



REICEN

REVISTA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E EXTENSÃO

ISSN (online): 2595-4261

REVISÃO

A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho

The health of the nurse with work overload

Danielle Chrystine Muniz¹, Erci Gaspar da Silva Andrade², Walquiria Lene dos Santos³

1. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.

2. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.

3. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil. walquiria@senaaires.com.br

RESUMO

Buscou-se alcançar a forma em que o enfermeiro vivencia a relação de cuidado, a qualidade do seu envolvimento emocional com o paciente, os reenvio pessoais que este envolvimento pode lhe trazer, as proporções aplicadas para o acareamento e prevenção ao adoecimento e acidentes de trabalho. O método eleito para alcançar o objetivo proposto foi a revisão bibliográfica que abordam a saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho. Demonstrou casos que provocam dores no corpo, esgotamento emocional resultante do fato de lidarem diariamente com a vida e a morte. Conclui-se que a sobrecarga de trabalho, por conta de longos trajetos e números mínimos de pessoal tem sido um dos grandes motivadores não só de erros de enfermagem como também do adoecimento dos trabalhadores

Descritores: Estresse ocupacional; Saúde mental do enfermeiro; Depressão no profissional de saúde; Sobrecarga de trabalho.

ABSTRACT

We aimed to reach the way of nurses lives the relationship of care, the quality of their involvement emotionalrelationship with the patient, the personal resentment that this involvement can bring you, the proportions applied the treatment and prevention of sickness and acidentes at work. It has demonstrated cases that cause pain in the body, emotional exhaustion resulting from daily dealing whith life and death. It is concluded that the work overload, on account of long journeys and minimum staff numbers, has been one of the great motivators not only of nursing erros but also of the sickness of the workers.

Descriptors: Occupational stress; Mental health of the nurse; Depression in health professional; Work Overload.

Como citar: Muniz DC, Andrade EGS, Santos WLS. A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho. Rev Inic Cient Ext. 2019; 2(Esp.2):274-9.

INTRODUÇÃO

A busca constante pela realização de outras atividades provoca ao homem uma sobrecarga psíquica, emocional e física. Temos o trabalho como uma das formas de interagir com a sociedade e realidade, mais que isso, um meio que oferece satisfazer as necessidades internas do indivíduo. Mais uma vez a psicanálise vem nos auxiliar, visto que Freud havia nos alertado que não se pode desconsiderar as pulsões e desejos do homem: “Não é fácil entender como pode ser possível privar de satisfação um instinto. Não se faz isso impunemente. Se a perda não for economicamente compensada, pode-se ficar certo de que sérios distúrbios decorrerão disso”⁽¹⁾. As primeiras pesquisas em psicopatologia do trabalho, nos anos cinquenta, foram dedicadas ao estudo das perturbações ocasionadas por esta atividade⁽²⁾.

Esta foi uma das primeiras formas á julgar aspectos subjetivos da relação do homem com o trabalho, o que levou a uma constatação de “uma interface entre organização no trabalho e saúde mental, que se podem seguida estudar e analisar de forma circunstanciada em cada situação do trabalho”⁽³⁾. O trabalho não se limita mais a execução de uma atividade, mas ganha norma de sobrevivência emocional, e passa a ter distinção na dimensão psíquica do indivíduo. Ou seja, passa a ser cumprida como algo importante a vida mental do indivíduo⁽²⁻³⁾.

A tarefa passou de um simples desempenho de atividades, e tornou-se a ele significados: O trabalho antes executado em prol de preencher as necessidades básicas carrega consigo grande conceito emocional, e sua ampliação, mais que um esforço físico e cognitivo, deduz investimentos emocionais e libidinais, havendo também um envolvimento inconsciente que transpõe suas relações. É com esse conceito que passamos a refletir sobre a atividade do enfermeiro⁽²⁾.

A enfermagem diferencia-se por ser uma profissão de cuidados, que tem como função reestabelecer a saúde do indivíduo, em geral, esta de alguma forma debilitado, quando tem de utilizar dos atendimentos próprios da profissão⁽⁴⁾.

Esta pesquisa teve por objetivo alcançar a forma em que o enfermeiro vivencia a relação de cuidado, a qualidade do seu envolvimento emocional com o paciente, os reenvio pessoais que este envolvimento pode lhe trazer, as proporções aplicadas para o acareamento e prevenção ao adoecimento e acidentes de trabalho.

MÉTODO

Foi realizada a pesquisa com diversos artigos, tratando-se de uma revisão bibliográfica, referente a saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho, percebendo artigos publicados e indexados nos períodos de 2014 a 2018, sendo considerados aqueles cujo acesso ao periódico era livres aos textos completos e em idiomas português.

