

O ESTRESSE E A PROFISSÃO DE ENFERMAGEM

Dayane Vazata*
Tainara Cristina Nesi**

Resumo

O presente estudo relaciona o estresse à profissão de enfermagem, e com ele, objetivou-se verificar o nível de estresse presente nela. O estudo foi realizado no Hospital São José, da cidade de São José do Ouro, RS. Quanto ao método, a pesquisa se caracteriza como exploratória-descritiva. Para a coleta de dados foi utilizado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) e a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT), ambos realizados coletivamente. Participaram da pesquisa 17 profissionais de enfermagem. Quanto aos resultados, a pesquisa aponta que 18% dos sujeitos apresentaram estresse, bem como a predominância de sintomas físicos e psicológicos decorrentes deste. Identificou-se que 35% dos sujeitos apresentaram índice médio superior de vulnerabilidade ao estresse ocupacional, o que se caracteriza como um sinal de alerta. Ressalta-se que houve um número significativo de sintomas físicos e psicológicos relacionados ao estresse nos sujeitos não identificados com essa patologia pelo teste ISSL. Contudo, evidencia-se a necessidade de realização de intervenções, campanhas de promoção e prevenção da saúde, bem como o acompanhamento de riscos psicossociais desses profissionais.

Palavras-chave: Estresse. Trabalho. Enfermagem.

1 INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional pode atingir qualquer indivíduo em qualquer momento e setor de atividade; é uma questão de saúde pública dos tempos modernos, visto que é um problema grave e que traz consequências para todos: à pessoa que trabalha, à que emprega e à sociedade em geral; além disso, “[...] ele é responsável por 25% dos afastamentos por motivos de doenças ocupacionais com duração superior a duas semanas.” (GLINA; ROCHA, 2010, p. 113).

A saúde mental é relacionada diretamente com o trabalho, pois este faz parte da vida, isto é, trabalho e saúde não se separam, pois o indivíduo se envolve com suas atividades laborais, interagindo com as pessoas ao seu redor e colocando no trabalho suas expectativas e processos mentais. Se a vivência no trabalho é ruim e traz condições desfavoráveis para a saúde do indivíduo, com certeza ele não ficará indiferente perante a essas condições negativas e responderá a seu modo diante dessa situação, como em outros aspectos da vida. Também se verifica essa afirmação com os autores Glina e Rocha (2010), os quais comentam que condições ruins de trabalho podem acarretar prejuízos para a saúde do indivíduo, assim como aumentar as chances de experiência de estresse.

Estudos demonstram que o desequilíbrio na saúde do profissional traz consequências na qualidade dos serviços prestados e no nível de produção. Os lucros também são afetados na medida em que os custos se incrementam em absenteísmo, auxílio-doença, reposição de funcionário, transferências, novas contratações e treinamento. Devido a estas e outras consequências, tem crescido a perspectiva de se investigar e se investir na qualidade de vida do trabalhador. (PEREIRA, 2003, p. 14).

As condições e os locais de trabalho dos profissionais da saúde são mais “prejudiciais” para o bem-estar do trabalhador; “[...] os riscos para a saúde relacionados com o trabalho dependem do tipo de atividade profissional e das condições em que ela é desempenhada.” (PAFARO; DE MARTINO, 2004, p. 156).

Um fato que pode ser considerado desencadeador de problemas para a saúde dos profissionais que trabalham em um hospital é o fato de este ser o ambiente de trabalho que gera insalubridade para os trabalhadores. Segundo Pafaro e De Martino (2004), os hospitais oferecem condições laborais mais prejudiciais do que os outros setores de atividade. “Confirma-se essa idéia quando diz que se de um lado o hospital tem como missão salvar vidas e

* Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina; dayane_vazata1992@hotmail.com

** Mestre em Psicologia Organizacional pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professora da Universidade do Contestado, da Universidade do Oeste de Santa Catarina e do Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial; Concórdia. Rua Leônidas Fávero, 755, apto 301, Centro, 89700-000, Concórdia, Santa Catarina, Brasil; tainara.nesi@unoesc.edu.br

recuperar a saúde dos indivíduos enfermos, por outro, favorece o adoecer das pessoas que nele trabalham.” (VIANEY; BRASILEIRO, 2003, p. 557).

A área da enfermagem é composta por enfermeiros ou por técnicos de enfermagem, voltados à área da saúde; tem como principal local de trabalho o hospital, o que faz com que as pessoas que trabalham nessa área também fiquem expostas às consequências que esse trabalho pode acarretar. Segundo Pafaro e De Martino (2004, p. 156), na atividade de enfermagem encontram-se vários casos de doenças relacionadas ao trabalho, pois esses indivíduos ficam expostos etiologicamente a vários fatores de risco, justificando a “[...] inclusão da profissão de enfermagem no grupo de profissões desgastantes.”

As atividades que integram a profissão desses trabalhadores exigem que eles demandem energia, atenção e capacidade de realização e enfrentamento em diversas situações. “A intensidade da vivência que o enfermeiro hospitalar experimenta no seu cotidiano lhe exige uma contínua e profunda mobilização de energia adaptativa que [...] pode não estar disponível ou pode não ser suficiente para evitar o estresse.” (PAFARO; DE MARTINO, 2004, p. 156).

O estresse ocupacional é prejudicial tanto para o trabalhador quanto para a organização, pois além de causar danos para a saúde do indivíduo, causa baixo desempenho deste e, por consequência, prejuízo à organização, má-qualidade da prestação de serviços e diminuição da produtividade. “As alterações mais frequentemente observadas na conduta são: o absenteísmo ao trabalho, a conduta violenta, a incapacidade para relaxar, além do aumento do consumo de tabaco, álcool, fármacos, entre outros.” (PAFARO; DE MARTINO, 2004, p. 155).

Com esta pesquisa, pretendeu-se verificar se há estresse nesses profissionais e se este está relacionado ao trabalho. A relevância científica e social da pesquisa está presente em vários aspectos: à pesquisadora, pela aprendizagem e conhecimento; aos sujeitos, principalmente em virtude do autoconhecimento adquirido por meio da avaliação psicológica; ao hospital, que poderá identificar o estado emocional de seus colaboradores em razão do trabalho, e à comunidade científica, pelos benefícios dos resultados desta pesquisa.

