

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

AURINÊS SILVA ARAÚJO

ESTRESSE LABORAL E O PAPEL DO PSICÓLOGO EM EQUIPES DE SAÚDE

**PATOS DE MINAS
2019**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

AURINÊS SILVA ARAÚJO

ESTRESSE LABORAL E O PAPEL DO PSICÓLOGO EM EQUIPES DE SAÚDE

Artigo apresentado à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia, com a finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientadora: Prof^a. Ma. Constance Resende Bonvicini

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
Curso Bacharelado em Psicologia**

AURINÊS SILVA ARAÚJO

ESTRESSE LABORAL E O PAPEL DO PSICÓLOGO EM EQUIPES DE SAÚDE

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 18 de junho de 2019.

Orientadora: Prof^a. Ma. Constance Resende Bonvicini
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 1: Profa. Esp. Cíntia Cristina de Moura
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Prof. Esp. Bráulio Emílio Maciel Faria
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho aos professores do Curso de psicologia da Faculdade Patos de Minas, e às pessoas com quem convivi neste espaço ao longo destes anos. A experiência de uma produção compartilhada na comunhão com amigos, neste espaço, foi a melhor experiência da minha formação acadêmica. A todos aqueles que, de alguma forma, estiveram e estão próximos de mim, fazendo esta vida valer cada vez mais a pena.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus e a todos os professores, em especial, à minha orientadora, por me proporcionar o conhecimento, não apenas o racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional. Agradeço por tanto que se dedicaram a mim, não somente por terem me ensinado, mas por terem me feito aprender. A palavra mestre, nunca fará justiça aos professores dedicados aos quais sem nominar terão os meus eternos agradecimentos.

Agradeço aos meus familiares, bem como a todos aqueles que, de uma forma direta ou indireta, contribuíram para este resultado: o meu muito obrigada.

O sucesso não consiste em não errar, mas em não cometer os mesmos equívocos mais de uma vez.

George Bernard Shaw

ESTRESSE LABORAL E O PAPEL DO PSICÓLOGO EM EQUIPES DE SAÚDE

Aurinês Silva Araújo*

Constance Resende Bonvicini**

RESUMO

O presente artigo visa a refletir sobre o estresse do profissional que trabalha na saúde e o papel do psicólogo nestas equipes, a partir de um artigo conceitual acerca da temática. A importância deste trabalho está na necessidade de se compreender os fatores e a demanda apresentada pelos profissionais que apresentam quadro de estresse laboral. Tornando este assunto uma questão emergente de saúde pública. Este estudo aponta que os esforços realizados na tentativa de sanar estas demandas relacionadas ao estresse são ineficazes, embora exista o incentivo à criação de projetos que promovam a discussão e reflexão sobre o tema, articulando vários profissionais da área. E foram selecionadas obras que atendessem ao objetivo de refletir sobre o estresse do trabalhador da saúde e o papel do psicólogo nestas equipes.

Palavras-chave: Estresse laboral. Profissional de saúde. Trabalho do psicólogo.

ABSTRACT

This article aims to reflect on the stress of the health worker, and the role of the psychologist in these teams, based on a conceptual article on the subject. The importance of this work is the need to understand the factors and the demand presented by the professionals that present a work stress scenario. Making this subject an emerging public health issue. This study points out that the efforts made in trying to address these stress-related demands are ineffective, although there is an incentive to create projects that promote the discussion and reflection of the theme articulating several professionals in the area. And works were selected that met the objective of reflecting on the stress of the health worker and the role of the psychologist in these teams.

Keywords: Work Stress. Health Professional. Psychologist's Work.

1 INTRODUÇÃO

Os profissionais que estão diretamente ligados aos pacientes podem tornar-se

* Graduanda em Psicologia, pela Faculdade Patos de Minas (FPM). aurines@hotmail.com

** Mestra em Administração pelo Centro Universitário Unihorizontes. Docente DPGPSI-FPM. constancebonvicini@yahoo.com.br

vítimas do estresse, já que percebem uma pressão vinda do ambiente de trabalho, avaliando, portanto, algumas situações ambientais como ameaçadoras ou transbordando seus recursos, colocando, deste modo, em risco seu bem-estar.

