

Estressores ocupacionais vivenciados por enfermeiros da estratégia saúde da família

Occupational stressors experienced by nurses of the family health strategy

Estresores ocupacionales vivenciados por enfermeros de la estrategia salud de la familia

Karina Viana Ribeiro^{1(*)}, Priscila Saraiva Caramuru², Jéssica da Silva Ferreira³, Giovana Cópio Vieira⁴,
Érica Almeida Alves Pereira⁵, Joanir Pereira Passos⁶.

¹Enfermeira do HUCFF/UFRJ. Mestre em Enfermagem, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Integrante do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

²Mestre em Enfermagem, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Integrante do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

³Mestre em Enfermagem, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Integrante do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

⁴Mestre em Enfermagem, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Integrante do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

⁵Doutoranda em Enfermagem e Biociências, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Integrante do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

⁶Doutora em Enfermagem, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Docente da EEAP/UNIRIO. Coordenadora do grupo de pesquisa Pensat/UNIRIO

RESUMO

Revisão integrativa com o objetivo de analisar os principais estressores ocupacionais relacionados ao trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. Realizada nas bases de dados MEDLINE, LILACS e BDENF, identificadas 149 publicações, sendo selecionados 10 artigos. Os principais estressores ocupacionais encontrados foram multiplicidade de tarefas / sobrecarga de trabalho (n=7); recursos materiais e estruturais escassos (n=4) e falta de suporte institucional e social (n=4). A diversidade

Autor de Correspondência:

*Karina Viana Ribeiro . E-mail: karinavr22@hotmail.com

de estressores presentes no ambiente de trabalho predispõe os indivíduos ao estresse ocupacional, ocasionando danos à saúde, seja na esfera física e/ou psíquica. Assim, são importantes a discussão e a implementação de estratégias para minimizar agravos à saúde do trabalhador, decorrentes do estresse ocupacional nas unidades de Estratégia Saúde da Família. Sugere-se a realização de novos estudos, dada a relevância da temática.

Palavras-chave: Enfermagem. Estresse Psicológico. Saúde do Trabalhador.

ABSTRACT

This is an integrative review to analyze the main occupational stressors related to the work of the nurses of the Family Health Strategy. It was carried out in the MEDLINE, LILACS and BDNF databases, with 149 publications being identified, 10 articles being selected. The main occupational stressors were multiplicity of tasks / work overload (n = 7); scarce structural and material resources (n = 4) and lack of institutional and social support (n = 4). The diversity of stressors present in the work environment predisposes individuals to occupational stress, causing damage to health, whether in the physical and / or psychic sphere. Thus, it is important to discuss and implement strategies to minimize damage to the workers' health from occupational stress in the Family Health Strategy units. Further studies are suggested, given the relevance of the theme.

Keywords: Nursing. Stress, Psychological. Occupational Health.

RESUMEN

Revisión integrativa para analizar los principales estresores ocupacionales relacionados al trabajo de los enfermeros de la Estrategia Salud de la Familia. Realizada en las bases de datos MEDLINE, LILACS y BDNF, identificadas 149 publicaciones, fueron seleccionados 10 artículos. Resultados: los principales estresores ocupacionales encontrados fueron multiplicidad de tareas / sobrecarga de trabajo (n = 7); recursos materiales y estructurales escasos (n = 4) y falta de soporte institucional y social (n = 4). Conclusión: la diversidad de estresores presentes en el ambiente de trabajo predispone a los individuos al estrés ocupacional, ocasionando daños a la salud, sea en la esfera física y / o psíquica. Así, son importantes la discusión y la implementación de estrategias para minimizar agravios a la salud del trabajador, resultantes del estrés ocupacional en las unidades de Estrategia Salud de la Familia. Se sugiere la realización de nuevos estudios, por la relevancia de la temática.

Palabras clave: Enfermería. Estrés Psicológico. Salud Laboral.

INTRODUÇÃO

Em 1994, foi implantado o Programa de Saúde da Família, atualmente denominado Estratégia Saúde da Família (ESF). A ESF é entendida como uma estratégia de reorientação do modelo assistencial, operacionalizada pela implantação de equipes

multiprofissionais em unidades básicas de saúde. Estas equipes acompanham um número definido de famílias, localizadas em um território delimitado, realizando ações de promoção e prevenção da saúde, recuperação, reabilitação de doenças e agravos

mais frequentes, e na manutenção da saúde desta população adscrita¹⁻².