Foram utilizadas pesquisa eletrônica da Biblioteca Virtual Scientific Eletronic Library Online – SCIELO, Revista Latino – Americana de Enfermagem RLAE, Revista Brasileira de Enfermagem (REBEn), Revista Cuidarte, National Libraly of Medicine.

Para seleção dos artigos foram utilizados descritores como: Sobrecarga de trabalho, estresse ocupacional, saúde mental do enfermeiro, síndrome de burnout em profissionais da saúde, Depressão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O contexto do trabalho na área da saúde, destaca-se o enfermeiro, profissional que coordena e gerencia os cuidados prestados por técnicos e auxiliares de enfermagem e presta assistência aos pacientes que demandam cuidados intensivos⁽⁴⁾. A enfermagem oferecem cuidados e conforto ao paciente em todo âmbito da prática. Ilustra-se a orientação consistente dada ao enfermeiro, para que promovam um cuidado que valorize o bem-estar de seus pacientes, individualmente ou em grupos da comunidade. A autonomia é um atributo essencial do enfermeiro que envolve intervenções de enfermagem, independente de ordens médicas. O enfermeiro trabalha com outros profissionais para obter o melhor plano de saúde para o paciente⁽⁸⁾.

Motivos que levam o profissional de enfermagem a adoecer

Seu percurso de trabalho pode tornar-se componente de desgaste e aflição ao trabalhador; quando circunstâncias associativa estimula sofrimento o profissional busca avolumar mecanismo de defesa para tentar minimizar. Por outro lado, o trabalho é uma forma de ser do homem e é possível sim, que esse trabalho evite ou amenize situações de estresse⁽⁶⁾.

Na função da enfermagem, a apreensão com o sofrimento e o prazer desses profissionais surge com indagações inerente a forma como eles podem suportar casos desgastantes, basicamente pelo convívio com o sofrimento, dor, a morte e tantos outros sofrimentos e comportamentos provocada pelo processo da doença. Contudo, a situação de trabalho do enfermeiro retrata-se em desgastes físico e emocional⁽⁴⁻⁵⁾.

Enfermeiros estressados estão mais propícios a episódios de acidentes e padecimentos referentes ao trabalho e podem ainda, amplificar suas ocupações de maneira ineficiente, resultando em efeitos negativos ao indivíduo /ou a população assistida. Soma-se esse conjunto de problemas e questão da alta carga horária que os trabalhadores da área de saúde, abrangendo a enfermagem, costumam cumprir, instituindo trabalhar de modo excedente⁽¹¹⁾.

O exagero de trabalho o favorece o adoecimento mental e/ou físico, além de simplificar acontecimentos de absenteísmo, acidentes de trabalho, erros de medicação, exaustão, sobrecarga laboral e ausência de lazer. Enfermeiros, no objetivo de superar incômodos do seu trabalho, buscam encorajamento como o dinheiro e o conhecimento, para conseguir trajeto de duplo trabalho, estimulando os motivos convencionais que ocorrem frequentemente⁽⁹⁻¹¹⁾.

O enfermeiro, especialmente o que atua em âmbito hospitalar, esta exposto a situações que ocasionam efeitos danosos à saúde, decorrentes da própria organização do trabalho como: a necessidade de realização do trabalho em turnos, entre eles o noturno, sugerido por autores como um dos fatores de risco para a saúde mental⁽⁵⁾, tem-se outros agravantes que podem colaborar para o adoecimento do trabalhador, como a instabilidade dos recursos físicos, materiais e humanos, ponderando em adoecimento físico e mental. Sobre isso, estudos apontam o crescimento gradativo do adoecimento dos trabalhadores da área da saúde, em especial da equipe de enfermagem ⁽⁶⁻¹¹⁾.

Outro motivo é a depressão nos profissionais de enfermagem. A literatura minimiza a importância da depressão no atendimento da saúde Ocupacional Mental. Isso atesta a necessidade da realização de novos estudos concentrado à população de enfermagem, sobretudo diante da constatação prática do aumento de números de trabalhadores de enfermagem com depressão. Um dos fatores que desencadeia é o trabalho noturno, apresentando mal desempenho, afetando a assistência ao cliente e ambiente de trabalho, transtorno de humor (afetivo), transtornos relacionados com o estresse e transtornos de comportamentos decorrente do uso de drogas psicoativas⁽³⁻⁵⁾.

