

UFSC – UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

THALITA IRACY BRANDÃO REIS

**ESTRESSE DA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE URGÊNCIA E
EMERGÊNCIA – proposta de estratégias para seu enfrentamento**

Florianópolis (SC),
2014

THALITA IRACY BRANDÃO REIS

**ESTRESSE DA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE URGÊNCIA E
EMERGÊNCIA – proposta de estratégias para seu enfrentamento**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Linhas de Cuidado em Enfermagem – Área Urgência e Emergência, do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina, requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Dra. Sayonara de Fátima Faria Barbosa

FOLHA DE APROVAÇÃO

O trabalho intitulado “Estresse da equipe de enfermagem em unidade de urgência e emergência – proposta de estratégias para seu enfrentamento”, de autoria de Thalita Iracy Brandão Reis, foi examinado e avaliado pela banca avaliadora, sendo considerado **APROVADO** no Curso de Especialização em Linhas de Cuidado em Enfermagem – Área Urgência e Emergência.

Profa. Dra. Sayonara de Fátima Faria Barbosa
Orientadora da Monografia

Profa. Dra. Vânia Marli Schubert Backes
Coordenadora do Curso

Profa. Dra. Flávia Regina Souza Ramos
Coordenadora de Monografia

RESUMO

Este trabalho de conclusão do Curso de Especialização em Linhas de Cuidado em Enfermagem – Área de Urgência e Emergência, do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), refere-se a um estudo que teve por objetivo identificar estratégias para a equipe de enfermagem da unidade de urgência/emergência enfrentar o estresse. Para tanto, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, onde foram incluídos artigos indexados, publicados no período de Janeiro de 2004 a Dezembro de 2013, que abordassem o tema estresse na atividade do enfermeiro em unidades de emergência ou urgência, sem qualquer restrição ao tipo de estudo. A obtenção dos materiais foi procedida inicialmente por meio de consulta online de artigos nas seguintes bases de dados: SCIELO (*Scientific Electronic Library Online*); LILACS (Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde) e busca manual de citações nas publicações inicialmente identificadas, com a utilização dos descritores estresse e unidade de emergência e as palavras estresse e emergência ou urgência como palavras no título. A pesquisa ocorreu em janeiro de 2014, com os seguintes critérios de inclusão: artigos em português, disponíveis gratuitamente na íntegra, publicados entre os anos de 2004 a 2013. Foram identificados 60 artigos científicos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Após a análise dos artigos, foram selecionados 24 artigos onde foram identificadas três categorias de intervenções a serem aplicadas pelos enfermeiros para enfrentamento do estresse: funcionamento organizacional, relacionamento interpessoal e sobrecarga de trabalho. Dentre as diferentes estratégias relacionadas com as diferentes categorias, destacam-se a prática educativa, a busca por atividades de lazer, programas de treinamento, e a busca pela realização no trabalho. O trabalho conclui que é fundamental descobrir a causa do estresse e desenvolver estratégias para seu enfrentamento, visando minimizar os estressores e melhorar a qualidade de vida destes profissionais.

Palavras-chave: Estresse; Enfermagem em emergência; Serviço hospitalar de emergência

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	3
2. OBJETIVO	7
3 METODOLOGIA.....	7
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	8
5 CONCLUSÃO.....	11
REFERÊNCIAS	12

1 INTRODUÇÃO

Na última década observa-se que inúmeros profissionais de saúde, atuantes em instituições hospitalares, desenvolvem estresse, principalmente no atendimento nas unidades de urgência e emergência, onde aumenta a carga horaria de trabalho e maior especificidade nas suas ações na realização de suas tarefas. O profissional tem diminuído a capacidade de executar suas atividades, faltam ao trabalho, adoecem frequentemente, trabalham tensos e cansados, são ansiosos e depressivos, com atenção dispersa, desmotivados e se sentem com baixa realização pessoal (BATISTA; BIANCHI, 2006).

Segundo Martino (2004), os profissionais de enfermagem, tão próximos de situações emergenciais, são acometidos por um estado de ansiedade, devido à convivência com a dor e sofrimento por prestar assistência, desde os procedimentos mais simples aos mais complexos, cuidando, principalmente, quando o paciente encontra-se em estado agravante, passando por um processo de desgaste profissional.