No contexto do processo de trabalho das equipes da ESF, o enfermeiro é o profissional responsável pela supervisão dos agentes comunitários de saúde (ACS). Além desta, possui outras atribuições, como realização de consultas de enfermagem, ações coletivas e grupos educativos; planejamento das atividades desenvolvidas pelos ACS; supervisão do auxiliar ou técnico de enfermagem; participação e realização de educação permanente dos membros da equipe.

E ainda, as atribuições comuns a todos os profissionais, como manter o cadastro das famílias atualizado; realizar reunião de equipe semanalmente; promover a mobilização e a participação da comunidade; identificar parceiros e recursos na comunidade que possam potencializar ações intersetoriais, entre outras¹. Essa multiplicidade de funções pode levar a uma sobrecarga no trabalho do enfermeiro, que, por sua vez, pode ocasionar o estresse ocupacional.

Nos últimos anos, observa-se o crescente número de estudos sobre o estresse ocupacional e seus fatores estressores, fazendo com que este campo de investigação se tornasse distinto e com características próprias. Também, deve-se partir da premissa de que o estresse ocupacional é situacional, tornando-se importante analisá-lo no atual contexto da ESF, considerando para isso a natureza do trabalho, a busca constante por melhor desempenho e a produtividade dos trabalhadores, que visam a maiores e melhores resultados institucionais³.

Os enfermeiros estão sujeitos, frequentemente, às condições inadequadas de trabalho, jornadas prolongadas, excesso de tarefas, ambiente físico inadequado, entre outros⁴. Somada a isso, a inserção do enfermeiro da ESF no território onde se desenvolve a vida cotidiana da população adscrita proporciona o estreitamento da sua relação com o usuário do serviço de saúde, podendo proporcionar sofrimento, frustração e angústia⁵. Esses diversos

fatores podem levar à ocorrência de estresse no profissional enfermeiro.

Diante do exposto, elaborou-se a seguinte questão norteadora para o estudo: “Quais são os principais estressores ocupacionais vivenciados pelos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família”? O objetivo delineado foi analisar os principais estressores ocupacionais relacionados ao trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. A relevância do estudo dá-se na construção e aprofundamento do conhecimento relacionado à temática, podendo-se ainda, através dele, pensar formas de prevenção e enfrentamento do estresse, visando à redução desse agravo e ao bem-estar biopsicossocial desses profissionais.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa, que tem como finalidade reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um determinado tema, de forma sistemática e ordenada. Dessa forma, é obtido um profundo entendimento sobre um determinado fenômeno⁶.

O levantamento bibliográfico dos artigos foi realizado na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que abrange as bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Bases de Dados de Enfermagem (BDENF), no período dos últimos 10 anos, sendo as buscas realizadas em março de 2016.

O método de busca deu-se através do uso dos seguintes descritores: enfermagem “and” estresse “or” esgotamento profissional “and” saúde da família.

Os critérios de inclusão foram textos sob a forma de artigos científicos, com acesso livre, disponíveis na íntegra, publicados nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem os estressores ocupacionais vivenciados pelos enfermeiros da

Estratégia Saúde da Família. Como critério de exclusão, ser artigo de revisão bibliográfica.

Posteriormente, foi realizada a triagem dos estudos repetidos. A análise dos artigos mutuamente exclusivos foi realizada por dois pesquisadores independentes, e quando não houve consenso entre os avaliadores em relação à inclusão de determinado estudo, o mesmo foi incluído, a fim de se evitar perdas.

Após a seleção dos artigos, elaborou-se uma matriz abrangendo: título, autor(es), base de dados, periódico, ano de publicação, método e principais resultados. Para análise dos principais resultados, utilizaram-se os eixos temáticos: Relações Interpessoais, Papéis Estressores da Carreira e Fatores Intrínsecos ao Trabalho, baseados nos três fatores do Inventário de Estresse em Enfermeiros⁷.

RESULTADOS

Na busca dos artigos, foram identificados 149 estudos na BVS (MEDLINE, LILACS, BDENF), destes 139 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão preestabelecidos e um artigo estava disponibilizado em duas bases de dados.

Dos incluídos, 10 artigos atenderam ao objetivo do estudo, compreendendo o período dos últimos 10 anos; sete (70%) foram publicados entre os anos de 2006 e 2010 e três (30%) no período de 2011 a 2015.