Consequências no trabalho prestado por um profissional de saúde doente

Um dos maiores desafios na gestão em saúde são os indicadores de qualidade e o impacto na segurança do paciente. A segurança do paciente tem por objetivo a redução de danos desnecessários relacionados aos cuidados de saúde, de acordo com conhecimentos atuais, recursos disponíveis e nos cuidados prestados ⁽¹⁾. Entre os vários fatores que influenciam na segurança de pacientes, destacam-se os incidentes e eventos adversos (EA) ⁽³⁾, incidentes de segurança do paciente, conforme OMS, são eventos ou circunstâncias que podem resultar, ou resultam em complicações desnecessárias ao paciente decorrentes do cuidado a saúde ⁽¹⁾. Os erros não são intencionais. Um evento adverso pode ser um incidente sem danos ou com danos. Pacientes em Unidades de Terapia Intensiva (UTI) são vulneráveis a esse tipo de complicação, de forma urgente muitas vezes, a utilização de arsenal medicamentoso mais complexo, números elevados de procedimentos, de intervenções realizadas, em função da gravidade dos pacientes internados ⁽⁸⁾.

Na análise dos fatores relacionados em pacientes em UTI, analisa o papel da enfermagem, uma vez que seu local de trabalho há maior demanda de atividades dos enfermeiros, e exige ações rápidas e observação continua por parte do profissional ⁽³⁾. As condições de trabalho de enfermagem e caracterizada pela sobrecarga de trabalho e jornadas de plantões, que por vez são fatores de risco para a segurança do paciente ⁽⁷⁾.

Embora a sobrecarga de trabalho tenha sido evidenciada como fator de risco para a segurança do paciente, compromete a detecção e o registro de EAs, limitando consideravelmente a reprodutibilidade das conclusões observadas, a frequência de eventos adversos (EA) em pacientes hospitalizados varia amplamente, de 10 a 60% ⁽⁹⁻¹⁰⁾, enquanto que os incidentes sem lesão podem chegar a impressionantes 60% das internações ⁽⁸⁻¹⁰⁾.

Prevenção e Reversão de doenças relacionadas ao excesso de trabalho

Esse conjunto de cargas psíquicas, presentes no dia a dia da enfermagem, impacta a qualidade de vida e o trabalho desses profissionais. São enormes as cargas geradas pelo ritmo acelerado de trabalho,

não interação pessoal, pressão de equipe medica, frequentes dobras de plantão, trabalho repetitivo e salários injustos⁽¹⁷⁾.

Prevenir e reverter essas doenças não é uma tarefa tão difícil. A organização é o primeiro passo. Definir horários, participar de atividades físicas, alimentação saudável, de maneira que diminua os efeitos físicos do trabalho excessivo⁽¹⁴⁾.

O desenvolvimento de práticas alternativas, como o lazer para o relaxamento, favorece a saúde mental do trabalhador, contribuindo para o alívio do estresse e da fadiga provocados pelas situações desgastantes no cotidiano laboral⁽¹⁸⁾. Essa estratégia é eficaz no manejo dos estressores vivenciados no ambiente de trabalho, pois promove melhoria na qualidade de vida do profissional e não há consequências negativas no atendimento aos pacientes^(18,19,24,25).

O exercício físico auxilia na liberação da tensão, na tentativa de manter o equilíbrio interno⁽²³⁾. Contribui para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo, auxiliando, em curto prazo, na redução do estresse e da ansiedade⁽²²⁾. No decorrer do exercício físico, o corpo secreta endorfinas, promovendo bem-estar e autoestima, atuando como uma terapia em todas as dimensões do ser humano⁽¹⁹⁾.

O apego à religião, tendo crença em entidades superiores, ajuda os profissionais a gerenciarem seu estresse, de forma que representam esperança e fé, atuando como pontos de equilíbrio na situação estressante no trabalho^(20,22). O apoio na fé tem relação direta com o cuidado prestado ao paciente, interferindo na empatia com este dimensionando questões existenciais⁽¹⁸⁾.