O enfermeiro realiza um trabalho que demanda atenção, muitas vezes desempenha atividades com alto grau de dificuldade e responsabilidade, constituindo fatores psicossociais que condicionam a presença do estresse, com um ritmo acelerado, as jornadas excessivas e o turno de trabalho são fatores que podem desenvolver o estresse decorrente das tensões associadas ao trabalho e à vida profissional, causando repercussões à saúde e prejuízo na vida social (ROCHA, 2010).

O estresse no trabalho também é vivenciado pelos profissionais de enfermagem, principalmente os que atuam em serviços de emergência, visto que é uma área na qual o profissional exerce pleno controle entre o paciente e a família encontra-se em extrema vulnerabilidade. A enfermagem é considerada uma profissão que sofre o impacto total, imediato e concentrado do stress, que advém do cuidado constante com pessoas doentes, situações imprevisíveis, execução de tarefas angustiantes, o que é comum nas unidades de urgência e emergência (MENZANI, 2009).

De certa forma, pode-se afirmar que o estresse é uma condição inerente ao desenvolvimento das atividades profissionais em ambientes como as unidades de urgência e emergência. Entretanto, apesar desta peculiaridade, é possível e necessário o desenvolvimento de estratégias que possibilitem ao profissional de saúde, mais especificamente de

enfermagem, que visem enfrentar este estresse, de modo que possam exercer a profissão com menos sofrimento e de forma mais segura para os pacientes.

A palavra estresse é derivada do latim, e foi utilizada pela primeira vez no sentido psicológico no século XVIII (SPILBERGER, 1979). Porém, foi inicialmente usada na área da saúde por Hans Selye, na época estudante de medicina, em 1926, ao perceber que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e apresentavam algumas queixas em comum como: fadiga, hipertensão, desânimo, anorexia, dificuldade na digestão, emagrecimento (PAFARO, 2004).

Em 1936, Hans Selye já formado em endocrinologia, introduziu o termo estresse para designar uma síndrome produzida por vários agentes nocivos, não específica do organismo a situações que não o debilitavam, enfraquecendo e levando o organismo a adoecer. Quando publicou suas descobertas sobre os fenômenos do estresse, houve interesse médico mundial pelo assunto e vários pesquisadores puderam relacionar grande parte de seus achados de pesquisas com o esquema organizado por ele. No Brasil, até a década de 70 não havia conhecimento científico referente ao tema (PANIZZON, 2008).

Harbs (2008) comenta que estresse é considerado o mal do século, como uma epidemia semelhante àquelas que em épocas como a Idade Média dizimou populações. Na área da saúde, esse poder de disseminação é até considerado exagerado, pois os profissionais estão tão envolvidos com o assistir aos pacientes que, muitas vezes, não conseguem diagnosticar suas próprias vulnerabilidades ao referido mal.

A enfermagem foi classificada pela *Health Education Authority*, como a quarta profissão mais estressante, porém são poucas as pesquisas que procuram investigar os problemas associados ao exercício da profissão do enfermeiro no Brasil, embora a grande maioria dos enfermeiros esteja concentrada nos hospitais (STACCIARINI, TRÓCCOLI, 2001).

Farias et al (2011), define o estresse como o conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa, e outras capazes de perturbar a estabilidade interna do corpo humano. Isso leva a várias situações que conduzem para o aparecimento do estresse, como por exemplo, a privação do sono. O sono diurno posterior ao trabalho noturno sofre grandes perturbações, tanto na sua estrutura interna quanto na sua duração.

Segundo Batista, Bianchi (2006) há várias definições para o tema estresse, no trabalho é decorrente da inserção do indivíduo, e pode-se determinar os seguintes itens: número reduzido de funcionários compondo a equipe de enfermagem; falta de respaldo

institucional e profissional; carga de trabalho; necessidade de realização de tarefas em tempo reduzido; indefinição do papel do profissional; descontentamento com o trabalho; falta de experiência de funcionários; falta de comunicação e compreensão por parte da supervisão de serviço; relacionamento com familiares; ambiente físico da unidade; tecnologia de equipamentos; assistência ao paciente e relacionamento com familiares, repercutindo no plano pessoal e profissional, surgindo demandas maiores do que a sua capacidade de enfrentamento.