2 REFLEXÕES SOBRE O ESTRESSE

Em virtude dos estudos relacionados ao estresse, hoje, tem-se uma visão mais ampla de seu conceito e o que ele significa. Contudo, nem sempre foi assim, esse processo foi se modificando conforme a mudança social e econômica; a visão acerca do estresse mudou ao longo do tempo. Foi primeiramente definido, em 1936, como uma defesa do corpo, de modo sincronizado, contra qualquer estímulo nocivo para o indivíduo, essa reação foi chamada de síndrome geral de adaptação (SELYE, 1976 apud GLINA; ROCHA, 2010).

O estresse geralmente é visto como um “vilão”, que gera somente malefícios à saúde, porém, é um mecanismo presente em todos os seres humanos, pois sem ele não teríamos as reações para provocar as mudanças necessárias, tanto que na quantidade e intensidade certa, traz consequências positivas para o dia a dia das pessoas. A questão não é o corpo possuir estresse, mas o grau deste no organismo. Ele varia para cada indivíduo, pois fatores como ambiente, influências e o estado em que o corpo se encontra influenciarão na resposta deste (GLINA; ROCHA, 2010).

[...] o estresse não é uma via de mão única, que leva sempre a uma doença. Curtos períodos de estresse podem ser benéficos ao seu sistema imunológico e diminuir os riscos de doenças como Alzheimer, artrite e alguns tipos de câncer. Temos uma tendência a culpar o estresse por tudo, da exaustão ao mau humor, até doenças cardíacas, mas isso é um mito. (KYRIAZIS, 2009 apud FERREIRA, 2009).

É claro que ele também pode prejudicar a vida social (comportamentos e relacionamentos) de um indivíduo, refletindo em mudanças significativas, como, por exemplo, irritação, problemas de concentração e de memória; na resposta em curto prazo, o corpo mobiliza energia, tendo, assim, uma resposta comportamental, e em longo prazo aumentam as chances de adquirir doenças (GLINA; ROCHA, 2010).

O estresse possui quatro fases postuladas, conforme Lipp (2003), constituindo o modelo quadrifásico, o qual é composto pelas fases de alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão. Na primeira fase, de alerta, o estresse se caracteriza ainda de maneira tênue, porém, o corpo já começa a necessitar de mais energia como resposta a essas

reações, e o organismo já inicia um processo autorregulatório contra estímulos estressores que estão sendo percebidos como ameaças.

Na segunda fase, de resistência, quanto mais a pessoa demanda energia para se harmonizar e se adaptar, maior será o desgaste do organismo. Contudo, caso o organismo consiga se equilibrar ou se adaptar àquela situação, esse processo de estresse cessa sem deixar sequelas para o indivíduo. Na terceira fase, de quase-exaustão, percebe-se um enfraquecimento das defesas do organismo, quando acontecem várias oscilações, havendo momentos em que a pessoa se sente bem, estável e tranquila e outros em que ela se sente desconfortável, cansada e com ansiedade. A prova de que a resistência já está bem enfraquecida é o surgimento de doenças (LIPP, 2003).

A quarta fase, da exaustão, é “[...] uma quebra total de resistência [...] Há um aumento das estruturas linfáticas, exaustão psicológica em forma de depressão e exaustão física, na forma de doenças que começam a aparecer, podendo ocorrer a morte como resultado final.” (LIPP, 2003, p. 19-20).

Entre os mecanismos que o ser humano possui para enfrentar o estresse encontram-se o *coping*¹ e os mecanismos de defesa. O *coping* pode ser considerado uma estratégia de defesa do organismo contra o estresse, “[...] é concebido como o conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptarem-se a circunstâncias adversas [...]” (SULS; DAVID; HARVEY, 1996 apud ANTONIAZZI; DELL’AGLIO; BANDEIRA, 1998, p. 274).

Os mecanismos de defesa fazem com que, mediante processos inconscientes, “fatos reais” sejam “alterados”, fazendo com que nossa autoimagem positiva seja mantida. Eles são acionados em diversas situações e momentos de nossa vida, visto que os usamos diariamente, inclusive nas situações de trabalho. “Os mecanismos de defesa têm funções protetoras e alguns deles são empregados por todos, na vida cotidiana, para conseguir a estabilidade emocional.” (SILVA et al., 2011).

Considera-se que o mais importante mecanismo de defesa utilizado em situações do trabalho, principalmente quando estas causam sofrimento, é o mecanismo da sublimação, pois pode transformar sofrimento em prazer, isto é, quando temos um impulso que não pode ser expresso, ele é reprimido e acaba surgindo em forma de algo que não seja maléfico para nós mesmos ou para os outros. “O impulso é canalizado a outros interesses.” (NETTO, 2010).

Há algum tempo o estresse vem sendo definido e investigado, porém, sua questão-chave é a quantidade de estresse presente no organismo, o modo como o indivíduo lida com a situação estressante e os mecanismos que utiliza para enfrentá-lo; ele pode se apresentar desde como um “estimulador” de mecanismos de mudança para o indivíduo até como uma das causas de uma patologia.

2.1 O ESTRESSE NO CONTEXTO DO TRABALHO

A ligação entre homem e trabalho é grande pelo fato de que este último ocupa um espaço considerável na vida de um indivíduo, pois já se sabe que “[...] os seres humanos passam um terço da vida dormindo [...]” Ora, se passamos um terço de nossas vidas dormindo, quanto tempo passamos trabalhando? (FINIMUNDI et al., 2012, p. 410). Pereira (2003, p. 13) vem contribuir dizendo que o trabalho é essencial para a vida de uma pessoa, pois “[...] investe-se grande parte da existência na preparação (estudos, estágios) e na dedicação ao trabalho.”

O trabalho pode desencadear problemas, frustrações, situações, emoções e até doenças para o indivíduo, sejam elas físicas ou emocionais, pois o estresse interage com seu trabalho, coloca expectativas, utiliza seu corpo e seu tempo para realizar determinada função, e é esse relacionamento que influencia a vida do indivíduo. Entre os estados e doenças que as más condições de trabalho podem acarretar encontra-se o estresse, o qual, segundo Rodrigues e Ferreira (2011, p. 2), “[...] faz parte essencial dos mecanismos do ser humano e pode ser visto como estimulante fonte de satisfação e equilíbrio.”