A palavra estresse deriva do latim *stringere*, e o seu significado é apertar, cerrar, comprimir (Houaiss, Villar, & Franco, 2001).

Lippi (2001 citado por Tavares, Tadeucci, & Inocente, 2011) diz que o estresse é uma alteração causada por uma reação do organismo, por meio físico ou psicológico, em que a pessoa encontra-se em uma situação que a provoque, apavore, estimule ou confunda, ou que a faça feliz.

Os profissionais que estão diretamente ligados aos pacientes, muitas das vezes, tornam-se vítimas do estresse, e são muito mais propensos a desenvolvê-lo mediante a pressão laboral.

Busca-se o conhecimento para tratamentos específicos para cada caso, o qual precisa ser debatido. Desta forma, faz-se necessário que os profissionais da saúde estejam preparados para lidar com esta situação, refletindo sobre como o estresse laboral afeta os próprios profissionais da saúde.

O trabalho configura-se, desta maneira, como um importante meio para reflexão sobre organização da vida de muitos indivíduos. O estresse, neste ínterim, é o processo de interação entre o indivíduo e seu meio ambiente, referente a quando uma pessoa avalia algumas situações ambientais como ameaçadoras ou transbordando seus recursos, colocando em risco seu bem-estar. Este processo é consertado em certas emoções, de acordo com determinados fatores pessoais e, especialmente, o caráter das demandas ou situações estressantes as quais ocorrem na vida: os motivos centrais do indivíduo, sua autoestima e seus recursos e estratégias para enfrentar estas demandas desenvolvidas ao longo da vida. Portanto, estes fatores são formados e modificados, ou seja, eles são controláveis.

Diante da relevância da problemática exposta, foi construído um artigo de revisão conceitual da literatura acerca da temática. O estudo constitui-se em um texto do tipo qualitativo-reflexivo, por meio de revisão da literatura, a partir da utilização de artigos publicados em periódicos e livros, elencadas em publicações impressas e/ou eletrônicas. As palavras-chave utilizadas para a busca de material foram: estresse laboral, equipes de saúde e psicologia. E foram selecionadas obras que atendessem ao objetivo de refletir sobre o estresse do trabalhador da saúde e o papel do psicólogo nestas equipes.

2 O ESTRESSE E SUA ABRANGÊNCIA

No século XVIII, pela primeira vez, foi utilizada a palavra estresse para definir qualquer estímulo que afetasse negativamente o indivíduo, provocando-lhe sentimento de angústia, aflição e opressão. Durante os séculos XVIII e XIX, o significado de termo alterou-se para denotar, na ciência física, qualquer força que, quando aplicada sobre um sistema, leva à deformação ou a destruição deste (Couto, 1987).

Atualmente, um termo bastante conhecido, comentado e, principalmente, vivenciado pela população é o estresse, em suas diversas facetas. Tal condição manifesta-se no desenrolar dos dias mais agitados, de acordo com as situações impostas a cada indivíduo.

A palavra estresse refere-se ao estado em que o corpo do indivíduo produz uma excitação emocional na qual o corpo dispara um processo de adaptação caracterizada, provocando ainda outras reações, como o aumento de secreção de adrenalina. Desta forma, gera diversas manifestações, tais como distúrbios fisiológicos e psicológicos. A palavra estressor define-se como o estímulo ou o evento que estimula ou parte para o estresse (Mendes, 2013).

Para Lipp (2004), o estresse refere-se a uma reação psicofisiológica muito complexa que carrega em sua gênese a necessidade de transformação ou adaptação do organismo em contraponto a algo que ameaça sua homeostase interior.

Isso é gerado em situações confrontantes, tanto positivas ou negativas. É possível avaliar, assim, as origens e a existência dos fatores de estresse, considerando que podem ser externos ou internos.

Situações corriqueiras podem ser enquadradas dentro da linha de raciocínio exposta acima. Desta forma, podem-se compreender relacionamentos pessoais e profissionais como agentes estressores, bem como se podem classificar as crenças, os valores e as interpretações pessoais como estressores internos. O conhecimento e o enfrentamento diante destas identificações mostram-se, assim, um importante auxiliador.