O estresse pode ser definido como um desgaste geral do organismo, causado pelas alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações, que o irrite, amedrontem, ou mudança, que exige adaptação, no modo que reage às experiências estressantes cria uma resposta ao estresse, sendo um fato que sempre foi comum na vida do ser humano, O estresse é vivenciado pelo ser humano a partir de três fontes básicas: ambiente, corpo e pensamento (MENZANI, BIANCHI,2009).

Segundo Menzani, Bianchi (2009), a enfermagem é uma profissão estressante devido à vivência direta com o processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e entre outros sentimentos, reações desencadeadas pelo processo de doença e pelo aumento da carga de trabalho e maior responsabilidades e especialidades para tomar decisões rápidas e precisas, capazes de distinguir as prioridades, avaliando o paciente como um ser indivisível, integrado e inter-relacionado em todas as suas funções.

Farias et al (2011), define o estresse como o conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa, e outras capazes de perturbar a estabilidade interna do corpo humano. Isso leva a várias situações que conduzem para o aparecimento do estresse, como por exemplo, a privação do sono. O sono diurno posterior ao trabalho noturno sofre grandes perturbações, tanto na sua estrutura interna quanto na sua duração.

O trabalho de enfermagem é decorrente da inserção de crescimento, transformação, reconhecimento e independência, porém ao invés de ser prazerosa torna-se causadora de problemas como: a falta de comunicação com a equipe, número reduzido de funcionários, necessidade de realização de tarefas em tempo reduzido, inerente à unidade, a insatisfação, desinteresse, apatia, irritação, assistência prestada, interferência na vida pessoal. A carga de trabalho é o estressor mais predominante na atividade do enfermeiro (LIMA, 2006).

O ambiente físico e o tempo mínimo para a realização da assistência de enfermagem apresentam-se como determinantes na carga de trabalho do enfermeiro. O cumprimento de tarefas burocráticas representa-se como estressor a devido à formação acadêmica ser voltada a assistência ao paciente, por tratar-se geralmente de casos graves, essas atividades despende

tempo na sua realização, sendo que esse tempo poderia ser direcionado à assistência direta ao paciente (MENZANI, BIANCHI, 2009).

O enfermeiro desenvolve atividades gerenciais e assistenciais, além de desempenhar um papel importante na preservação da integridade física e psicossocial dos pacientes, precisa ser capacitado para desenvolver a liderança, o discernimento, responsabilidades, agilidades que são ações importantíssimas na assistência. Em virtude da constante expectativa de situações de urgência e emergência, o ambiente de trabalho caracteriza-se como estressante e gerador de uma atmosfera emocionalmente comprometida, tanto para os profissionais como para os pacientes e seus familiares (PRETO, 2009).

Segundo Menzani (2009), Panizzon (2008), o stress se divide em três fases:

Fase de alarme: a pessoa sente uma série de sensações que às vezes não identifica como de estresse. Os sintomas físicos podem ser: mãos suadas ou mãos e pés frios, taquipnéia, taquicardia, acidez estomacal, náuseas, aperto da mandíbula e ranger de dentes, inapetência e cefaleia são relatados na fase aguda;

Fase da resistência: o organismo repara os danos causados pela reação de alarme, reduzindo os níveis hormonais, tenta se adaptar à situação de equilíbrio interno. Conforme este equilíbrio é atingido, alguns dos sintomas iniciais desaparecem, porém essa adaptação utiliza a energia que o organismo necessita para outras funções vitais e se o agente ou estímulo estressor continuar, ocorre à terceira fase;

Fase de exaustão: provoca uma doença associada à condição estressante onde toda a energia adaptativa da pessoa é utilizada e os sintomas iniciais reaparecem e outros se desenvolvem, aonde os sintomas vão desde as dores de cabeça até os ataques cardíacos, da ingestão ao colapso, da fadiga, da alta pressão arterial e o colapso dos órgãos, ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si própria preocupação excessiva, inabilidade de concentrar-se em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldades de relaxar, tédio, ira, depressão, hipersensibilidade emotiva, da dermatite às úlceras hemorrágica, podendo chegar à morte (MENZANI, 2009, PANIZZON, 2008).

O setor de urgência e emergência é uma importante fonte geradora de estresse para os profissionais vivenciado diariamente por diversas situações. As diferentes situações de trabalho, associadas aos conflitos e aos sentimentos dos trabalhadores, comprometem não só o desempenho produtivo, mas também o equilíbrio físico e emocional. Portanto, representa consenso para muitos pesquisadores que a enfermagem é uma profissão estressante, fato que

tem estimulado o desenvolvimento de estudos por profissionais, sendo enfermeiros ou não (FERNANDES, 2008).