Zanelli e Borges-Andrade (2004) contribuem afirmando que os fatores externos, que são as condições do trabalho, e as exigências tanto físicas quanto mentais podem se apresentar como causas do estresse advindo do trabalho, em que a relação de estresse e trabalho não é direta. Os autores apontam, também, possíveis estressores do trabalho, que são a monotonia e a fragmentação das atividades, a sobrecarga, os conflitos, a ambiguidade de papel, entre outros aspectos relacionados à organização e conteúdo do trabalho.

A OIT (Organização Internacional do Trabalho) afirma que os fatores psicossociais do trabalho referem-se às interações entre ambiente de trabalho, conteúdo do trabalho, condições organizacionais e capacidades, necessidades, cultura do trabalhador e considerações pessoais extralaborais, que podem, por meio da percepção e experiência influenciar a saúde, o desempenho e a satisfação no trabalho. (INTERNACIONAL LABOUR ORGANIZATION, 1992 apud GLINA; ROCHA, 2010, p. 15).

O estresse ocupacional pode atingir qualquer indivíduo em dado momento e setor de atividade. É uma questão de saúde pública dos tempos modernos, visto que é um problema grave e que traz consequências para todos: à pessoa que trabalha, à que emprega e à sociedade em geral (GLINA; ROCHA, 2010).

As consequências que o estresse laboral pode trazer vão desde uma pequena resposta fisiológica do organismo até à Síndrome de Burnout, visto que os fatores são psicossociais. Por isso, vê-se presente, mais uma vez, a importância de uma relação saudável de um indivíduo com seu trabalho (incluindo o local, as pessoas, as atividades laborais e a empresa).

2.3 A RELAÇÃO DA PROFISSÃO DE ENFERMAGEM COM O ESTRESSE

Há preocupações com a saúde dos profissionais da área da saúde, especialmente com os de enfermagem. Nogueira-Martins (2003 apud AGUIAR et al., 2009) confirma essa ideia quando diz que desde o início do século existe essa preocupação com a saúde mental dos profissionais de saúde pelo caráter estressante que tem o trabalho nessa área.

Entre os anos 1982 e 2001 houve um levantamento de toda a literatura publicada no Brasil sobre o estresse em enfermagem, que indicou que os fatores que independem do indivíduo, relacionados ao estresse laboral, são o próprio ambiente de trabalho, a sobrecarga, as relações interpessoais negativas, o trabalho à noite e mais tempo de serviço. Outros fatores estressores podem ser a exposição à angústia e ao sofrimento do paciente que está cuidando e o impacto dessa exposição sobre a condição psicológica desse profissional (COUTRIN; FREUA; GUIMARÃES, 2003 apud COSTA; MARTINS, 2011).

Cavalheiro, Moura Junior e Lopes (2008), complementando as palavras de Coutrim, Freua e Guimarães (2003, apud COSTA; MARTINS, 2011), afirmam que as atividades do trabalho da profissão de enfermagem ocorrem principalmente em ambiente hospitalar, exigindo maior envolvimento com o paciente internado, o que faz com que essa profissão seja considerada “estressante”. Nisso, percebe-se que vários fatores já apontados contribuem para certa “vulnerabilidade” da profissão em relação ao estresse.

Complementando a ideia, Costa e Martins (2011, p. 1192) colocam que o ambiente hospitalar é gerador de sofrimento a seus profissionais, visto que “[...] a enfermagem é apontada, por diversos estudos, como uma profissão, dentro deste ambiente, que apresenta alto nível de estresse ocupacional.” As atividades do trabalho dessa profissão exigem um maior envolvimento com o paciente internado (CAVALHEIRO; MOURA JUNIOR; LOPES, 2008).

“No caso dos profissionais de enfermagem, o aumento no interesse pelo estudo do estresse está relacionado com o risco de Burnout,² conflitos e insatisfação no trabalho, o que é extremamente preocupante [...]” (COSTA; MARTINS, 2011, p. 1192). O trabalho do enfermeiro demanda atenção, uma vez que ele possui atividades com um alto nível de responsabilidade e dificuldade, “[...] constituindo fatores psicossociais que condicionam a presença do estresse no trabalho.” Outros fatores que podem acarretar o estresse ocupacional são o ritmo acelerado, o turno de trabalho e as excessivas jornadas (ROCHA; DE MARTINO, 2010, p. 281).

A profissão de enfermagem vem sendo pesquisada, não somente no intuito de verificar ocorrências de estresse, mas mais do que isso, pelas próprias condições e obrigações de trabalho desses profissionais que geralmente favorecem maior vulnerabilidade a problemas relacionados à saúde.

3 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa do tipo exploratória-descritiva, que foi realizada no Hospital São José, na Cidade de São José do Ouro, RS; foram 17 os sujeitos da pesquisa, sendo eles 15 técnicos(as) de enfermagem e duas enfermeiras,

que fazem parte do quadro de funcionários dessa instituição. Dois funcionários, um auxiliar de enfermagem e um técnico de enfermagem não se enquadraram nos critérios de aplicação dos testes, ou seja, nos critérios de inclusão.

Segundo Figueiredo (2008, p. 93), as pesquisas exploratórias são pesquisas que “[...] geralmente proporcionam maior familiaridade com o problema, ou seja, têm o intuito de torná-lo mais explícito. Seu principal objetivo é o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições.” Sobre a pesquisa do tipo descritiva, Figueiredo (2008, p. 94) afirma que o principal objetivo neste caso é a “[...] descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou então o estabelecimento de relações entre variáveis obtidas por meio da utilização de técnicas padronizadas de coletas de dados, tais como o questionário [...]”

Como *critérios de inclusão* fizeram parte da pesquisa os sujeitos que aceitaram participar do estudo e que tinham idade entre 17 e 54 anos. Critérios estes estabelecidos pelo teste psicológico EVENT. Nos *critérios de exclusão* foram considerados os aspectos contrários aos critérios de inclusão.

Com base nos aspectos éticos da pesquisa com seres humanos, que prevê o anonimato da identidade do participante, os sujeitos receberam nomes fictícios. Considerando o Código de Ética do Psicólogo, que determina em seu Art. 16 que o psicólogo deve garantir o acesso dos participantes, pessoas, grupos ou organizações aos resultados da pesquisa, após o encerramento, será agendado com a Instituição um momento para devolutiva individual das testagens e devolutiva coletiva da pesquisa. Também será disponibilizada uma cartilha com dicas de gerenciamento do estresse, visto que a intervenção inclui a promoção e a prevenção da saúde.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Durante a coleta de dados, realizada nas dependências do Hospital, foi apresentado e entregue aos sujeitos deste estudo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), além da explicação dos testes psicológicos. A coleta de dados foi realizada durante o horário de trabalho dos sujeitos nos dias 23 e 24 de maio de 2013, ocasião em que a pesquisadora notou um ambiente relativamente calmo, principalmente quando a aplicação foi feita no final de semana.

