

ESTRESSE OCUPACIONAL RELACIONADO A SOBRECARGA DE TRABALHO EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DA FAMÍLIA.

Palavras-chave: Estresse ocupacional, Unidade Básica de Saúde, Sobrecarga de trabalho.

INTRODUÇÃO

O local de trabalho é um ambiente que faz parte da vida das pessoas e, inevitavelmente, causa estresse, aliado a constantes eventos cotidianos, causam irritação além de influenciar negativamente os processos executivos, memória e a atenção (RODRIGUEZ et al., 2018; ZAVALIS et al. 2015).

Estresse ocupacional é definido como um estado reacional biológico deletério e caracterizado como um agravamento multifatorial, decorrente de processos interacionais entre o trabalhador e seu ambiente. Este estado tem origem a partir de múltiplos fatores de risco pessoais, ambientais, biológicos, psicológicos, sociais e organizacionais que prejudicam a qualidade de vida dos trabalhadores da saúde, afetando, principalmente, profissionais de enfermagem (ZAVALIS et al. 2015).

O estresse está na sua maioria relacionado ao ambiente de trabalho e propriamente o trabalho que o indivíduo realiza. A Organização mundial de Saúde (OMS) considera o estresse como o mal do século XXI (RODRIGUEZ et al., 2018). O estresse está associado à diversas variáveis psicológicas, o profissional de saúde viver em situações como falta de motivação, problemas com processamento de informações, falta de concentração, problemas com memória e atenção (ZAVALIS et al. 2015).

Ribeiro e Marques (2009 apud Zavalis A, et al. 2015, p. 3377) diz que o estresse possui três perspectivas: a ambiental, a psicológica e a biológica. A ambiental trata o estresse como uma característica de estímulo, como uma carga psicológica foca na interação dinâmica entre o indivíduo e o meio e na avaliação subjetiva do estresse que é feita pelo indivíduo. A biológica foca numa resposta fisiológica não específica, ou seja, como uma síndrome que consiste em todas as alterações fisiológicas que ocorrem no sistema biológico quando este é afetado por um estímulo, ou por uma carga excessiva ou nociva

Pesquisadores explicam que indivíduos ao assumirem muitos papéis na vida usualmente enfrentam grande peso, tanto na vida familiar como no trabalho, gerando conflitos em relação ao seu ambiente laboral. Condições, principalmente, em decorrência, do exercício laboral com longas jornadas de trabalho e prestação de cuidados a pessoas em situação de vulnerabilidade (biológica e psicológica, com sofrimentos psíquicos e estados terminais (ZAVALIS et al. 2015).

Silva e Farias (2018) frisam, como importante, que a realidade das condições de trabalho, que na maior parte das vezes, configura-se como precária levando os profissionais a sentimento de insegurança e à baixa qualidade de vida pessoal e profissional, o que, conseqüentemente, leva a repercussões negativas na saúde, seja na forma física ou mental.

Faz-se necessário salientar que trabalhadores doentes diminuem a produtividade do trabalho ficando mais vulneráveis ao absenteísmo e afastamentos prolongados prejudicando, dessa forma, todo o ambiente de trabalho (SILVA; FARIAS, 2018).

Reflete-se que, em contrapartida, os fatores extrínsecos podem levar ao estresse no âmbito do trabalho interferindo tanto na prestação da assistência, como na qualidade de vida levando o profissional ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. (SILVA; FARIAS, 2018).

Explica-se que a Burnout pode ser conhecida como a síndrome do estresse do profissional devido ao sofrimento psíquico relacionado ao contexto do trabalho, como uma resposta ao estresse crônico, levando o profissional a desenvolver dificuldades no ambiente de trabalho e gerando comportamentos negativos e consequências que afetam diretamente o profissional e seu contexto de trabalho (SILVA; FARIAS, 2018).

Acrescenta-se a isso que a Síndrome de Burnout é considerada um importante problema de saúde pública que interfere na qualidade de vida, uma vez que a qualidade de vida do profissional compreende toda a dimensão física, psíquica, social e tecnológica relacionada à satisfação dos funcionários em um cenário de trabalho com segurança, respeito e ética para o desenvolvimento de suas atribuições (SILVA; FARIAS, 2018).

Destaca-se, dentre as manifestações da Síndrome de Burnout, as formas física, psíquica, comportamental e defensiva. A forma física pode ser caracterizada por fadiga, alterações do sono, distúrbios cardiovasculares e respiratórios. Caracteriza-se a forma psíquica pela falta de atenção, ansiedade, impaciência e desconfiança. E a forma comportamental é caracterizada por agressão e irritabilidade e, por fim, a forma defensiva está relacionada ao isolamento e à sensação de onipotência. (SILVA; FARIAS, 2018).

A Síndrome de Burnout é definida por um conjunto formado de três dimensões fortemente ligadas a atividade profissional: alto nível de exaustão emocional; alto nível de despersonalização e baixo nível de realização profissional. Pode ser considerada um tipo de estresse do trabalho que surge em resposta a recorrente exposição social, principalmente quando envolve uma situação problema (RAMOS et al. 2019)

OBJETIVO

Relatar experiências do estresse ocupacional observadas no campo da prática por residentes da residência multiprofissional da saúde da família.

RELATOS

Esse relato de experiências se baseia em vivências de campo da residência multiprofissional da saúde da família, no período matutino, durante 6 meses de atividades cumpridas na unidade básica de saúde localizada no bairro Ulisses Guimarães no município de Porto Velho-RO

Durante as atividades do campo da residência observou-se que alguns profissionais estavam descontentes com o trabalho realizado no dia a dia. Em momentos de conversa entre os servidores e residentes, as falas eram nítidas, e mostravam que alguns profissionais se encontram sob uma demasiada carga de estresse decorrente da sobrecarga de trabalho.