Para Montanholi (2006), outros fatores são considerados fontes de estresse nas tarefas do enfermeiro como as exigências em excesso e as diferentes opiniões entre os profissionais, além de enfrentar uma sobrecarga tanto quantitativa evidenciada pela responsabilidade, quanto qualitativa verificada na complexidade das relações humanas, por exemplo, enfermeiro/cliente, enfermeiro/profissional de saúde; enfermeiro/ familiares.

Esses profissionais além de cuidar dos pacientes e dos familiares às vezes pela contingências do dia-a-dia, esquecendo-se de preocupar-se com sua qualidade de vida principalmente com a saúde. Um dos fatores destaca-se a dupla jornada de trabalho, que acaba diminuindo o tempo que deveria ser dedicado ao lazer, potencializando o cansaço e, conseqüentemente, gerando o estresse (MONTANHOLI, 2006).

Cabanelas (2009) afirma que o enfermeiro presta assistência em setores considerados desgastantes para a saúde e o trabalho, o bem-estar físico e mentais sendo temas os quais, nos últimos anos, têm sido explorados por muitos pesquisadores sob o conceito do stress ocupacional em profissionais da saúde e em particular em enfermeiros.

Desta forma, o objetivo do presente estudo é identificar na literatura nacional estratégias para o enfrentamento do estresse da equipe de enfermagem em unidade de urgência e emergência.

2. OBJETIVO

Identificar estratégias para a equipe de enfermagem da unidade de urgência/emergência enfrentar o estresse.

3 METODOLOGIA

Para o alcance do objetivo deste estudo, optou-se pelo método da revisão da literatura (GANONG, 1987). Para tanto, uma extensa revisão da literatura foi selecionada, baseada como foco principal deste tipo de estudo permite analisar uma ampla gama de fenômenos por meio de pesquisas em materiais já elaborados, aprimorando ideias e conceitos,

sendo constituídos de livros de leitura corrente, artigos científicos, teses e dissertações (GIL, 2006).

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, na qual onde foram incluídos artigos indexados, publicados no período de Janeiro de 2004 a Dezembro de 2013, escritos em português, que abordassem o tema estresse na atividade do enfermeiro em unidades de emergência ou emergência, sem qualquer restrição ao tipo de estudo.

A obtenção dos materiais foi procedida inicialmente por meio de consulta online de artigos nas seguintes bases de dados: SCIELO (*Scientific Electronic Library Online*); LILACS (Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde) e busca manual de citações nas publicações inicialmente identificadas.

A busca foi realizada pela utilização dos descritores estresse e unidade de emergência. Também foi realizada busca com a utilização das palavras estresse e emergência ou urgência como palavras no título. A pesquisa ocorreu em janeiro de 2014, e para a análise foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos em português, disponíveis gratuitamente na íntegra, publicados entre os anos de 2004 a 2013. Outros critérios de inclusão foram a análise dos artigos com base na: (1) qualidade da descrição de objetivos; (2) caracterização da amostra incluída; (3) qualidade da descrição e discussão dos principais fatores relacionados ao estresse; (4) qualidade da descrição dos principais achados do estudo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta revisão integrativa, foram identificados 60 artigos científicos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Após a análise dos artigos, foram selecionados 24 artigos onde foram identificadas as diferentes categorias de intervenções para enfrentamento do estresse, a saber: 1) funcionamento organizacional; 2) relacionamento interpessoal; 3) sobrecarga de trabalho.

Categorias de intervenções:

1) funcionamento organizacional: essa categoria compreende os diferentes órgãos e níveis hierárquicos e burocráticos das organizações de saúde, que têm sido percebidos pelos profissionais de enfermagem como fonte de estresse, suas ligações e relações de interdependência, o seu funcionamento e formas de coordenação de esforços, com vista à

cumprir objetivos. A instituição hospitalar constitui fatores que causam problemas que predispoem os profissionais de enfermagem ao estresse, como: falta de recursos humanos e materiais ou recursos inadequados e sobrecarga de trabalho, falta de reconhecimento do seu trabalho, condições de trabalho inadequadas, cobranças e poder de decisão, diante desses fatores, surgem sintomas que prejudicam a sua atuação na qualidade do atendimento aos pacientes, o que acarreta numa interferência direta na saúde e no desempenho deste profissional (MELO, et. al, 2013).