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) e a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT). O ISSL possibilita analisar se o sujeito possui estresse por meio dos sintomas físicos e psicológicos que ele apresenta, além da fase em que se encontra (LIPP, 2000, p. 13).

A Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho (EVENT) “[...] avalia o quanto as circunstâncias do cotidiano do trabalho influenciam a conduta da pessoa, a ponto de caracterizar certa fragilidade.” (SISTO et al., 2007, p. 76). Dentro disso, o teste pretende avaliar três fatores: o clima e funcionamento organizacional, a pressão no trabalho e a infraestrutura e rotina.

4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

A seguir será realizada a apresentação e análise dos dados por meio de todos os instrumentos aplicados, bem como a observação e relatos da literatura científica. Essa análise será dividida em dois subtítulos que correspondem aos testes ISSL e EVENT, respectivamente.

Foram aplicados os testes ISSL (Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp) e EVENT (Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho) em 17 profissionais, excluindo os dois sujeitos que não atendem ao critério do teste EVENT, que é possuir idade inferior a 54 anos.

A seguir, a Tabela 1 apresenta as características gerais do público estudado.

Tabela 1 – Distribuição percentual das características dos sujeitos participantes da pesquisa em relação às variáveis: sexo, idade e escolaridade

Característica	Porcentagem Aproximada (%)
Sexo	
Masculino	12
Feminino	88
Idade	
18 a 24 anos	12
25 a 34 anos	41
35 a 44 anos	29
45 a 54 anos	18
Escolaridade	
Nível Técnico	88
Nível Superior	12

Fonte: os autores.

Conforme a Tabela 1, a maioria dos profissionais estudados é do sexo feminino (88%, que corresponde a 15 sujeitos), enquanto dois são profissionais do sexo masculino, o que corresponde a 12%, confirmando que a maioria dos profissionais de enfermagem são mulheres, pois segundo Elias e Navarro (2006), é uma característica do ambiente hospitalar possuir grande número de mulheres em seu quadro de funcionários. No que diz respeito à idade e escolaridade, a maior parte dos profissionais apresenta idade inferior a 35 anos (53%), assim como a grande maioria possui nível técnico (88%).

4.1 APRESENTAÇÃO DOS DADOS DO ISSL

4.1.1 Identificação do Estresse

Quanto aos testes psicológicos aplicados a este público, o teste ISSL identificou de maneira objetiva se os sujeitos da pesquisa possuem sintomas de estresse, o tipo de sintoma, físico ou psicológico, e a fase de estresse que esse sujeito se encontra (LIPP, 2000).

Esse teste conseguiu identificar estresse em três dos 17 profissionais estudados (18%), ou seja, a minoria deles. Para esse resultado há algumas hipóteses, como, por exemplo, a de esses indivíduos utilizarem de forma adequada os mecanismos de defesa e do *coping* e a de que cada indivíduo reage aos estímulos externos de maneira diferente.

Podemos ver o enfrentamento como uma estratégia da pessoa, não necessariamente consciente, para obter o maior número de informações sobre o que está acontecendo e condições internas (psíquicas) para o processamento de informações, para manter-se em condições de agir e assim diminuir a resposta de *distress*³ e manter um equilíbrio de seu organismo. (FRANÇA; RODRIGUES, 1996, p. 36).

Os 14 profissionais nos quais não se identificou a presença de estresse podem estar utilizando corretamente os mecanismos de defesa, pois eles vêm para ajudar o indivíduo quanto este se encontra diante de algum estímulo ou fator angustiante. Eles “[...] podem ser usados para auxiliar na integração da personalidade, apoiando-a na adaptação ao meio e nas relações interpessoais.” (SILVA et al., 2011).

Dos mecanismos de defesa, o que mais pode ser verificado em situações de trabalho é o de sublimação, o qual canaliza a raiva, a tensão e a angústia, por exemplo, em outras tarefas em que estas possam ser trabalhadas de forma útil. “Sublimação é o mais eficaz dos mecanismos de defesa, na medida em que canaliza os impulsos libidinais para uma postura socialmente útil e aceitável.” (FENICHEL, 2000 apud SILVA et al., 2011).

O *coping* caracteriza-se também como uma estratégia defensiva, sendo um mecanismo do qual os sujeitos se utilizam para enfrentar situações estressantes. Ele pode ser definido como os esforços “constantes e mutáveis” que o sujeito realiza para enfrentar e lidar com estímulos estressores internos e externos, que fazem com que o sujeito esgote seus recursos (ANTONIAZZI; DELL’AGLIO; BANDEIRA, 1998).

Outra questão que influencia no resultado obtido é a de que cada indivíduo responde aos estímulos a sua volta de maneira diferente, pois envolve questões de temperamento, estruturas de personalidade, de cultura, questões biológicas, o modo como o sujeito aprendeu a lidar com situações estressantes, entre outros.

Conforme Ferreira Júnior (2000), o que fará diferença é a forma como interpretamos os eventos e estímulos que nos são apresentados como reagimos a eles. O que pode ser um evento ou fator estressante para uma pessoa pode não ser para outra, pois cada indivíduo possui sua história, personalidade e vida, fazendo com que os eventos do cotidiano sejam interpretados de formas distintas.

Tabela 2 – Quantidade de sintomas físicos e psicológicos que os profissionais de Enfermagem do Hospital São José apresentaram, conforme o teste psicológico ISSL

SINTOMAS FÍSICOS E PSICOLÓGICOS APRESENTADOS				
SUJEITOS	PRESENÇA DE ESTRESSE	SINTOMAS FÍSICOS	SINTOMAS PSICOLÓGICOS	TOTAL SINTOMAS
PE 01	Não	3	1	4
PE 02	Não	6	2	8
PE 03	Sim	18	12	30
PE 04	Não	4	-	4
PE 05	Não	3	1	4
PE 06	Sim	8	6	14
PE 07	Não	2	2	4
PE 08	Não	4	3	7
PE 09	Não	5	1	6
PE 10	Não	2	1	3
PE 11	Não	2	4	6
PE 12	Não	5	5	10
PE 13	Não	3	4	7
PE 14	Sim	6	7	13
PE 15	Não	7	5	12
PE 16	Não	4	4	8
PE 17	Não	2	-	2
Total	3 Sim/ 14 Não	84	58	142

Fonte: os autores.