Em relação à base de dados, observou-se que nove (90%) artigos estavam na base de dados LILACS, um (10%) na BDENF e um (10%) na MEDLINE. Quanto ao método utilizado, seis (60%) artigos empregaram a abordagem qualitativa, dois (20%) a abordagem quantitativa e dois (20%) realizaram a abordagem quanti-qualitativa.

Quadro I – Produção científica segundo título, autores, base de dados, periódico de publicação, ano e método

Título	Autor(es)	Base	Periódico	Ano	Método
Estratégias de gerenciamento de riscos psicossociais no trabalho das equipes de saúde da família	Camelo SHH, Angerami ELS ⁸	LILACS	Revista Eletrônica de Enfermagem	2008	Qualitativo
Vulnerabilidade ao estresse e satisfação no trabalho em profissionais do programa de saúde da família	Suehiro ACB, Santos AAA, Hatamoto CT, Cardoso MM ⁹	LILACS	Boletim de Psicologia	2008	Quantitativo
Coping mechanisms used by non-burned out and burned out workers in the family health strategy	Trindade LL, Lautert L, Beck CLC ¹⁰	LILACS BDENF	Revista Latino-Americana de Enfermagem	2009	Quanti-qualitativo
O trabalho do enfermeiro em saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade	Fontana RT, Siqueira KI ¹¹	LILACS	Cogitare Enfermagem	2009	Quanti-qualitativo
Overlapping of duties and technical autonomy among nurses of the Family Health Strategy	Feliciano KVO, Kovacs MH, Sarinho SW ¹²	LILACS	Revista de Saúde Pública	2010	Qualitativo

Título	Autor(es)	Base	Periódico	Ano	Método
Equipes do programa saúde da família: estresse profissional e dinâmica de trabalho	Campos EP, Chaves AN, Pereira CM, Fontaine JAL, Santos LJ, Cardoso LMF ¹³	LILACS	Revista de Atenção Primária à Saúde	2010	Qualitativo
Syndrome of Burnout among the workers of the Strategy of Health of the Family	Trindade LL, Lautert L ¹⁴	MEDLINE	Revista da Escola de Enfermagem da USP	2010	Quantitativo
Condições de trabalho e renormalizações nas atividades das enfermeiras na saúde da família	Bertoncini JH, Pires DEP, Scherer MDA ¹⁵	LILACS	Trabalho, Educação e Saúde	2011	Qualitativo
Sofrimento psíquico do trabalhador da saúde da família na organização do trabalho	Ribeiro SFR, Martins STF ¹⁶	LILACS	Psicologia em Estudo	2011	Qualitativo
Profissionais da Estratégia Saúde da Família diante de demandas médico-sociais: dificuldades e estratégias de enfrentamento	Kanno NP, Bellodi PL, Tess BH ¹⁷	LILACS	Saúde e Sociedade	2012	Qualitativo

Fonte: autores (2016)

Quadro II – Principais estressores ocupacionais descritos nos artigos selecionados de acordo com a categorização temática

Relações interpessoais	Papéis estressores na carreira	Fatores intrínsecos ao trabalho
<p>Falta de esclarecimento da população;</p> <p>Não adesão dos usuários às orientações;</p> <p>Relacionamento com os usuários;</p> <p>Relacionamento com a equipe multiprofissional;</p> <p>Relacionamento com o gestor;</p>	<p>Falta de suporte institucional;</p> <p>Situações críticas vivenciadas;</p> <p>Preconceito;</p> <p>Indefinição do papel do enfermeiro;</p> <p>Recursos escassos;</p> <p>Falhas nas redes de atenção à saúde;</p> <p>Prazos/metras para realização de trabalhos;</p> <p>Falta de tempo para demandas complexas e atividades educativas;</p> <p>Falta de capacitação;</p> <p>Atendimento desqualificado.</p>	<p>Multiplicidade de tarefas/ Sobrecarga de trabalho;</p> <p>Carga horária extensa;</p> <p>Formação diferenciada dos membros da equipe;</p> <p>Baixa remuneração.</p>

Fonte: autores (2016)

Pode-se observar no Quadro 2 que 19 estressores foram mencionados, sendo cinco (26,3%) referentes às relações interpessoais, dez (52,6%) aos papéis estressores na carreira e quatro (34,8%) aos fatores intrínsecos ao trabalho.