A prática educativa é fundamental para evitar o estresse tanto para o paciente como para o próprio profissional, porém a instituição deve tomar a iniciativa para que isso aconteça com responsabilidade em propor programas apropriados às necessidades de qualificação em cada situação, assim, é importante que se façam planos para o alcance do processo educativo proposto com possibilidade de crescimento, ampliação de consciência e enfatizar, acima de tudo, o processo de viver e a valorizar a vida (BOLLER, 2003).

Desta forma os profissionais de enfermagem precisam sentir que estão participando das tomadas de decisões, recebendo incentivos e sendo valorizados por suas chefias, ter melhor distribuição de funcionários no atendimento, ter médicos em todos os horários estabelecidos (CALDERERO, 2008).

Estratégias para evitar a causa dos estressores como: evitar desavenças e fugir de confusões ao máximo, sair do ambiente que está causando o estresse, não se envolver com pacientes e acompanhante, não discutir, programar espaço para recreação, ao termino da carga horária buscar algum tipo de lazer, procurar ter um dia cheio de paz, tranquilidade, união, uma boa alternativa é fazer psicoterapia e acupuntura para conseguir relaxar (CALDERERO, 2008).

2) Relacionamento interpessoal: nesta categoria está salientada as dificuldades de integração com outros profissionais, tanto da própria equipe de trabalho como de outros profissionais indiretamente ligados. É considerado um estressor causado pela insatisfação do profissional, podendo ser resultante de relações interpessoais das hierárquicas do setor, superiores e subordinados, seja entre empregados e clientes. Os fatores ligados às condições de trabalho também são fatores que causam estresse como: as condições físicas inadequadas, a sobrecarga de trabalho, os relacionamentos conflituosos e as exigências do próprio trabalho (CALDERERO, 2008).

Os conflitos estarão sempre presentes nas organizações, interferindo nas relações entre a equipe no modo de tratar os clientes, colegas e a organização; ocorre a insensibilidade emocional, por parte do trabalhador, prevalecendo o cinismo e a dissimulação afetiva e as manifestações comuns como a ansiedade, o aumento da irritabilidade, a perda de motivação, a redução de metas de trabalho e comprometimento com os resultados, além da redução do idealismo, alienação e a conduta voltada para si (CALDERERO, 2008).

Outros aspectos identificados nessa categoria que provocam o estresse foram: Dificuldades com a equipe, principalmente no que se trata de interesses individuais; manter a disciplina da equipe; falta de interesse pessoal geral, dificuldade de conversar, manter diálogo, realizar reuniões com os trabalhadores, pois o rodízio de funcionários dificulta esta à organização da equipe; falta de respaldo entre a chefia; O relacionamento com o cliente foi destacado com uma fonte importante do estresse, o modo de tratar os clientes e de serem tratados, colegas e a organização como objeto; insensibilidade emocional; cinismo e a dissimulação afetiva e as manifestações comuns como: a ansiedade, o aumento da irritabilidade, a perda de motivação, a falta de funcionários foi descrita como fonte considerável de estresse. Repercute na qualidade do cuidado e há confrontos frequentes entre a enfermagem, pacientes e familiares (CORONETTI, 2006).

As estratégias de intervenção para a prevenção e tratamento do estresse podem ser: programas de treinamento para manejar o tempo de maneira eficaz; apoio social no trabalho por parte dos companheiros e dos supervisores; feedback na execução das tarefas para obter a sustentação emocional; a organização deve desenvolver os programas da prevenção dirigidos para melhorar a atmosfera e o clima da organização; criar hábitos em suas rotinas de trabalho como bons relacionamentos interpessoais; reuniões para discussão de casos e práticas do serviço que contribuam para o sentimento de apoio e realização com o trabalho (SEGANTIN, et. al. 2007).

3) Sobrecarga de trabalho: é uma fonte geradora de estresse que afeta, negativamente, a percepção da enfermagem acerca do seu contexto de trabalho e associa-se a escassez de funcionário por sobrecarregar a equipe, significa elevada produtividade e maior esforço físico e mental, gerando prejuízo à qualidade de vida, dificultando relações com colegas (CALDERERO, 2008).