A Tabela 2 aponta que no total foram 142 sintomas apresentados pelos 17 profissionais de enfermagem; os que se apresentaram em maior número foram justamente os que indicaram a presença de estresse: o PE 03, com 30 sintomas, o PE 06, com 14 sintomas, e o PE 14, com 13 sintomas. Além destes, mais dois apresentaram um número considerável de sintomas: o PE 12 e o PE 15. Percebe-se com esse aspecto que mesmo tendo um índice baixo de presença de estresse, há um número significativo de sintomas presentes nos sujeitos, o qual deve ser considerado.

Com os números apresentados na Tabela 2, salienta-se a importância de intervenções para prevenção e promoção da saúde com estes indivíduos e no ambiente de trabalho, pois o ato de prevenir, nesse caso, é fazer com que os sujeitos continuem enfrentando de forma saudável e correta os estímulos estressores a eles colocados, prevenindo, então, um aumento de sintomas indicativos de estresse. Para Czeresnia e Buss (2003 apud DUBUGRAS, 2011), a prevenção ou as ações preventivas são intervenções que evitam que doenças específicas apareçam “[...] através da detecção, do controle e da mitigação dos fatores de risco dessas enfermidades.”

A promoção e prevenção de saúde nesse caso inclui também a orientação psicoterápica, pois “[...] não é necessário estar com problemas para buscar orientação. A psicoterapia pode também ser preventiva.” (OLIVEIRA, 2011). Isso pode evitar que os profissionais que estão em “estado de alerta” adoçam.

Tabela 3 – Fase e predominância de sintomas em que se encontram os profissionais de Enfermagem do Hospital São José com estresse identificado, conforme o teste ISSL

CLASSIFICAÇÃO ESTRESSE		
SUJEITOS	FASE	PREDOMINÂNCIA DE SINTOMAS
PE 03	Quase exaustão	Psicológicos
PE 06	Resistência	Físicos e Psicológicos
PE 14	Resistência	Psicológicos

Fonte: os autores.

A Tabela 3 demonstra que dois dos três profissionais que indicaram presença de estresse apresentaram-no na fase de resistência; um deles, na fase de quase exaustão, nível preocupante. Quanto aos sintomas, todos os três obtiveram predominância de sintomas psicológicos, e um deles apresentou, também, os sintomas físicos. Pafaro e De Martino (2004), em seus estudos sobre o estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas, ao analisarem a predominância de sintomas, também verificaram que os sintomas psicológicos se apresentaram em maior número do que os sintomas físicos.

Quanto aos sujeitos que foram identificados com estresse, sugere-se avaliação psicológica acompanhada de psicoterapia, pois para Primi (2010), a avaliação psicológica é mais complexa, nela se objetiva o conhecimento do funcionamento psicológico, podendo realizar orientações sobre decisões futuras.

Já a psicoterapia, segundo Oliveira (2011), “[...] é um recurso utilizado por psicólogos para auxiliar as pessoas a lidar com conflitos, no enfrentamento das dificuldades, na compreensão das relações interpessoais, na busca do autoconhecimento, qualidade de vida e ampliação da consciência.” Então, a avaliação possibilitará resultados mais amplos e completos e a psicoterapia poderá fazer com que eles possam trabalhar suas questões individuais, principalmente as relacionadas ao estresse.

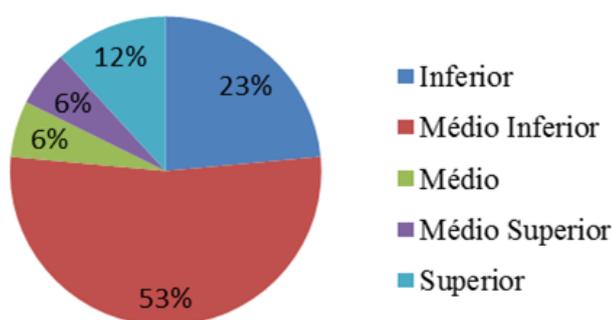
4.2 APRESENTAÇÃO DOS DADOS DO EVENT

4.2.1 Vulnerabilidade ao estresse nos profissionais de Enfermagem

Com o objetivo de analisar de forma mais específica o estresse ocupacional, os sujeitos foram submetidos à aplicação do Teste EVENT (Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho), que avalia a vulnerabilidade que esse sujeito possui diante dos seguintes fatores de trabalho: clima e funcionamento organizacional, pressão no trabalho, e infraestrutura e rotina (SISTO et al., 2007).

Gráfico 1 – Vulnerabilidade ao estresse em relação ao fator Clima e Funcionamento Organizacional apresentada pelos profissionais de Enfermagem do Hospital São José, conforme teste psicológico EVENT

Clima e Funcionamento Organizacional



Fonte: os autores.

No que se refere ao clima e funcionamento organizacional, vê-se, conforme o Gráfico 1, que 53% dos profissionais apresentaram vulnerabilidade média inferior, enquanto 23% apresentaram-na em nível inferior. Já 18% deles possuem índice de vulnerabilidade médio superiores, além disso, 6% apresentaram esse índice em nível médio.

Nesse fator, a classificação mais apresentada foi a de vulnerabilidade média inferior e inferior, com 76% dos sujeitos, o que indica pouca probabilidade de a maioria adquirir estresse patológico em razão desse fator, que “[...] diz respeito principalmente com os relacionamentos entre os colegas de trabalho e liderança, bem como o andamento de rotinas administrativas e de procedimentos institucionais [...]” (HACK; BARRETO; BARRETO, 2012, p. 14).

