal sinal de burnout - o estresse.

Uma das situações, além da compreensão do estresse a síndrome de burnout consegue identificar o sintoma de desvalorização do profissional, a pesquisa nos demonstrou que 70% dos profissionais não tem motivação no desenvolvimento do trabalho; 78% destes sentem sensação de desvalorização, isto é muito relevante aos enfermeiros, onde 90% tem essa sensação, por serem líderes de equipe e estarem delegando funções sem causar desmotivação dentro da equipe, dessa forma faz nos refletir diante os dados e o gráfico a seguir, sobre a complexidade de ser líder, com grande carga de responsabilidade e frente a equipes que estão desgastadas, assim surge a indagação, atualmente vale a pena ser líder?, Mesmo sabendo das conseqüências da profissão.



No entanto 96% profissionais afirmaram que o ambiente de trabalho disponibiliza equipamentos de proteção individual (EPI), e 51% sentem satisfação em trabalhar em equipe. Dentro do contexto de Giordani (2008, p.127) define que o “trabalho em equipe sugere interação, harmonia e qualidade na realização de tarefas em prol de um bem comum”, demonstrando que mesmo com os estressores naturais do ambiente os profissionais buscam desenvolver o trabalho em conjunto.

Mesmo com este número de satisfação, 55% sentem falta de estímulos, contatos com os superiores para o enfrentamento do estresse. Em seguida 51% dos profissionais, desconhecem o apoio da instituição para o crescimento pessoal e profissional, dentro do ambiente de trabalho, logo 85% dos profissionais não identificaram nenhum tipo de promoção à saúde, na tentativa de favorecer o estilo de vida e melhor desempenho no trabalho.

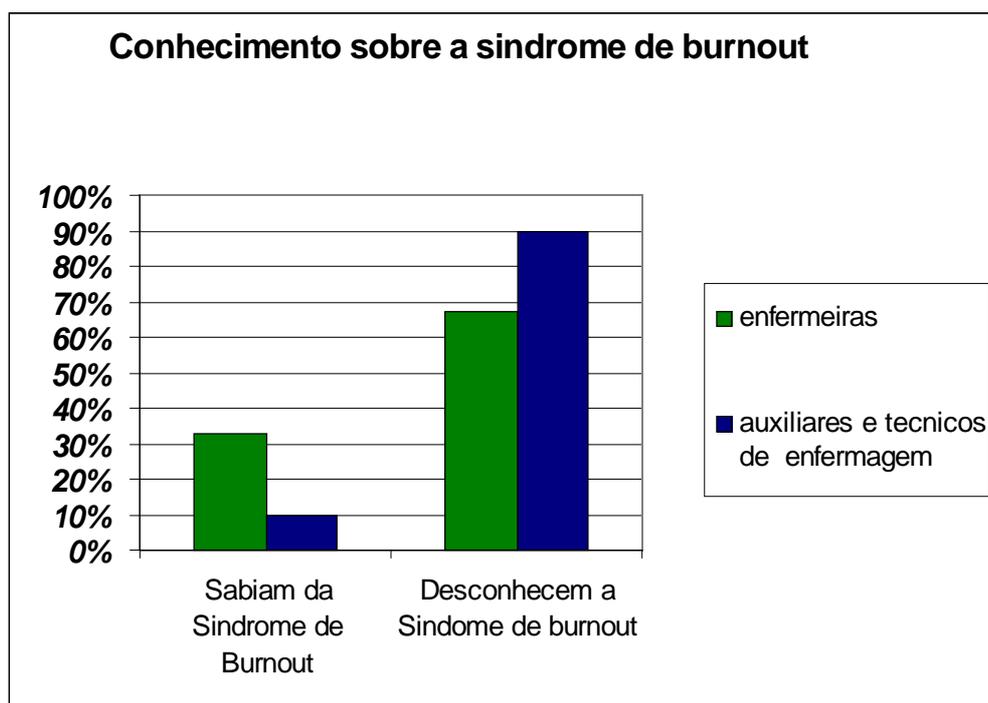
Tendo em vista mais uma situação de burnout, a recompensa insuficiente, dentro da concepção de Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p.48) “as pessoas querem que alguém note e se importe com a qualidade de seu trabalho, sendo recompensadas pelo reconhecimento (...) querem algum retorno sobre seus esforços”. De tal forma ao identificar com a escolha de profissão e sentirem capazes de cuidar, os profissionais são remunerados para exercer as atividades de cuidador, o que se torna diferente dos costumes da antiguidade, quando as pessoas ofereciam o cuidar na condição de caridade.