O trabalho do enfermeiro é muitas vezes dividido a uma diversidade de cargos que são geradores de desgaste ocasionando estresse, tornando impossível à realização de um trabalho de qualidade, podendo gerar o estresse físico ou mental (ALVES, 2011).

Os principais estressores desses profissionais são: dificuldade de execução de tarefas; dificuldades de relacionamento interpessoal; fazer plantões nos finais de semana; ter acúmulo de atividades havendo prejuízo no atendimento ao cliente; não ter aspectos positivos de sua atuação, sendo desvalorizado; distância entre domicílio e local de trabalho; angústia devido à dor dos pacientes; insegurança financeira e ser responsável por vidas. Tudo isso pode levar a um prejuízo na qualidade de vida do profissional contribuindo para outros tipos de doenças (SEGANTIN, *et. al.* 2007).

As estratégias de intervenção para a prevenção ocasionada pela sobrecarga e trabalho: enfrentamento e superação do estresse; Buscar o lazer e a realização no trabalho; Desenvolver atividades físicas regularmente; controlar a alimentação; investir nas capacidades pessoais, fortalecendo-se física, psíquica e socialmente e se permitindo uma melhor qualidade de vida; estimular o relacionamento entre a chefia e demais membros da equipe (SEGANTIN, *et. al.* 2007).

5 CONCLUSÃO

Esse estudo possibilitou uma visão da atividade da equipe de enfermagem que trabalha no setor de urgência e emergência com pacientes em risco iminente de vida. Esses profissionais vivenciam inúmeros fatores estressores devido a uma grande demanda de atenção a saúde, onde suas ações devem ter um desempenho profissional eficiente.

É fundamental descobrir a causa do estresse e desenvolver estratégias de enfrentamento para lidar com as ameaças, visando minimizar os estressores e melhorar a qualidade de vida destes profissionais. Na unidade de emergência, o enfermeiro deve obter condições de material e pessoal para se dedicar à prestação de uma assistência eficiente e eficaz, diante das intercorrências que são muito comuns nessa unidade, assim reduzir o impacto dos estressores.

A equipe de enfermagem está em um ambiente onde estão presentes relações vigentes na força de trabalho, como subordinados a regras, normas e ordens médicas e sendo confrontado, controlado e vigiado pela instituição, isso demonstra pressão para exercer a

função com sentimentos de medo, angústia, insatisfação, tristeza, euforia, alegria gerados ao se relacionarem com os colegas, pacientes e familiares. Por isso é importante que se conheça a realidade vivida por estes profissionais e procurar estratégias para que estes possam executar suas funções com qualidade.

Oferecer condições de trabalhos desses profissionais, reconhecer a necessidade de educação permanente para o desenvolvimento de sua função a todos os enfermeiros, fornecer um ambiente saudável, melhores condições de trabalho é indiscutível, assim por refletir na melhoria na qualidade da assistência prestada ao cliente.

Cabe ressaltar que desse modo é primordial conhecer os fatores que causam o estresse, para evitar outros problemas de saúde e reconhecer os fatores estressantes do seu ambiente de trabalho, bem como as interferências dos mesmos no processo saúde-doença, tentando, através de uma visão crítica da situação, encontrar soluções que possam amenizar o stress sentido pela equipe.

REFERÊNCIAS

ALVES, Ana Carolina G. Corrêa. Estresse e o Trabalho do enfermeiro: uma revisão bibliográfica. **Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães**. Fundação Oswaldo Cruz. Recife, 2011.

BATISTA, Karla de M. BIANCHI, Estela Regina F. Estresse do enfermeiro em uma unidade de emergência. **Rev. Latino-Americana. Enfermagem**. Vol. 14, nº4, p. 534-539, julho-agosto, 2006.

BOLLER, Erika. Estresse no setor de emergência: possibilidades e limites de novas estratégias gerenciais. **Rev. Gaúcha Enferm**. Porto Alegre (RS). V. 24, nº 3, p.336-45. 2003

CABANELAS, S. et. al. Estresse ocupacional em profissionais de saúde: um estudo com enfermeiros portugueses. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília. V. 25 nº 3, p.307-318, 2009.

CALDERERO AR, MIASSO AI, CORRADI-WEBSTER CM. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de Pronto Atendimento. **Rev. Eletrônica Enferm**. V. 10, nº 1, p. 51-62. 2008.

