

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

### **THE NURSING STAFF AND THE PSYCHOSSOMATIC UPHEAVALS FROM THE PROCESS OF CARE**

<sup>1</sup>FREITAS, A. P. C.; <sup>2</sup>SILVA, E. M.

<sup>1 e 2</sup>Discente e Docente do Curso de Enfermagem da Fundação Educacional do Município de Assis

#### **RESUMO**

Com o processo da profissionalização, o ato de cuidar passou a ser exercido como uma profissão, e assim revela a história da Enfermagem, que envolve a promoção da saúde e a reabilitação de pessoas que enfrentam a enfermidade. Diante deste processo, a equipe de enfermagem atualmente está mais propícia a adquirir transtornos psicossomáticos, sendo caracterizada pela síndrome de Burnout, uma vez que é gente cuidando de gente. 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 emocionais, decorrentes de suas atividades. O caminho metodológico está sendo trilhado por meio de análise de bibliografias e artigos que envolvem a avaliar o estresse dentro do ambiente de trabalho. Dentro destas perspectivas 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 e com qualidade e apoio institucional, proporcionando a valorização da saúde dentro da equipe de enfermagem.

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

#### **ABSTRACT**

Through the process of professionalization, the act of caring has become an occupation, as the history of nursing reveals, which involves health promotion and rehabilitation of people who is facing the disease. Before this process, currently the nursing staff is more conducive to acquire psychosomatic disorders, is characterized by Burnout, since it is people taking care of people. The objective of this work is to arise the motivation in the practice and to rescue the type of caring is associate are professional who has shown physical and emotional exhaustion resulting from their activities. The methodological approach is being followed by means of analysis of bibliographies and articles that involve the evaluation of stress in the workplace. Within these perspectives make today's professionals and the future nurses to work with self-care, rescuing the workers' health in order to establish a mental life and physical health and quality and institutional support, providing for recovery of health within the nursing staff.

Key Words: Nursing, emotional exhaustion, Occupational health

## 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 exercem 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 aumentam a responsabilidade na busca de solucionar os problemas de seus pacientes. Sendo assim o profissional fica propicio a adquirir distúrbios psicossomáticos.

Entre eles a Síndrome de Burnout (MENZANI apud SILVA, 2004, p.155), caracterizada pela exaustão, cansaço físico e emocional dentro do ambiente de trabalho, fazendo com que o profissional considere sua opção de trabalho estressante.

Na busca de procurar restaurar as energias perdidas dentro do trabalho, o absenteísmo pode ser percebido sintomaticamente como uma opção de fulga, 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 acessividade para resolução dos problemas destacados na equipe.

A ausência de um ou mais trabalhador 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.

Neste âmbito, o trabalho demonstra o processo saúde doença do profissional de enfermagem. Assim, 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.

Assim evidenciar 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.

Tendo estabelecido a relação do adoecimento profissional com o estresse dentro do ambiente, o trabalhador necessita permitir o desenvolvimento do exercício profissional de forma resiliente, gerenciando suas habilidades físicas e emocionais de forma positiva, podendo enfrentar com maior desenvoltura situações complicadas.

## **DESENVOLVIMENTO**

O trabalho da enfermagem entende-se que é uma atividade exercida por pessoas que passaram por um processo de aprendizagem. Desta forma a equipe de enfermagem é composta segundo Cianciarullo (2005, p.76) 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. 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, no que ajuda 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.

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 têm que se relacionar com indivíduos psicologicamente diferentes.

Antigamente ao exercer a prática de cuidar, estava respaldado na solidariedade humana, nas credences e no senso comum, desde então o aspecto profissional surgira devido ao profissionalismo das pessoas que realizavam prestação de cuidados as pessoas enfermas, que na maior parte eram em residências por mão de escravos, afirma Geovanini apud Moreira e Oguisso (2005, p. 29) que as ações dos escravos ao auxiliarem os familiares e religiosos nos cuidados com os doentes, foi de muita importância. Fazendo com que houvesse a sistematização do ensino da pratica do cuidar em enfermagem. Desta forma a enfermagem passou por varias evoluções a de aprimoramento, utilizando vários meios de tratamento, mesmo sem recursos.

Com o quadro urbano a e industrialização crescendo, houve uma necessidade na formação especifica do pessoal para o exercício da enfermagem e de acordo com Dantas e Aguillar (1999, p.03) 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.

Com o aperfeiçoamento do tratamento ao doente, começou a ser necessário uma organização complexa, necessitando mais auxiliares treinados para o cuidado,

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.

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. A 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.

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, tendo uma atenção primária, desenvolveram-se programas e estratégias para a promoção a saúde, revalorizando o cuidado.

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 esses novos profissionais foram aprofundando cada vez mais seus conhecimentos conquistando o espaço e reconhecimento da profissão. O aumento proporcional de responsabilidade e o fato de ter muita responsabilidade nas mãos, é fator de estresse e desgaste mental. Queixa muito comum na enfermagem atual.

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 pelo paciente e equipe de enfermagem é gerado um sentimento de frustração que conseqüentemente gera 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.

A postura do enfermeiro diante da 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 e o estresse.

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, p.09), 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, na capacidade de ter criatividade na resolução de problemas, mesmo que haja sobrecarga continua.

Desta é possível observar desgastes físicos na forma de reação do organismo 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.

No convívio com diversas pessoas, com patologias diversas, 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 que se traduzem em desgaste.

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.

A reação negativa, insensível é refletida nos diversos aspectos do trabalho, deixando de fazer o melhor e passando a fazer o mínimo necessário.

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

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 tarefas do trabalho sendo vistas como indivíduos preguiçosos, incompetente e que não agüentam o serviço diário.

Quando esta síndrome atinge o estado elevado, estado crítico, fazendo com que seja contagioso, perpetuando por meio das interações informais no trabalho, ele pode resultar em absenteísmo<sup>1</sup>, e o profissional procura a fazer o 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 (207, p.46) definem neuroticismo como a uma forma de incluir “traços como a ansiedade, hostilidade, depressão, insegurança e vulnerabilidade”. Sendo assim uma expressão negativa da personalidade do profissional, sendo que com o alto grau de neuroticismo estão suscetíveis a estressores psicológicos, facilitando que ocorra a síndrome de Burnout.

Neste sentido, o absenteísmo é visto como prática rotineira daquele que sofre da síndrome de Burnout, sendo uma maneira de fugir 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.

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.

---

<sup>1</sup> O absenteísmo refere-se às ausências nos momentos em que os empregados deveriam estar trabalhando normalmente.

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 a resolução da enfermidade dentro dos cuidados da enfermagem.

## 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 trata-lo como uma questão isolada, sendo pertinente dentro das instituições intervenção 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 para o cuidador que está adoecendo, tornar preocupante a saúde do trabalhador na enfermagem e seu próprio equilíbrio no ambiente, para haver 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.

O profissional que reconhece que necessita cuidar de si mesmo, impondo limite ao seu tempo, ter orgulho do cargo que conquistou, permitindo o autocuidado por meio de lazer e cuidados com o corpo, é um grande passo para beneficiar a saúde do trabalhador, assim não esperando adoecer para descobrir seus valores.

## REFERÊNCIAS

### **-IMPRESSAS**

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 Guillermina 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 Rizzatto. 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.portalbvsnf.eerp.usp.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-35522008000100013&lng=pt&nrm=iso](http://www.portalbvsnf.eerp.usp.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-35522008000100013&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 0104-3552.

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=S0104-11691999000200004&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11691999000200004&script=sci_arttext). Acesso em 2 junho de 2009.