Desta forma, 85% sentem-se satisfeitos a trabalharem com seus colegas, onde 48% encontram apoio para a resolução dos problemas identificados, mas mesmo assim 81% sentem sobrecarregados. Dentro das concepções de Rossi, Perrewé e Sauter (2007, p.47), as sobrecargas em pessoas que sofrem a síndrome burnout fazem com que haja um desequilíbrio ou incompatibilidades esclarecidas entre as exigências do trabalho e a eficácia no desenvolvimento do indivíduo a atender essas exigências, isso reflete nos cargos que as enfermeiras ocupam segundo Jacob (2005), o enfermeiro é a figura central quando diante do processo cuidar, mantendo o equilíbrio emocional diante das ações realizadas.

Na busca de aprimoramento, em conhecer novos conceitos, instrumento de trabalho e técnicas 89% buscam por meio de cursos- Educação Continuada o aperfeiçoamento profissional, podendo ser demonstrado, ainda que a característica da profissão seja o estresse onde o relacionamento interpessoal se mostre difícil e as atividades dos profissionais sejam pouco valorizadas, 92% sentem-se satisfeitos atualmente em trabalhar na área da saúde, ainda que a característica da profissão seja o estresse onde o relacionamento interpessoal se mostre difícil, além de identificar a desvalorização e 66% não mudariam de profissão, e os que mudariam escolheria a psicologia, mesmo sabendo que nesta profissão também há um envolvimento com diversas pessoas, onde são analisados os comportamentos, não deixando de ser propício a adquirir exaustões

mentais e conseqüentemente físicas. Diante deste resultado, a grandeza da enfermagem mostra que é preciso valorizar o estado emocional ao cuidador por estar envolvido nas demais profissões da saúde.

Observando todas as características dos profissionais, quando é indagado sobre a síndrome de burnout apenas 15% sabiam do assunto, 85% nunca ouviram falar sobre essa síndrome.



Considerando que burnout surgiu recentemente, as pessoas necessitam estar cientes de que estão sujeitas a adquirirem esta síndrome, assim necessitam de informações que ajudem a prevenir o adoecimento do profissional, melhorando seu desempenho no trabalho, e não esperando que ele adoça para buscar ajuda.

Sendo assim, a pesquisa demonstra que na referida instituição os indícios da síndrome deixa claro que são reais os indícios que causam a síndrome de burnout, podendo ser observados as situações e os sintomas nos profissionais dentro do ambiente de trabalho onde passam a maior parte do tempo, com jornadas de 12 até 36 horas.

Diante desses dados compreender a importância de ter um olhar para quem cuida, e divulgar seus direitos fazendo desfrutar dos benefícios de sua profissão, contribuindo para o despertar da motivação o exercício profissional.

Assim (FAGIN apud SCHMIDT, 2007, p.45) aponta uma lista de seis direitos dos atuantes da enfermagem:

- Direito de serem tratados com dignidade em sua auto-expressão e autocrescimento através do uso de suas habilidades e preparação educacional;
- Direito ao reconhecimento por contribuir para que o ambiente seja favorável à prática de enfermagem através de uma remuneração profissional economicamente apropriada;
- Direito a um ambiente de trabalho que minimize o estresse físico e emocional e os riscos à saúde;
- Direito de controlar o que deve ser a prática profissional dentro dos limites legais;
- Direitos de estabelecer padrões para a excelência na enfermagem;
- Direitos à ação social e política em favor da enfermagem e do cuidado da saúde.

O respeito a tais direitos torna possível contribuir para o bem estar físico e emocional, tendo mais qualidade na saúde dos atuantes na área da enfermagem de maneira humanizada.

De tal forma compreender que o profissional está passando por um processo de adoecimento dentro do ambiente de trabalho, frente a preocupação com produtividade e o não reconhecimento da qualidade de saúde dentro da equipe de enfermagem em meio ao ambiente, haverá um risco maior do surgimento da síndrome de burnout.

CONCLUSÃO

Na busca da qualidade de vida do trabalhador dentro da equipe de enfermagem é necessário adotar um conceito mais amplo sobre o estresse e não tratá-lo como uma questão isolada, sendo pertinente dentro das instituições intervenções contra o estresse e assim resultando em interesse de organização dentro do trabalho em busca da produtividade favorecendo o bem estar dos trabalhadores.