Nos resultados, percebeu-se que diversos são os fatores ocupacionais relacionados ao trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família, sendo alguns mais frequentes do que outros.

Os estressores ocupacionais mais relatados foram multiplicidade de tarefas /sobrecarga de trabalho, identificados em 70% (n=7) dos estudos, seguidos por escassez de recursos materiais e estruturais e a falta de suporte institucional / social, ambos apontados em 40% (n=4) das pesquisas.

No que tange aos problemas de relacionamento com a equipe multiprofissional e usuários, falta de tempo para realizar as atividades de promoção e prevenção da saúde, como grupos educativos e atender a demandas complexas, situações críticas vivenciadas e falhas nas redes de atenção à saúde, foi observada a presença desses estressores em 30% (n=3) dos artigos analisados.

E ainda, dentre os 20% (n=2) de estudos pesquisados, foram identificados os seguintes estressores: baixa remuneração, prazos/metras para realização de trabalhos, carga horária extensa, falta de capacitação, indefinição do papel do profissional e, em 10% (n=1), a formação diferenciada dos membros da equipe, relacionamento com o gestor, preconceito, não adesão dos usuários às orientações, falta de esclarecimento da população e atendimento desqualificado.

DISCUSSÃO

No eixo temático relações interpessoais foram mencionados como fatores estressores: falta de esclarecimento da população; não adesão dos usuários

às orientações; relacionamento com os usuários; relacionamento com a equipe multiprofissional; relacionamento com o gestor.

Os problemas na comunicação e relacionamentos com equipe multiprofissional e usuários chamam a atenção pelo fato de na área da saúde e, em especial, na enfermagem, a comunicação entre profissionais e usuários, profissionais e equipe, ser frequente e imprescindível para o adequado cuidado dos usuários dos serviços de saúde. Não há um cuidado qualificado e humanizado sem uma comunicação clara e efetiva.

Em um estudo com trabalhadores de saúde mental, o segundo fator de estresse mais citado constituiu a categoria relacionamento no trabalho. Os participantes citaram a dificuldade no relacionamento interpessoal entre os profissionais como conflituoso e assinalaram, em menor frequência, as dificuldades no relacionamento com os usuários. A questão do trabalho multidisciplinar e a falta de uma boa relação entre si apontam para as dificuldades vivenciadas por estes profissionais quanto a esta questão. Tais achados são semelhantes aos achados desta pesquisa¹⁸.

Nesse sentido, reitera-se que a atividade do enfermeiro envolve paciente, família e equipe, sendo sua atuação complexa e diversificada. Nesse processo de cuidar, o enfermeiro é mediador entre a equipe de enfermagem, o cliente, a família e outros profissionais, estabelecendo um elo de comunicação na busca por equilíbrio entre as relações desenvolvidas, o que pode ser um fator gerador de estresse¹⁹.

Assim, pode-se afirmar que o relacionamento interpessoal é um potencial estressor, o que é corroborado por diversos estudiosos da área da saúde¹⁸⁻²².

Com relação aos fatores estressores referidos no eixo temático papéis estressores na carreira foram identificados: falta de suporte institucional; situações críticas vivenciadas; preconceito;

indefinição do papel do enfermeiro; recursos escassos; falhas nas redes de atenção à saúde; prazos/metapas para realização de trabalhos; falta de tempo para demandas complexas e atividades educativas; falta de capacitação; atendimento desqualificado.

Recursos escassos, como insuficiência de recursos materiais e humanos, também são mencionados como estressores em outros estudos realizados com enfermeiros hospitalares¹⁹⁻²⁰. Salienta-se que a escassez dos recursos materiais para o desenvolvimento do trabalho provoca o imprevisto, o que pode gerar cansaço físico e mental pelo tempo dispendido¹⁹.

Portanto, a falta de recursos no trabalho (de pessoal, materiais ou físicos), associada à percepção de condições precárias, constitui um fator estressante importante para os profissionais, uma vez que pode limitar a atuação destes, impactando, ainda, diretamente na qualidade do serviço¹⁸.

Em contrapartida, em uma pesquisa realizada com enfermeiros hospitalares, enfrentar situações críticas foi a variável com maior risco para o estresse, contrariamente ao resultado obtido neste estudo em que este estressor foi relatado em 30% dos estudos analisados²¹.