QUADRO 1- Estudos que investigam os benefícios de diferentes programas de exercícios

Autor	Tema	Ano	Objetivo
Presotto GV, Ferreira MBG, Contim D, Simões ALA	Dimensões do trabalho do enfermeiro no contexto hospitalar.	2014	Atribuições e trabalho da enfermagem.
Ferreira MM, Ferreira C	Carga mental e carga psíquica em profissionais de enfermagem.	2014	Tensão existente no ambiente de trabalho. Desgastes relacionados a agressão
Dalri RCMB, da Silva LA, Mendes AMOC, Robazzi MLCC	Carga de trabalho dos enfermeiros e sua relação com reações de estresse.	2014	Condições que predispõem a carga de trabalho. Intensificação do trabalho por meio de exigências cognitivas e emocionais.
Santana L, Miranda FMDA, Karino ME, Baptista PCP, Felli VEA, Sarquis LMM	Consequências da exposição ocupacional e material biológico entre Trabalhadores da saúde.	2014	Conceito e identificação de carga de trabalho. Fatores organizacionais a que os trabalhadores estão expostos.
Battaus MRB, Dalri RCMB, Lelis CM, Brienza AM, Robazzi MLCC.	Repercussão da jornada de trabalho para os enfermeiros: revisão de literatura.	2014	Analisar a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente laboral hospitalar
Medeiros SM, Ribeiro LM, Fernandes SMBA, Veras VSD.	Condições de trabalho e enfermagem: a transversalidade do sofrimento no cotidiano.	2014	Analisar o sofrimento no cotidiano dos trabalhadores de enfermagem submetidos a um aumento da jornada de trabalho, ao multiemprego e/ou a escalas extras de trabalho, em um hospital Público.
Kunaviktikul W, Wichaiakhum O, Nantsupawat R, Chontawan R, Klunklin A, et al.	Enfermeiros horas de trabalhos prolongadas: paciente, enfermeiro e resultados ocupacionais.	2015	Aumento da carga horária do enfermeiro, o que pode resultar em erros de trabalho.

Karino ME, Felli VEA, Sarquis LMM, Santana LL, Silva SR, Teixeira RC.	Carga de trabalho e desgastes dos trabalhadores de enfermagem.	2015	Identificar consequência da sobrecarga de trabalho.
Mota GS, Alencar CMS, Tapety FI.			Definir síndrome de Burnout como cronificação do estresse.
Vasconcelos EM, De Martino MMF, França SPS.	Burnout e sintomatologia depressiva em enfermeiros de terapia intensiva: análise de relação.	2018	Analisar a relação entre Burnout e simatologia depressiva em enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva.

CONCLUSÃO

Ao fazer esta revisão literária referente a Saúde do Enfermeiro e a sobrecarga de trabalho, foi possível compreender mais profundamente sobre fatores que influenciam para no adoecer do profissional de saúde. Foi possível compreender as consequências nas quais o excesso de trabalho pode ocasionar doenças, sendo elas: depressão, estresse, tensão, má condição de trabalho, problemas psicológicos, entre outros tem acometido profissionais de saúde, principalmente os enfermeiros.

Para tratamento e prevenção, teriam que ser abordados como um problema coletivo e não só individual. E preciso medidas para diminuir o excesso horas extras, proporcionar um ambiente de trabalho agradável, alimentação saudável, exercícios físicos, também contribuem para a prevenção desses fatores.

As possibilidades de recursos para a série de problemas identificados foi expor intervenções eletivas para empresa afim de que seus trabalhadores tenham mais comodidade, pressupondo doenças, aprimorando seu desempenho e expandindo a rendimento e lucratividade da empresa.

REFERÊNCIAS

1. DEJOURS, C. Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações. In: CHANLAT, J. F. (Org) O indivíduo na organização: Dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1992.
2. FREUD, S. O mal-estar na civilização (1930). In: Edição Standart Brasileira as Obras Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 1976, vol XXI.
3. MEZAN, R. Psicanálise e cultura, psicanálise na cultura. In: MEZAN, R. Interfaces da psicanálise. São Paulo: Companhia das letras, 2002.
4. Pressotto GV, Ferreira MBG, Contim D, Simões ALA. Dimensões do trabalho do enfermeiro no contexto hospitalar. *Revista de Enfermagem*. 2014;15(5):760-70.
5. Arruda A, Portela L, Griep R, Silva-Costa A, Rotenberg L. The relationship between night work and mental health among hospital workers. *Occup Environ Med*. 2014;71(Suppl 1):87-8.
6. Felli VEA. Condições de trabalho de enfermagem e adoecimento: motivos para redução da jornada de trabalho para 30 horas. *Enfermagem em Foco*. 2012;3(4):178-81.
7. Van Bogaert P, Timmermans O, Weeks SM, van Heusden D, Wouters JK, Franck E. Nurse unit teams matter: impact of unit-level nurse practice, environment, nurse work characteristics, and burnout on nurse reported job outcomes, and quality of care, and patient adverse events-a cross-sectional survey. *Int J Nurs Stud*. 2014;51(8):1123-34.
8. Rothschild JM, Landrigan CP, Cronin JW, Kaushal R, Lockley E, et al. The Critical Care Safety Study: The incidence and nature of adverse and serious medical errors in intensive care. *Crit Care Med*. 2005;33(8):1694-700.
9. Daud-Gallotti R, Novaes HMD, Lorenzi MC, Eluf Neto J, Okamura MN, Pizzo VRP. Adverse events in patients with community-acquired pneumonia at an academic tertiary emergency department. *Infect Dis Clin Pract*. 2006;14:350-9.
10. Forster AJ, Kyremanteg K, Hooper J, Shojania KG, Van Walraven C. The impact of adverse events in the intensive care unit on hospital mortality and length of stay. *BMC Health Serv Res* [Internet]. 2008[cited 2014 June 03];8:259. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2621200/>
11. Chung YC, Hung CT, Li SF, Lee HM, Lee HM, Wang SG, Chang SC et al. Risk of musculoskeletal disorder among Taiwanese Nurses cohort: a nationwide population-based study. *BMC Musculoskeletal Disord*. 2013;14(1):144.