Desta forma é possível chamar a atenção das instituições de saúde para o fato de que o cuidador que está adoecendo, tornando preocupante a saúde do trabalhador, que poderá refletir diante do atendimento ao cliente.

A enfermagem tem consigo o dom de saber ler a fisionomia do outro, sem sentir necessidade de ouvi-lo, onde diariamente é treinada a sensibilidade com o semelhante, mesmo que suas crenças sejam opostas, mas não deixam que seus valores atrapalhem o desejo de atender com amor e afeto seus cliente em busca de manter a vida saudável.

É relevante que os administradores das instituições desenvolvam ações para melhorar a qualidade de vida profissional, bem como despertar um melhor reconhecimento da equipe de enfermagem, e ainda ações que ajude os profissionais de enfermagem a reconhecer a importância de buscar a auto-estima, que repercutirá em um bom relacionamento dentro do trabalho, alcançando a satisfação de tornar real assistência com qualidade.

Desta forma o profissional não precisa fazer o mínimo necessário dentro do ambiente de trabalho, é necessário que as instituições percebam que a equipe de enfermagem não está sendo reconhecida a altura da importância do seu fazer, não recebendo gratificações em troca de seu bom trabalho, lembrando que necessita trabalhar em ambiente que requer a utilização do potencial criativo além de condutas de assistência de enfermagem.

No entanto, os próprios profissionais reconhecendo que estão cansados, esgotados fisicamente e mentalmente, também têm que ir em busca de ajuda, de forma que não espere só por ações e soluções da instituição. Cada pessoa tem que reconhecer seus limites, e ir em busca de soluções quando identifica

que algo não está bem, pois a falta de reconhecimento profissional não é realidade só na enfermagem, segundo as referências ao avaliar a síndrome de burnout, ela está presente nas diversas profissões.

É necessário estar sadio para levar o conforto, segurança e a sensação de bem-estar para os que procuram o serviço hospitalar. Assim, despertar para o autocuidado com momentos de lazer e cuidados com o corpo e a mente, é indispensável.

O autocuidado começa quando o ser humano percebe e enxerga em sua volta atitudes que está fugindo do controle emocional e físico, e que prejudica todo o seu fazer durante as jornadas de trabalho, apagando as cores dentro de sua vida, acreditando que não vale mais a pena desenvolver o trabalho com coerência, pois sentem não tem mais importância do mesmo.

Assim se faz necessário fazer com que o cuidador busque alternativas para encontrar equilíbrio mental e físico a fim de querer prestar assistência as pessoas que estão frente à enfermidade. De tal forma não é possível os cuidadores estarem dispostos a cuidar de pessoas enfermas sendo que eles encontram-se enfermos.

REFERÊNCIAS

• BIBLIOGRAFIAS

ANTHIKAD, Jacob. **Psicologia para Enfermagem**. Tradução de Fernando Gomes do Nascimento; revisão técnica de Ana Cristina de Sá. São Paulo: Reichmann & Autores Editores, 2005.

CIANCIARULLO, Tamara Iwanow. **Instrumentos Básicos para o Cuidar: Um Desafio para a Qualidade de Assistência**. São Paulo: Atheneu, 2005.

CIANCIARULLO, Tâmara Iwanow. et al. **Sistema de Assistência de Enfermagem: evolução e tendências**. 2 ed. Atual. São Paulo: Ícone, 2001.

CRUZ, Eliane Bezerra da Silva. **Estudo sobre a Problemática de Saúde dos Trabalhadores de Enfermagem: perspectivas para Vigilância à Saúde**. Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de São Paulo. SP, 2006.

FARAH, Olga Guilermina Dias; SÁ, Ana Cristina de. **Psicologia aplicada à enfermagem**. Manole, 2008.

GIORDANI, Anney Tojeiro. **Humanização da Saúde e do Cuidado**. São Caetano do Sul: Difusão Editora, 2008.

HELMAN, Cecil G. **Cultura, Saúde & Doença**. 4 ed. Porto Alegre: Artmed, 2003.