Um ponto que deve ser enfatizado é a falta de reuniões de equipe devido ao tempo insuficiente para realizar todas as atividades, e à priorização de outras atividades, como consultas para cumprimento de metas estabelecidas pelo gestor. Dessa forma, não há um momento para discussão das equipes em relação à avaliação das ações e resultados e para a educação permanente, diminuindo a efetividade do trabalho e aumentando a frustração com a falta de resultados. Além disso, como quase nunca há espaço para discussão, as dificuldades de comunicação e o relacionamento interpessoal não são identificados e/ou resolvidos, o que gera conflitos e consequências, como o desgaste e o estresse dos profissionais¹³.

Assim, é possível inferir que a estrutura organizacional

da instituição tem sua parcela na ocorrência de estresse do enfermeiro, interferindo na vida pessoal e profissional do indivíduo, pois o trabalho, quando realizado em condições insalubres e inseguras, tem influência direta sobre o bem-estar físico e psíquico do indivíduo^{20,23}, podendo causar sofrimento, tensão emocional, insatisfação, aumento do adoecimento e morte por doenças cardiovasculares e outras doenças crônico-degenerativas como as osteomusculares²⁴.

Quanto ao eixo temático fatores intrínsecos ao trabalho foram evidenciados os estressores: multiplicidade de tarefas/sobrecarga de trabalho; carga horária extensa; formação diferenciada dos membros da equipe; baixa remuneração.

E, ainda, ressalta-se que o número de pesquisas que mencionaram a sobrecarga de trabalho como fator de adoecimento e estresse ocupacional foi expressivo, correspondendo a 70% (n=7) dos estudos analisados.

A sobrecarga de trabalho pode ser atribuída ao número reduzido de funcionários na instituição, fazendo com que o profissional tenha que realizar diversas tarefas, as quais deveriam ser divididas com outros membros da equipe. Dessa forma, a falta de funcionários é fonte considerável de estresse, repercutindo na qualidade do cuidado e aumentando os confrontos entre as enfermeiras, clientes e familiares²⁰.

Além da falta de recursos humanos na enfermagem que contribuem para a sobrecarga, há de se salientar, também, os papéis assumidos pelos enfermeiros na atuação profissional, uma vez que assumem atribuições que excedem suas responsabilidades e atividades, que poderiam ser realizadas por outros profissionais de saúde¹⁹.

Nesse sentido, destaca-se que a enfermagem enfrenta uma sobrecarga tanto quantitativa evidenciada pelo excesso de responsabilidades, quanto qualitativa verificada na complexidade das relações humanas: enfermeiro/cliente, enfermeiro/profissional de saúde; enfermeiro/familiares²¹.

A carga de trabalho pode, então, ser considerada o estressor mais proeminente na atividade do enfermeiro, além dos conflitos internos entre a equipe, a falta de respaldo e a indefinição do papel profissional²⁰.

Em uma pesquisa realizada com trabalhadores de saúde mental, o aspecto mais citado como fonte do estresse percebido esteve associado às condições de trabalho, fazendo referência à sobrecarga de trabalho e à gestão do trabalho. A sobrecarga de trabalho está ligada à percepção de falta de trabalhadores e do aumento da demanda pelo serviço devido ao crescente número de usuários que procuram atendimento nas referidas instituições¹⁸.

Quanto à gestão do trabalho, nesse mesmo estudo, apareceram questões como estrutura física precária, dificuldades no gerenciamento administrativo, falta de suporte ao profissional, pressão no trabalho e desorganização do serviço. Além desses fatores, os autores observaram que a baixa remuneração esteve associada ao desencadeamento do estresse ocupacional, assemelhando-se aos resultados encontrados nessa pesquisa.

Estudos com enfermeiros hospitalares apontam como agentes estressores no trabalho: recursos inadequados, assistência ao paciente, relacionamento com familiares, dificuldades nas relações interpessoais e na comunicação, sobrecarga de trabalho. E ainda sinalizam características da instituição do trabalho (pouca resolubilidade, mudanças na organização do trabalho, estresse organizacional e institucionalização, pressão da instituição, cobranças sem propósito, falta de filosofia de trabalho, falta de qualidade organizacional, falta de valorização do trabalho e do profissional que executa e falta de clareza nos objetivos da organização e do serviço de enfermagem), propiciando o desenvolvimento do estresse ocupacional^{20,22,25}.