Conforme os resultados do Gráfico 1, pode-se inferir que o hospital propicia um bom ambiente e uma boa organização de trabalho, pois a forma como o trabalho se organiza é que vai influenciar na saúde mental do sujeito,

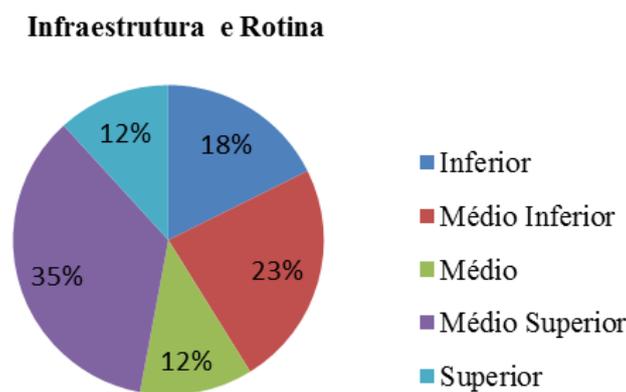
uma vez que, conforme aponta Dejours (1992, p. 25), o “[...] sofrimento mental resulta da organização do trabalho”, que compreende “[...] a divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa (na medida em que ele dela deriva), o sistema hierárquico, as modalidades de comando, as relações de poder, as questões de responsabilidade, etc.”

Um fator que soma com o resultado é o da ideia de que o hospital possui um bom clima organizacional, informação baseada em uma pesquisa desse tipo que foi realizada nesse local, na qual o resultado dos questionários foi de que o hospital possui aspectos que podem ser melhorados e trabalhados, mas possui muitos aspectos positivos (PESQUISA..., 2010).

No fator de pressão do trabalho trazido pelo teste psicológico EVENT, as classificações mais apresentadas foram igualmente a de vulnerabilidade média inferior e a de média superior, com 35% cada uma. Todavia, os índices médio inferior e Inferior somam 59%, o que indica que há menor probabilidade de a maioria adquirir estresse patológico em virtude desse fator.

A maioria dos sujeitos, então, possui menor vulnerabilidade ao estresse no fator pressão no trabalho, o qual indica situações que exigem responsabilidade, que trazem novas tarefas e que, conseqüentemente, podem proporcionar tensão. Esse fator inclui itens como acúmulo de funções e trabalho, fazer trabalho que não pertence à própria função, muita responsabilidade, prazos, ritmo acelerado de trabalho, atender muitas pessoas de uma só vez, entre outros (SISTO et al., 2007).

Gráfico 2 – Vulnerabilidade ao estresse em relação à Infraestrutura e Rotina apresentada pelos profissionais de enfermagem do Hospital São José, conforme teste psicológico EVENT



Fonte: os autores.

No Gráfico 2, que aponta os dados referentes ao fator de infraestrutura e rotina, o qual inclui aspectos do espaço físico do hospital, da rotina dos turnos dos profissionais, do material de apoio que são disponibilizados a estes, entre outros, percebe-se que as classificações médio superior e superior somam 47%, enquanto as classificações inferior e médio inferior somam 41%, o que indica que há mais sujeitos vulneráveis ao estresse em relação a esse fator do que os que possuem pouca vulnerabilidade a ele.

Essa discrepância de resultados pode ter acontecido pelo fato de que ao mesmo tempo em que uma literatura coloca que as atividades laborais do profissional de enfermagem podem ser desgastantes, há também aquela que diz que esse trabalho pode ser prazeroso.

O trabalho do enfermeiro, inserido nas instituições de saúde, é muitas vezes multifacetado, dividido e submetido a uma diversidade de cargos que são geradores de desgaste. Em contrapartida, o trabalho também se constitui em fonte de prazer e satisfação, que são potencializadoras das capacidades humanas, na promoção de saúde e vida. (TAKAHASHI EIU, 1991 apud GUERRER; BIANCHI, 2008, p. 356).

Um dos fatores que pode ter contribuído para o resultado das porcentagens média inferiores é o da infraestrutura do hospital no qual foi realizada a pesquisa, o qual, conforme Barbosa et al. (2002, apud UGA; LOPEZ, 2007, p.

916), é um hospital de pequeno porte, pois afirma que “[...] foram considerados hospitais de pequeno porte os estabelecimentos com até cinquenta leitos que apresentaram produção em regime de internação.”

As porcentagens médias superiores são a maioria, somando 47%, o que faz com que esse fator possa ser considerado preocupante, pois são sete sujeitos que apresentam vulnerabilidade ao estresse. Para estes, a infraestrutura proporcionada e/ou as atividades rotineiras podem ser considerados fatores estressantes. Segundo Sisto et al. (2007), os itens desse fator incluem dobrar jornadas, questões relacionadas ao equipamento que utilizam, à iluminação do ambiente, às mudanças de hora de trabalho, de *status* financeiro, de chefia, salários atrasados, pouca cooperação da equipe, entre outros.

A Tabela 4 apresenta os dados dos 17 sujeitos, individualmente, reunindo os dados coletados dos dois testes: a presença de estresse indicada pelo ISSL e os fatores de vulnerabilidade indicados pelo EVENT.

Tabela 4 – Relação de todos os profissionais de Enfermagem do Hospital São José, com seus respectivos resultados de presença de estresse do teste psicológico ISSL e de vulnerabilidade ao estresse nos três fatores do teste psicológico EVENT

RESULTADOS GERAIS DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM				
sujeitos	presença de estresse (issl)	vulnerabilidade fator clima e funcionamento organizacional	vulnerabilidade fator presença no trabalho	vulnerabilidade fator infraestrutura e rotina
PE 01	Não	Inferior	Médio inferior	Médio inferior
PE 02	Não	Médio	Inferior	Médio Superior
PE 03	Sim	Médio inferior	Médio superior	Médio Superior
PE 04	Não	Médio inferior	Médio superior	Médio
PE 05	Não	Médio inferior	Inferior	Inferior
PE 06	Sim	Superior	Médio superior	Superior
PE 07	Não	Médio inferior	Médio inferior	Médio inferior
PE 08	Não	Inferior	Médio inferior	Médio
PE 09	Não	Médio inferior	Médio superior	Médio superior
PE 10	Não	Inferior	Inferior	Médio inferior
PE 11	Não	Superior	Superior	Superior
PE 12	Não	Médio inferior	Médio superior	Inferior
PE 13	Não	Médio inferior	Médio inferior	Médio superior
PE 14	Sim	Médio superior	Médio inferior	Médio superior
PE 15	Não	Médio inferior	Médio superior	Médio inferior
PE 16	Não	Inferior	Inferior	Inferior
PE 17	Não	Médio inferior	Médio inferior	Médio superior

Fonte: os autores.