Moreira, Almeida, OGUISSO, Taka. **Profissionalização da Enfermagem Brasileira**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

OGUISSO, Taka; SCHMIDT, Maria José. **O exercício da Enfermagem: uma abordagem ético- legal**. 2 ed. atual e ampl. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

ROSSI, Ana Maria, PERREWÉ, Pámela L., SAUTER, Steven L., **Estresse e Qualidade de Vida no Trabalho: perspectivas atuais as saúde ocupacional**. 1 ed. São Paulo: Atlas, 2007.

SILVA, Maria Julia Paes. **Qual o Tempo do Cuidado?**. São Paulo: Loyola, 2004.

TANNO, Janete Leiko. **Palmital: memórias de uma cidade do interior**. Palmital-SP, 2004

TRONCHIN, Daisy Maria Rizzato. et al. **Gerenciamento em Enfermagem**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

- **ELETRÔNICAS**

APPOLINARIO, Renata Silveira. **Absenteísmo na equipe de enfermagem: análise da produção científica.** Rev. enferm. UERJ. [online]. jan./mar. 2008, vol.16, no.1 [citado 01 Abril 2009], p.83-87. Disponível na World Wide Web: <http://www.portalbvsenf.eerp.usp.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-35522008000100013&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 0104-3552. Acesso em: 2 junho de 2009.

BARTMAM, Mercilda. **Evolução histórica dos cursos de Auxiliar e Técnico de Enfermagem no contexto sociopolítico-econômico do Brasil.** Disponível em <<http://www.senac.br/informativo/bts/233/boltec233c.htm>>. Acesso em: 2 de junho de 2009 .

DANTAS, Rosana Aparecida Spadoti, AGUILLA, Olga Maimoni. **O ENSINO MÉDIO e o EXERCÍCIO PROFISSIONAL no CONTEXTO da ENFERMAGEM BRASILEIRA.** Rev. Latino-Am. Enfermagem v.7 n.2 Ribeirão Preto abr. 1999. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010411691999000200004&script=sci_arttext. Acesso em 2 junho de 2009.

ANEXO

- sim não
8. As condições de trabalho: exigências, organizações, remuneração e ambiente, facilitam a execução ou condutas do seu trabalho, motivando se desenvolvimento no mesmo?

sim não

9. Sobre a Síndrome de Burnout posso afirmar que esta é caracterizada por:

exaustão física e emocional diante dos estressores no trabalho, fazendo com que o profissional considere que o trabalho ou sua opção de profissão é estressante.

depressão devido a atividade diária, sendo esta relacionada a varias situações desejáveis.

ansiedade, caracterizando-se por crises súbitas, sem fatores desencadeantes aparentes e, frequentemente, incapacitastes. Sendo seus sintomas contração/tensão muscular, rijeza, palpitações, tontura, atordoamento, náusea, dificuldade de respirar (boca seca), calafrios ou ondas de calor, sudorese.

não tenho conhecimento sobre esta síndrome.

10. No decorrer da jornada de trabalho, quais dessas manifestações são mais comuns no seu dia- dia:

dores de cabeça por tensão

insônia

comer em excesso

nervosismo

sudorese em mãos e pés

perda de apetite

taquicardia

indigestão/ perda do apetite

pesadelos

preocupação excessiva

irritabilidade

dores em pescoço e ombros

náuseas e vômitos

sono irregular, acordando varias vezes durante seu repouso.

11. Define com uma breve frase o significado hoje de:

Enfermagem _____

Estresse _____

Saúde _____

Comprometimento no trabalho _____

12. Você sente falta de estímulos, contatos com os superiores para a cooperação de enfrentar o estresse?

sim não

13. A Santa Casa fornece apoio psicológico de forma que permita o crescimento pessoal e profissional, no ambiente de trabalho?
() sim () não
14. Você sente satisfeito com o trabalho de seus colegas no setor onde atua?
() sim () não
15. Durante suas atividades, você sente sobrecarregado?
() sim () não
16. Você encontra apoio da equipe/ membros, para a resolução de problemas identificados?
() sim () não
17. A instituição promove ações para saúde ocupacional, voltadas para a prevenção e controle de problemas emocionais e mentais, na tentativa de favorecer um estilo de vida, e melhor desempenho no seu trabalho?
() sim () não
18. Você costuma a fazer cursos (educação continuada)?
() sim () não
19. Hoje sente satisfeito em trabalhar na área da saúde:
() sim () não
20. Você mudaria de profissão hoje?
() sim () não
Qual _____