Outros fatores estressores citados são: falta de pessoal, dificuldade de delimitação dos papéis entre aqueles que formam a equipe (enfermeiros, técnicos

e auxiliares de enfermagem), carga horária extensa, redução de custos na organização/desemprego, falta de estímulo/reconhecimento profissional e política salarial, falta de educação continuada e insatisfação/impotência profissional^{20,22,25}.

Apesar das unidades da Estratégia de Saúde da Família e a instituição hospitalar serem cenários distintos, com suas peculiaridades, observa-se que ambas possuem diversos estressores em comum, o que sugere, talvez, que esses estressores ocupacionais sejam inerentes à profissão do enfermeiro, independentemente da área de atuação, enquanto a presença de estressores em somente um dos cenários pode estar relacionada às especificidades de cada um deles. No entanto, são necessários estudos que abordem melhor essa correlação.

Salienta-se que, além dos fatores expostos neste estudo, o trabalho com doença, isto é, o indivíduo trabalhar apresentando algum acometimento, e o sofrimento frequente são também fatores que estão envolvidos na gênese do estresse ocupacional nos profissionais²⁴.

Nesse sentido, destaca-se que o estresse ocupacional se caracteriza por um desgaste anormal do organismo humano e/ou diminuição da capacidade de trabalho, relacionados à incapacidade prolongada de o indivíduo tolerar, superar ou se adaptar às exigências de natureza psíquica existentes em seu ambiente de trabalho ou de vida²⁶.

O estresse pode gerar uma série de sinais e sintomas físicos e psíquicos nos trabalhadores, como aumento da sudorese, tensão muscular e emocional, taquicardia, hipertensão, hiperatividade, náuseas, cefaleia, ansiedade, angústia, insônia, dificuldades interpessoais, entre outros⁸.

Cabe salientar que as repercussões do estresse não atingem somente os trabalhadores, mas também as organizações, devido ao absenteísmo e as licenças médicas, devendo ser um tema de interesse de toda a sociedade. Em um dos estudos analisados,

os depoimentos das enfermeiras revelaram as consequências do estresse crônico na saúde e qualidade do trabalho, como absenteísmo e mudança de equipe¹².

O estresse pode também se refletir em atrasos, insatisfação, sabotagem e baixos níveis de desempenho no trabalho. Conseqüentemente, haverá uma diminuição da qualidade do serviço prestado, afetando não apenas a saúde dos trabalhadores como também dos usuários dos serviços de saúde²¹.

Diferentemente dos achados, em um estudo realizado em 2007 com enfermeiros da ESF de um município do interior do Rio Grande do Sul, observou-se que o grupo investigado percebeu as demandas de trabalho como pouco estressoras. Quando questionados sobre a satisfação com seu processo de trabalho, a maioria referiu gostar do que faz e sentir realização pessoal e profissional. Para as pesquisadoras, ficou claro o respeito pelo processo de trabalho e pelos usuários do SUS. Outros fatores apontados como geradores de satisfação foram as políticas adequadas de gestão de pessoas e processo de comunicação e relacionamento interpessoal satisfatório¹¹.

Além disso, a maioria dos enfermeiros considerou a gestão de sua chefia imediata como satisfatória, e considerou a valorização profissional e maior número de profissionais na equipe como fatores geradores da melhoria da qualidade de vida no trabalho¹¹.

Os achados do estudo acima referenciado podem servir como exemplo para que outras unidades de ESF implementem mudanças a fim de se reduzir e prevenir o estresse ocupacional, diminuindo-se, assim, o número de profissionais com a saúde comprometida, as licenças e o absenteísmo e aumentando a satisfação profissional.

Nesse sentido, sugere-se que os processos de trabalho das equipes de saúde da família sejam constantemente avaliados, reformulados e apoiados pela instituição. Necessita-se rever o quantitativo de profissionais necessários e o número de

famílias acompanhadas por cada equipe para um atendimento qualificado e humanizado, e com vistas a evitar a sobrecarga de trabalho. E ainda, estimular as reuniões de equipe semanais e a capacitação aos profissionais periodicamente pela instituição, momentos importantes para discussão de melhorias nos processos de trabalho.^{8,13,17}.

Os gestores devem pensar e desenvolver ações preventivas e de controle do estresse, que possibilitem uma melhora nas relações interpessoais, promoção da saúde desses profissionais, bem como no desempenho das atividades no ambiente de trabalho²⁷. Assim, intervenções relacionadas com o trabalho são importantes para melhorar a saúde ocupacional dos enfermeiros e devem centrar-se na redução de demanda de trabalho, aumento do controle sobre o trabalho, melhor apoio social e um sistema de recompensa bem equilibrado¹⁹.