CORONETTI, A.; NASCIMENTO, E.R.P.; BARRA, D.C.C.; MARTINS, J.J. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: O enfermeiro como mediador. **Arquivos Catarinenses de Medicina**. vol.35, nº. 4, 2006.

FARIAS, Sílvia Maria de C; TEIXEIRA, Olga Lúcia de C., MOREIRA, Walter; OLIVEIRA, Márcia Ap. F. de; PEREIRA, Maria Odete. Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. **Rev. esc. Enferm.** V. 45, nº 3, p. 722-729. 2011.

FERNANDES, Sandra Michelle B. de A. Estresse ocupacional e o mundo do trabalho atual: repercussões na vida cotidiana das enfermeiras. **Revista Eletrônica de Enfermagem.** V. 10, nº 2, p.414-427. 2008.

GANONG, Lawrence H. Integrative Reviews of Nursing. **Rev Nurs Health.** 1987;10(1):1-11.

GIL, A. C. **Como delinear uma pesquisa bibliográfica.** In: Gil AC. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo, Atlas, p. 59-86. 2006.

HARBS, Thaiana C. Estresse da equipe de enfermagem em um centro de Urgência e emergência. **Boletim de Enferm.** V.2, nº 1, p. 41-56, 2008.

LIMA, Suzinara B. S. de. A enfermagem no processo da acreditação hospitalar em um serviço de urgência e emergência. **Acta Paul. Enferm.** V.19, nº. 3 São Paulo Jul-Set. 2006.

MARTINO, Milva M^a F de; MISKO, M. D. Estados emocionais de enfermeiros no desempenho profissional em unidades críticas. **Rev. Esc. Enferm. USP.** V. 38, nº 2, p. 161. 2004.

MENZANI, Grazielle; BIANCHI, Estela R. Ferraz. Stress dos enfermeiros de pronto socorro dos hospitais brasileiros. **Rev. Eletr. Enf.** V. 11, nº 2, p. 327-333. 2009.

MELO, Márcio V. de; SILVA, Tiago Pedro da; NOVAIS, Zenilda G.; MENDES, M^a Luiza M. Estresse dos profissionais de saúde nas unidades hospitalares de atendimento em urgência e emergência. **Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde Facipe.** Recife. V. 1, nº 2, p. 35-42, 2013.

MONTANHOLI, Liciane L; TAVARES, DARLENE M. dos S; OLIVEIRA, Gabriela R. de. Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar. **Rev. Bras. Enferm.** V. 59, nº 5, p. 661-665. 2006.

PAFARO, Roberta C. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. **Rev. Esc. Enferm. USP,** V. 38, nº 2, p.152-160. 2004.

PANIZZON, Cristiane; LUZ, Anna Maria Hecker; FENSTERSEIFER, Lísia Maria. Estresse da equipe de enfermagem de emergência clínica. **Rev. Gaúcha. Enferm;** 29(3):391-399, set. 2008.

PRETO, Vivian A; PEDRÃO, Luiz J. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. Esc. Enferm. USP.** V. 43, nº. 4, São Paulo. 2009.

ROCHA, Maria C. P. da. O estresse e qualidade de sono do enfermeiro nos diferentes turnos hospitalares. **Rev. Esc. Enf. USP.** V. 44, nº 2, p. 280, 2010.

SEGANTIN, Benedita das G. de O. MAIA, Eliana M. de faria L. Estresse vivenciado pelos profissionais que Trabalham na saúde. **UNESUL - Instituto de Ensino Superior de Londrina**. 2007

SPILBERGER, Charles Donald. **Understanding stress and anxiety**. New York: Haper e Row Publishers; 1979.

STACCIARINI JM, TRÓCCOLI BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** 2001 março; 9(2): 17-25.

STUMM, Eniva Miladi Fernandes; OLIVESKI, Cinthia Cristina; COSTA, Carlice Franciane Lima da; KIRCHNER, Rosane Maria; SILVA, Luiz Anildo Anacleto da. Estressores e coping vivenciados por enfermeiros em um serviço de atendimento pré-hospitalar. **Cogitare Enferm**. V.13, nº1, p.33-43, jan- mar, 2008.

WISNIEWSKI, Maurício; CARNEIRO, Marina C. Avaliação do estresse do Enfermeiro em Unidade de Emergência Hospitalar. **Rev. Eletr. de Enf.** licenciada sob Creative Commons. 2009.