DISCUSSÃO

A exposição a situações estressoras oriundas do ambiente de trabalho tem aumentado o surgimento de doenças de cunho emocional (RAMOS et al. 2019). A sobrecarga de serviços em profissionais de saúde é muito elevada, a falta de um maior número de servidores nas unidades básicas, atrasam os atendimentos, e alguns profissionais podem exercer várias atividades que não sejam da sua área de trabalho, mas que na graduação foi instruído a realizar quando precisasse.

Realizar várias atividades sempre foi comum em ambientes da área da saúde. Um exemplo disso é o enfermeiro, isso fica nítido quando estamos no campo da residência; liderar equipe, organizar fichas, capacitar sua equipe, orientar seus técnicos de Enfermagem, orientar os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) e outras atividades, que fazem com que o profissional tenha excesso de trabalho. Além do que é preciso atender as demandas da população da sua área adstrita e as demandas espontâneas que aparecem no dia a dia.

Nota-se também relatos de profissionais da unidade que a gestão está preocupada somente com a produção e quantidade de consultas realizadas ou atividades geradas na unidade, pois estão procurando diminuir o tempo de atendimento de cada consulta, deixando de lado a qualidade nos serviços prestados.

Outro grupo de servidores, que demonstram certa desmotivação e descontentamento são os ACS que relatam ter muitos atributos dados pela gerência e a equipe de enfermagem. Esses atributos aumentaram também quando o PlanificaSUS começou a ser implantado na unidade, é um projeto proposto pelo Conselho Nacional de Secretários de Saúde (Conass) e que tem parceria com o Hospital Israelita Albert Einstein e o Ministério da Saúde (MS), por meio do ProadiSUS, cujo principal objetivo é a melhoria do fluxo de atendimento e a oferta de cuidados nas redes de atenção à saúde.

No início da pandemia do Covid-19, houve um aumento da demanda de atendimento na unidade, os profissionais ficaram com medo de adoecerem, o fluxo de atendimento precisou ser organizado para atender a situação atual. E como resultado dessas mudanças ocorreram a sobre carga de trabalho e estresse ocupacional.

As principais queixas relatadas por todos é que a falta de materiais, insumos, um ambiente que traga aconchego, a falta de um auditório e de um ambiente adequado para realização das refeições, são apontadas por eles como causa de estresse ocupacional. Há também, a dupla carga ou mais vínculos de trabalho, que interfere na realização de atividades diárias, tendo em vista o duplo vínculo exige do profissional uma dedicação redobrada, além de ter a necessidade de dedicação de um tempo para família, lazer, casa e amigos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A rede de atenção primária possui um contato direto com os usuários, os mesmos exigem consultas ou atendimentos imediatos e nem sempre é possível solucionar o problema de saúde naquele momento, devido à alta demanda. Esse contato com o usuário muitas vezes irritado e querendo resolutividade aliados a incapacidade do profissional de resolver naquele momento, acabam sendo fatores de estresse que os profissionais de saúde passam diariamente.

Portanto, com base no que foi observado a alta carga de trabalho, o acúmulo de funções, a cobrança somente por produção, a falta de materiais, insumos e de um ambiente aconchegante e propício para descanso foram os principais motivos observados como causadores do estresse entre os profissionais da saúde da unidade básica de saúde em questão, sendo assim percebemos que os profissionais e a gestão tem que estar bem alinhados, para diminuir ao máximo possíveis ruídos de comunicação que podem acontecer devido ao dia a dia de trabalho. Outro fator que consideramos importante, seria a existência, na unidade, de um espaço de convivência onde os profissionais pudessem relaxar, descansar, descontrair e conversar com os colegas, de modo que esse se sinta valorizado, se identifique com seu trabalho e tenha uma experiência mais positiva durante sua jornada na unidade.

REFERÊNCIAS

- RAMOS, C. E. B.; FARIAS, J. A.; COSTA, M. B. S.; FONSECA, L. C. T. Impactos da Síndrome de Burnout na qualidade de vidas dos profissionais de Enfermagem da Atenção Básica à Saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v.23, n. 3, p. 285-296, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/P443595/27686>>.
- RIBEIRO, J. P.; MARQUES, T.A avaliação dos estresse: A propósito de um estudo de adaptação da escala de percepção de estresse. **Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação-Universidade do Porto**, PORTO, v.10, n.2, p. 237-248, Jul. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v10n2/v10n2a07.pdf>>.
- RODRIGUEZ, E. O. L.; OLIVEIRA, J. K. A.; NETO, D. L.; GOIS, C. F. L.; CAMPOS, M. P. A.; MATTOS, M. C. T. Estresse ocupacional em profissionais de Enfermagem. **Revista de**

Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro- RJ, v. 26, n. 4, p. 1-5, Abr. 2018. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/19404>>.

SILVA, K. G.; FARIAS, S. N. P. Qualidade de Vida e Estresse dos Enfermeiros. **Revista de Enfermagem UFPE**, Recife- PE, v. 12, n. 12, p. 3378-3385, Dez. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/236158/30811>>.

ZAVALLIS, A.; VIANNA, L. A. M.; VELASQUE, L. S.; SCHUTZ, V.; MACHADO, D. A. A influência dos fatores estressores sobre os níveis de atenção de profissionais de enfermagem. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro-RJ, v.7, n.4, p. 3375-3387, out./ dez. 2015. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5204811>>.