12. Lacman S, Sznclwar LI, organizadores. Crhistoper Dejourn: da psicologiaá dinâmica do trabalho. Rio de Janeiro: FIOCRUZ: 2004
13. LPP, M. E. N., & MALAGRIS, L. E. N., (2001). O stress emocional e seu tratamento. In B. Rangé(Org). Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um dialogo com a psiquiatria(p.475-490).Porto Alegre: Artmed
14. Dr Rocha- exc4esso de trabalho- doenças relacionadas. <https://drrocha.com.br/excesso-de-trabalho%F0%9F%91%A8%E2%80%8D%F0%9F%92%BB>
15. Araújo TM, Aquino S, Menezes G, Santos CO, Aguiar L. Aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios psíquicos entre trabalhadores de enfermagem. Ver Saúde Pública. 2003;37(4):424-33.
16. Ministerio do trabalho- Como prevenir as doenças ocupacionais. Ele é um instantâneo da pagina com a aparência que ela tinha em 3jun.2019
<https://www.anamt.org.br/portal/2017/08/08/ministerio-do-trabalho-como-prevenir-as-doencas-ocupacionais/>.
17. Ribeiro EJG, Shimizu HE. Work acidentes involving nursing workers. Ver Bras Enferm. [serial on the Internet] 2007 September-October [cited 2009 August 6];60(5): [about 6 screens]. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v60n5/v60n5a10.pdf>.
18. [Miorin JD, Camponogara S, Pinno C, Freitas EO, Cunha Qb, Dias GL. Estrategias de defesa utilizadas por trabalhadores de enfermagem atuantes em pronto socorro. Revista Enferm Foco[Internet].2016 [acessado em 13 out. 2017];7(2):57-61. Dis´ponivel em: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20160036>.
19. Kolhs M, Olschowsky A, Barreta NL, Schimerfening J, Vargas R, Busnello GF. A enfermagem na urgência e emergência: entre o prazer eo sofrimento. J Res Fundam Care Online [Internet].2017 [acessado em 30 out. 2017];9(2):422-31. Disponivel em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i2.422-431>
20. Jaskowiak CR, Zamberlan p, Fontana RT. Processode morte e morrer : sentimentos e percepções de técnicos em enfermagem. J Res Fundam Care online[Internet].2013[acessado em 25 nov. 2017];5(1):3515-22. Disponivel em : <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2013v5n1p3515>.
21. Martins JT, Robazzi MLCC. O trabalho doenfermeiro em unidade de terapia intensiva: Sentimentos de sofrimento. .Rev Latino- Am Enfermagem [Internet]. 2009[acessado em 19 nov. 2017];17(1). Disponivel em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v17n1/pt09.pdf>.
22. Calderero ALR, Miaso AI, Corradi-Webster Cm. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de pronto Atendimento. Ver Eletr Enf [Internet]. 2008 em: <https://doi.org/10.5216/ree.v10i1.7681>.
23. Silveira MM , Stumm EMF, Kirchner RM. Estressores e coping: enfermeiros de uma unidade de emergência hospitalar. Ver Eletr Enf [Internet].2009 [acessado em 6 nov. 2017];11(4):894-903.Disponivel em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n4/pdf/v11n4a15.pdf>.
24. Pereira CA, Miranda LCS, Passos JP. O estresse ocupacional da equipe de enfermagem em setor fechado. J Res Fundam Care [Internet].2009[acessado em 13 nov. 2017];1(2):196-202. Disponivel em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2009.v1i2.%25p>.

Recebido em: 11/07/2019

Aceito em: 15/09/2019