Conforme o exposto na Tabela 4, em resultados gerais, dos 17 profissionais de enfermagem, três apresentaram estresse, conforme o teste psicológico ISSL, os quais são PE 03, PE 06 e PE 14. Quanto ao teste psicológico EVENT, dois profissionais apresentam alta vulnerabilidade em relação aos três fatores relacionados a seu trabalho, os quais são PE 06 e PE 11. A pesquisa mostrou que em um âmbito geral da vida desses profissionais, o que inclui entre outras coisas a questão do trabalho, da família, de qualidade de vida e do ambiente social, a maioria deles não possui vulnerabilidade ao estresse advindo do trabalho.

Nota-se que mesmo profissionais que não apresentaram estresse no teste psicológico ISSL mostraram vulnerabilidade em relação ao trabalho no teste EVENT, como o PE 09 e o PE 11, o que confirma que o teste ISSL também pode conseguir identificar sintomas de estresse advindos do trabalho, pois ele avalia os sintomas que o indivíduo apresenta no momento. No entanto, esse teste avalia os sintomas em um âmbito geral da vida desses sujeitos, o que faz com que alguns resultados de presença de estresse se apresentem como negativos, mas que no teste EVENT, que é mais específico à vida laboral, apresente-se como positivo.

Portanto, faz-se necessário realizar estudos que correlacionem a vulnerabilidade ao estresse no trabalho com outras variáveis, identificando os fatores que podem interferir positiva e negativamente na vida pessoal e profissional do indivíduo. Um desses fatores pode ser a família que a pessoa possui. (NUNES; CALAIS, 2011, p. 58).

O ser humano é um ser biopsicossocial, isto é, sua personalidade e, conseqüentemente, o modo como lida com as situações, vêm de questões biológicas, psicológicas e sociais, o que pode ser uma das hipóteses para o resultado geral dos três fatores, em que 59% dos sujeitos apresentaram índice de vulnerabilidade médio inferior.

5 CONCLUSÃO

Dos 17 profissionais estudados, 18% deles apresentaram estresse pelo teste ISSL, com predominância de sintomas psicológicos, dois se encontraram na fase de resistência, e um, na fase de quase exaustão. Além destes, 35% apresentaram entre sete e 12 sintomas físicos e psicológicos, número significativo, mas que não caracteriza a presença de estresse patológico.

A maioria (47%) possui vulnerabilidade ao estresse quanto ao fator de infraestrutura e rotina, índice que deve ser considerado. Nos outros fatores existe certa vulnerabilidade, porém, 59% dos profissionais indicaram índices médios inferiores quanto ao fator pressão no trabalho, e 76%, quanto ao fator clima e funcionamento organizacional.

Em razão de o teste psicológico EVENT ser mais específico com as questões relacionadas ao trabalho, alguns sujeitos não indicaram presença de estresse nos resultados do ISSL, porém, apresentaram considerável vulnerabilidade no EVENT. Esse fato ajuda a concluir que o trabalho pode estar gerando situações estressantes, porém, se o indivíduo consegue utilizar os mecanismos de enfrentamento de forma positiva, levará sua vida de forma saudável.

A relação entre o estresse e a profissão de enfermagem não é direta. A literatura indica essa profissão como propensa ao estresse, porém, verificou-se que o fato de o sujeito ser um técnico de enfermagem ou enfermeiro não, necessariamente, implica que ele sofrerá de estresse, ele poderá apresentar sintomas de estresse como qualquer outra pessoa que se submeta aos testes, mas não, necessariamente, a patologia. Krumm (2005) diz que há cargos mais estressantes do que outros, porém, há grande diferença quanto às reações dos sujeitos às atividades de alto ou baixo estresse, e essa diferença pode estar ligada aos fatores pessoais relacionados a ele.

Outro aspecto que contribui para o estresse é a organização de trabalho do hospital e a organização de vida pessoal de cada sujeito; se os profissionais conseguem utilizar corretamente os mecanismos de enfrentamento e, até mesmo, se levam sua vida de forma mais saudável, terão baixa probabilidade de desencadear estresse patológico em razão do trabalho. Também é fator contribuinte para os resultados o fato de o hospital ser considerado de pequeno porte, o que influencia na sua organização, funcionamento e rotina.

Deve-se considerar que se a pesquisa for realizada em outro momento, os resultados poderão ser diferentes, o que indica que o momento é dinâmico e temporal, com variáveis não controláveis, isto é, o estado emocional de cada sujeito se apresentará diferente conforme as variáveis que se apresentarem, as quais podem ser fatores externos e internos relacionados ao sujeito.

Indica-se psicodiagnóstico e psicoterapia para os sujeitos que apresentaram estresse, e mecanismos de prevenção para os demais, o que inclui aumentar a capacidade de enfrentamento dos sujeitos, proporcionar que eles tenham atendimento psicológico na própria organização e realizar psicoterapia como forma preventiva.

As relações de trabalho e saúde indicam a necessidade de constantes estudos em razão da evolução que este tema vem sofrendo, considerando-se que quanto mais pesquisas e conhecimento em torno dele, melhor será tanto para o indivíduo, que terá sua saúde mental beneficiada, quanto para a organização, que poderá estar sempre atualizada, proporcionando um bom e adequado ambiente de trabalho.

Notas explicativas

¹ Define-se por *coping* todos os esforços cognitivos e comportamentais para se lidar com exigências que ultrapassem os recursos do indivíduo (FOLKMAN; LAZARUS, 1984 apud LIPP, 2003, p. 93).

² Define-se *Burnout* como “[...] uma síndrome psicológica em resposta aos estressores interpessoais crônicos no

trabalho, decorrente de uma má adaptação a um trabalho estressante, prolongado e com elevada carga tensional." (SANTOS, CARDOSO, 2010, p. 543).

³ *Distress* é quando a resposta do indivíduo a estímulos estressores é negativa, desencadeando uma resposta desadaptativa, podendo gerar doença (FRANÇA; RODRIGUES, 1996, p. 21).

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Sâmia Mustafa et al. Prevalência de sintomas de estresse nos Estudantes de Medicina. **J. bras. psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 58, n. 1, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S004752009000100005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 out. 2012.

ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O Conceito de coping: uma revisão teórica. **Estud. Psicol.**, Natal, v. 3, n. 2, dez. 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 28 mar. 2013.

CAVALHEIRO, Ana Maria; MOURA JUNIOR, Denis Faria; LOPES, Antonio Carlos. Estresse de Enfermeiros com Atuação em Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, fev. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692008000100005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 out. 2012.