CONCLUSÕES

Pôde-se observar, através deste estudo, que diversos são os fatores que estão envolvidos na ocorrência de estresse nos enfermeiros da ESF, sendo a sobrecarga de trabalho a mais apontada pelos estudos, seguida da falta de suporte institucional e social, recursos estruturais e materiais escassos.

É preocupante e insalubre a realidade vivenciada por esses profissionais durante sua prática laboral, dadas a diversidade de estressores encontrados nos estudos e as repercussões que o estresse pode gerar à saúde desses trabalhadores, seja nas esferas físicas e/ou psíquicas. Nesse sentido, ressalta-se a necessidade de discussão e a implementação de políticas públicas voltadas a este público, com o objetivo de melhorar a saúde ocupacional desses profissionais, o que proporcionará, indiretamente, melhor qualidade da assistência prestada aos usuários dos serviços de saúde.

As instituições de saúde podem promover momentos de realização de atividades relaxantes, como ginástica

laboral e dança, e também proporcionar atendimentos específicos a profissionais que estejam necessitando de suporte, fazendo uso dos profissionais do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF). Podem, ainda, ofertar atividades de capacitação, como ensinar o profissional a lidar com situações estressoras, como a sobrecarga no trabalho.

Sugere-se a realização de novos estudos com vistas a ampliar a discussão sobre a temática e investigar e subsidiar a adoção de estratégias para minimizar danos ou agravos à saúde do trabalhador, decorrente do estresse ocupacional nas unidades de Estratégia Saúde da Família.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (Brasil). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica [Internet]. Série E. Brasília: Editora MS; 2012 [citado 2016 mar 18]. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/pnab.pdf>
2. Sisson MC, Andrade SR, Giovannella L, Almeida PF, Fausto MCR, Souza CRP. Estratégia de saúde da família em Florianópolis: integração, coordenação e posição na rede assistencial. *Saúde Soc.* [Internet]. 2011 [citado 2016 dez 07];20(4):991-1004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v20n4/16.pdf>
3. Maffia LN, Pereira LZ. Estresse no trabalho: estudo com gestores públicos do estado de Minas Gerais. *Revista Eletrônica de Administração* [Internet]. 2014 [citado 2016 abr 10];20(3):658-80. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/read/v20n3/1413-2311-read-20-03-00658.pdf>
4. Meneghini F, Paz AA, Lautert L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de Enfermagem. *Texto contexto - enferm.* [Internet]. 2011 [citado 2016 abr 12];20(2):225-33. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2.pdf>
5. Rodrigues MNG. Nível de satisfação profissional entre trabalhadores de enfermagem da estratégia saúde da família [dissertação de mestrado]. Rio de Janeiro; 2011 [citado 2016 abr 10]. Disponível em: <http://www2.unirio.br/unirio/ccbs/ppgenf/arquivos/dissertacoes-arquivo/dissertacoes-2011>
6. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto contexto - enferm.* [Internet]. 2008 [citado 2016 mar 05];17(4):758-64. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf>
7. Stacciarini JMR, Tróccoli BT. Instrumento para mensurar o estresse ocupacional: inventário de estresse em enfermeiros (IEE). *Rev. Latino-Am. Enfermagem.* [Internet]. 2000 [citado 2016 abr 12];8(6):40-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v8n6/12347.pdf>
8. Camelo SHH, Angerami ELS. Estratégias de gerenciamento de riscos psicossociais no trabalho das equipes de saúde da família. *Rev Elet. Enf.* [Internet]. 2008 [citado 2016 jul 31];10(4):915-23. Disponível em: https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v10/n4/pdf/v10n4a04.pdf
9. Suehiro ACB, Santos AAA, Hatamoto CT, Cardoso MM. Vulnerabilidade ao estresse e satisfação no trabalho em profissionais do Programa de Saúde da Família. *Bol. psicol.* [Internet]. 2008 [citado 2016 jul 31];58(129):205-18. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v58n129/v58n129a08.pdf>
10. Trindade LL, Lautert L, Beck CLC. Coping mechanisms used by non-burned out and burned out workers in the family health strategy. *Rev Latino-Am. Enfermagem.* [Internet]. 2009 [cited 2016 June 17];17(5):607-12. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v17n5/02.pdf>
11. Fontana RT, Siqueira KI. O trabalho do enfermeiro em saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade. *Cogitare Enferm.* [Internet]. 2009 [citado 2016 jul 31];14(3):491-8. Disponível em: <http://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/16179/10698>
12. Feliciano KVO, Kovacs MH, Sarinho SW. Overlapping of duties and technical autonomy among nurses of the family health strategy. *Rev Saúde Pública.* [Internet]. 2010 [cited 2016 July 31];44(3):520-27. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rsp/v44n3/en_AO1308.pdf
13. Campos EP, Chaves AN, Pereira CM, Fontaine JAL, Santos LJ, Cardoso LMF et al. Equipes do programa saúde da família: estresse profissional e dinâmica de trabalho. *Rev APS* [Internet]. 2010 [citado 2016 jul 31];13(1):46-54. Disponível em: <https://aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/view/386/296>
14. Trindade LL, Lautert L. Syndrome of Burnout among the workers of the strategy of health of the family. *Rev Esc Enferm. USP.* [Internet]. 2010 [cited 2016 July 31];44(2):274-79. Available from: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n2/en_05.pdf
15. Bertocini JH, Pires DEP, Scherer MDA. Condições de trabalho e renormalizações nas atividades das enfermeiras na saúde da família. *Trab Educ Saúde.* [Internet]. 2011 [citado 2016 jul 31];9(supl1):157-73. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tes/v9s1/08.pdf>
16. Ribeiro SFR, Martins STF. Sofrimento psíquico do trabalhador da saúde da família na organização do trabalho. *Psicol. estud.* [Internet]. 2011 [citado 2016 jul 31];16(2):241-50. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v16n2/a07v16n2.pdf>
17. Kanno NP, Bellodi PL, Tess BH. Profissionais da Estratégia Saúde da Família diante de demandas médico-sociais: dificuldades e estratégias de enfrentamento. *Saúde Soc.* [Internet]. 2012 [citado 2016 jul 31]; 21(4):884-94. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n4/v21n4a08.pdf>
18. Santos AFO, Cardoso CL. Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais stress e estressores ocupacionais em saúde mental. *Psicol. estud.* [Internet] 2010