É crucial, no entanto, atentar-se ao que pode ser nocivo à saúde física e mental do sujeito, levando-se em consideração que os fatores estressores mostram-se presentes em todo o momento na vida do indivíduo, estando no seu ambiente de trabalho e também nos ambientes familiar e pessoal.

Refletindo, desta forma, várias pesquisas e estudos têm sido feitas para se entender ou compreender as características e o papel desempenhado por vários profissionais no ambiente de trabalho, visando à promoção de saúde sobre o sofrimento psíquico dos indivíduos que se encontram nele (Codo, Soratto, & Vasques-Menezes,

2004; Maslach, 2007; Tamayo, Lima, & Silva, 2004).

Sendo assim, o profissional em psicologia, certamente, é um dos principais protagonistas deste cenário, atuando diretamente no público-alvo, e tendo que se adaptarem às mudanças inerentes a esta nova demanda.

Isso significa dizer que estes profissionais precisam lidar com os vários desafios surgidos em meio ao processo e que interferem, claramente, na qualidade de vida dos profissionais vítimas do estresse laboral.

O fato de lidar com o sofrimento dos indivíduos atendidos, muitas vezes dificulta a árdua missão de levar o cuidado, uma vez que as demandas apresentadas pelos pacientes podem prejudicar o profissional da saúde e envolvê-lo a fatores específicos extrínsecos, como ser também vítima e sofrer, e ter os mesmos valores e propagar os mesmos sintomas instaurados anteriormente nos pacientes atendidos.

Desta forma, os acontecimentos e percepções vindos deste contexto organizacional mostra a capacidade e o potencial que atinge diretamente as diversas variáveis, as quais ocorrem no nível pessoal, assim como aquelas relacionadas ao adoecimento mental do trabalhador.

Desta forma, vários estudos têm se dedicado a compreender os vários aspectos do ambiente do trabalho, a funcionalidade do trabalho, a ação necessária à saúde e ao sofrimento psíquico dos indivíduos que nele se encontram (Codo et al., 2004; Maslach, 2007; Tamayo et al., 2004).

Hoje em dia, os profissionais de saúde possuem um importante papel social, sendo percebidos como aqueles que têm responsabilidade e o saber, colocando-se à disposição da sociedade e empenhando-se continuamente para garantir a qualidade de vida. Lembra-se ainda que o profissional de saúde também precisa, muitas vezes, de ajuda em relação às várias reações somáticas e psíquicas, as quais podem ocorrer sob diversos fatores, principalmente, a respeito das exigências do trabalho, que não se igualam às capacidades, ou às varias obrigações do trabalhador.

Então, a relação entre o estresse e o trabalho pode ser gerado pelo indivíduo no ambiente no qual está inserido, sendo que as exigências vão além daquilo que é suportado pelo profissional, gerando, inevitavelmente, desgastes e interferindo na sua produtividade (Mussolin & Rodas, 2013).

3 O PAPEL DA PSICOLOGIA NA BASE DE APOIO

O número de profissionais com doença mental nos últimos anos vem aumentando

descontroladamente. Este aumento está se transformando em um grave problema para o Estado, uma vez que um profissional com um alto descontrole emocional causa medo nos colegas de trabalho, insegurança, na sua família e na sociedade, que já convive com muitas ocorrências de atendimento inadequado (Vanni, 2008).

Muitos profissionais, devido ao alto índice de estresse, começam a transmitir sua tensão aos colegas de trabalho, sociedade e famílias, que são afetadas pelo seu comportamento estressante. Alguns chegam ao extremo, acabam por tirar sua própria vida, porque não conseguem distinguir seu trabalho da relação familiar (Santana & Sabino, 2012).

De acordo com Mendes (2013), somente após o início da década de 80, começou-se a fundamentar a psicopatologia do trabalho, respaldando, assim, a clínica do sofrimento em sua conexão com o trabalho, em que se buscou transcender seus pressupostos filosóficos, econômicos e sociológicos. Desde então, passou-se a ser identificado como uma psicopatologia todo sofrimento psíquico o qual se origina nas constrictões do trabalho e que ameaça o equilíbrio psíquico e a saúde do trabalhador na organização do trabalho.