COSTA, Daniele Tizo; MARTINS, Maria do Carmo Fernandes. Estresse dos Profissionais de Enfermagem: Impacto do Conflito no Grupo e do Poder do Médico. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 45, n. 5, out. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342011000500023&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 out. 2012.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do Trabalho**: Estudo de Psicopatologia do trabalho. 5. ed. São Paulo: Cortez; Oboré, 1992.

DUBUGRAS, Maria Thereza Bonilha. Prevenção em Saúde Mental. **Saúde da Mente**, 25 mar. 2012. Disponível em: <<http://saudedamente.com.br/prevencao-em-saude-mental/>>. Acesso em: 2 set. 2013.

ELIAS, Marisa Aparecida; NAVARRO, Vera Lúcia. A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. **Rev. Latino-am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 4, p. 518, ago. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692006000400008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 12 set. 2012.

FERREIRA, Thaís. O estresse pode ser bom para você. **Revista Época**, 26 abr. 2009. Disponível em: <<http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/0,,EMI69985-15257,00-O+ESTRESSE+PODE+SER+BOM+PARA+VOCE.html>>. Acesso em: 18 jun. 2013.

FERREIRA JUNIOR, Mario. **Saúde no Trabalho**: temas básicos para o profissional que cuida da saúde dos trabalhadores. São Paulo: Roca, 2000.

FIGUEIREDO, Nébia Maria Almeida de. **Método e metodologia na pesquisa científica**. 3. ed. São Caetano do Sul: Yendis, 2008.

FINIMUNDI, Márcia et al. Validação da Escala de Ritmo circadiano. Ciclo vigília /sono para Adolescentes. **Rev. paul. Pediatria.**, São Paulo, v. 30, n. 3, set. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010305822012000300016&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 mar. 2013.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz Rodrigues. **Stress e Trabalho**: Guia básico com Abordagem Psicossomática. São Paulo: Atlas, 1996.

GLINA, Débora Miriam Raab; ROCHA, Lyz Esther. **Saúde Mental no trabalho**: da teoria à prática. São Paulo: Roca, 2010.

GUERRER, Francine Jomara Lopes; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 42, n. 2, jun. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342008000200020&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 2 set. 2013.

HACK, Késya Margarida; BARRETO, Jorgiana Baú Mena; BARRETO, Dagmar Bittencourt Mena. **O estresse decorrente do trabalho e suas implicações na qualidade de vida dos trabalhadores**: Caracterização da saúde mental de dirigentes universitários. Joaçaba: Ed. Unoesc, 2012.

KRUMM, Diante. **Psicologia do Trabalho**: Uma introdução à Psicologia Industrial Organizacional. Rio de Janeiro: LTC, 2005.

LIPP, Marilda Novaes. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Mecanismos Neuropsicofisiológicos do Stress**: Teoria e Aplicações Clínicas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

NETTO, Marilena Henriques Teixeira. Mecanismos de Defesa. **Artigos de Psicologia**, 04 out. 2010. Disponível em: <<http://artigosdepsicologia.wordpress.com/2007/10/04/mecanismos-de-defesa/>>. Acesso em: 26 mar. 2013.

NUNES, Cristiane Oliveira Alves Telles; CALAIS, Sandra Leal. Vulnerabilidade ao estresse no trabalho e percepção de suporte familiar em porteiros: um estudo correlacional. **Psico-USF (Impr.)**, Itatiba, v. 16, n. 1, abr. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141382712011000100007&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 5 set. 2013.

OLIVEIRA, Talita Cristina da Silva. A importância da psicoterapia. **Artigonal**, São Paulo, 24 abr. 2011. Disponível em: <<http://www.artigonal.com/psicoterapia-artigos/a-importancia-da-psicoterapia-4663986.html>>. Acesso em: 29 ago. 2013.

PAFARO, Roberta Cova; DE MARTINO, Milva Maria Figueiredo. Estudo do estresse do Enfermeiro com Dupla Jornada de Trabalho em um Hospital de Oncologia pediátrica de Campinas. **Rev. Esc. Enferm.**, São Paulo: USP, v. 38, n. 2, jun. 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342004000200005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 12 set. 2012.

PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. **Burnout**: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

PESQUISA de clima organizacional no Hospital São José Vinculado à Fundação Araucária no Município de São José do Ouro (RS). São José do Ouro: Fundação Araucária, 2010. Disponível em: <<http://www.araucaria.org.br/index.php>>. Acesso em: 27 mar. 2013.

PRIMI, Ricardo. Avaliação psicológica no Brasil: fundamentos, situação atual e direções para o futuro. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, DF, v. 26, n. spe, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010237722010000500003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 3 set. 2013.

ROCHA, Maria Cecília Pires da; DE MARTINO, Milva Maria Figueiredo. O estresse e qualidade de sono do enfermeiro nos diferentes turnos hospitalares. **Rev. esc. enferm.**, São Paulo: USP, v. 44, n. 2, jun. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342010000200006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 out. 2012.

RODRIGUES, Vitor Manuel Costa Pereira; FERREIRA, Andreia Susana de Sousa. Estressores em enfermeiros que trabalham em Unidades de Terapia Intensiva. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 19, n. 4, ago. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692011000400023&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 30 out. 2012.

SANTOS, Ana Flávia de Oliveira; CARDOSO, Carmen Lúcia. Profissionais de saúde mental: estresse, enfrentamento e qualidade de vida. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, DF, v. 26, n. 3, set. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010237722010000300017&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 27 set. 2013.

SILVA, Air Vieira et. al. Os mecanismos de defesa na abordagem psicanalítica. **Psiqui**, 09 jun. 2011. Disponível em: <<http://psiqui.blogspot.com.br/2011/06/os-mecanismos-de-defesa-na-abordagem.html>>. Acesso em: 26 ago. 2011.

SISTO, Fermio Fernandes et al. **Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho**: EVENT. São Paulo: Vetor, 2007.

UGA, Maria Alicia Domínguez; LOPEZ, Elaine Machado. Os hospitais de pequeno porte e sua inserção no SUS. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 4, ago. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232007000400013&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 4 set. 2013.

VIANEY, Edilene Lima; BRASILEIRO, Marislei Espíndula. Saúde do Trabalhador: Condições de Trabalho do Pessoal de Enfermagem em Hospital Psiquiátrico. **Rev.bras. enferm.**, Brasília, DF, v. 56, n. 5, out. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672003000500017&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 28 mar. 2013.

ZANELLI, José Carlos; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.