[citado 2016 out 12]; 15(2): 245-253. Disponível em: <http://www.producao.usp.br/handle/BDPI/6702>

19. Fonseca JRF, Lopes Neto D. Níveis de estresse ocupacional e atividades estressoras em enfermeiros de unidades de emergência. *Rev Rene*. [Internet]. 2014 [citado 2016 mar 13];15(5):732-42. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/index.php/rene/article/viewFile/3230/2486>

20. Batista KM, Bianchi ERF. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. *Rev Latino-Am. Enfermagem*. [Internet]. 2006 [citado 2016 maio 10];14(4):534-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a10.pdf>

21. Montanholi LL, Tavares DMS, Oliveira GR. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. *Rev Bras Enferm*. [Internet]. 2006 [citado 2016 maio 10]; 59(5):661-5. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n5/v59n5a13.pdf>

22. Costa DT, Martins MCF. Estresse em profissionais de enfermagem: impacto do conflito no grupo e do poder do médico. *Rev Esc Enferm. USP*. [Internet]. 2011 [citado 2016 maio 10];45(5):1191-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n5/v45n5a23.pdf>

23. Rios IC. Humanização e ambiente de trabalho na visão de profissionais da saúde. *Saúde Soc*. [Internet]. 2008 [citado 2016 dez 07];17(4):151-60. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v17n4/15.pdf>

24. Andrade PS, Cardoso TAO. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde Soc*. [Internet]. 2012 [citado 2016 dez 07]; 21(1):129-40. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n1/13.pdf>

25. Guerrer FJL, Bianchi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. *Rev Esc Enferm. USP*. [Internet]. 2008 [citado 2016 dez 07];42(2):355-62. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a19.pdf>

26. Ferrareze MVG, Ferreira V, Carvalho AMP. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. *Acta Paul Enferm*. [Internet]. 2006 [citado 2016 nov 08];19(3):310-15. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v19n3/a09v19n3.pdf>

27. Anversa RSM, Ubessi LD, Stumm EMF. Perfil de profissionais de terapia intensiva neonatal relacionado com estresse. *Rev Baiana Enferm*. [Internet]. 2011 [citado 2016 dez 10];25(3):269-76. Disponível em: <https://portalseer.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/5966/4904>