Devido à grande vulnerabilidade apresentada neste contexto, é notável o comprometimento à saúde mental do indivíduo. Tendo sua associação principal ligada ao trabalho, o profissional poderá vir a responder e a desenvolver respostas sintomáticas de nervosismo, humor deprimido, irritabilidade, dentre outros. Estes profissionais defrontam-se com novos desafios a todo instante e, como dito, o ambiente de trabalho de suas atividades não é favorável, pois traz consigo diversos fatores extensores e demonstra, assim, a necessidade de um cuidado mais aprofundado com a saúde mental de cada profissional, por meio de uma assistência de um profissional de psicologia.

Logo, são questões passíveis de discussões, uma vez que a psicologia é apresentada com grande relevância nas contingências diárias em que os profissionais da saúde encontram-se. Porém, lidar com o sofrimento psíquico de cada um exige, além do conhecimento profissional, discernimento conforme a cultura do profissional. Existem vários aspectos a serem analisados, barreiras a serem ultrapassadas e resistências a serem rompidas. Reconhecer o sujeito com toda sua singularidade e adentrar o subjetivo do sujeito, respeitando-o, é um bom caminho para a afetividade do trabalho (Oliveira, 2009).

Dentro deste espectro, fica o papel da psicologia, que sai de um contexto clínico e reconfigura-se em cada ambiente que exige a sua demanda. Para Tassinari (2012), o psicólogo ater-se somente ao consultório exclui o potencial da psicologia clínica, pois essa pertence à área da saúde, em virtude de suas diversas teorias, o que permite ir além

do setting terapêutico.

Assim, fica evidente que a Psicologia tem o papel fundamental de mediar os conflitos e as perturbações que surgem durante o exercício profissional, configurado por demandas rígidas sobre o profissional, justamente nos momentos em que se depara, na prática, com suas fragilidades e impossibilidades. A Psicologia vem a ser, então, uma parceira a qual oferta um lugar de vanguarda e possibilidades, em uma real efetivação no cuidado com o sofrimento mental dos profissionais de saúde (Paredes, 2012).

O papel social da psicologia junto ao profissional é buscar caminhos os quais conduzem a uma estabilidade emocional e que tragam soluções para as somatizações provindas do trabalho exaustivo destes profissionais, somatizações essas nocivas à saúde e tão comprometedoras, tanto à vida profissional do sujeito quanto à vida pessoal (Tassinari, 2012).

O presente artigo, enfim, teve por intenção, a abertura de portas para outras futuras pesquisas com a temática do estresse em profissionais, além de descrever sobre o estresse Laboral, focando nos profissionais que prestam serviços na área da saúde. Tais pesquisas podem aumentar ainda mais o fluxo destes profissionais nos consultórios em busca de assistência psicológica no intuito de desenvolver um trabalho com a melhor produtividade e, em contrapartida, cultivar uma vida pessoal mais satisfatória com amigos, família e, principalmente, consigo mesmo (Mendes, 2013).

Destas formas, este estudo aponta que os esforços realizados na tentativa de sanar algumas demandas relacionadas ao estresse laboral são ineficazes, embora exista o incentivo à criação de projetos que promovam a discussão e reflexão do tema, articulando-se vários profissionais da área. O profissional em psicologia, precisa-se reafirmar, é um dos principais protagonistas dos projetos, visto que atua diretamente no público-alvo e precisa, portanto, de adaptar-se às mudanças inerentes a esta categoria de trabalhadores, especificando-se os profissionais que atuam na área de saúde.

Conclui-se que o diálogo entre os próprios profissionais da saúde é necessário, a partir da adaptação aos vários desafios nascidos em meio ao processo laboral específico da área da saúde, e que interferem, diretamente, na qualidade de vida obtida pelos profissionais vítimas do estresse laboral. Neste trabalho, procurou-se conhecer, com base na literatura específica, fatores relacionados à prática e os seus atos, os casos de estresse laboral vividos e envolvendo profissionais da saúde que se tornam motivo de preocupação a todos: à família, ao trabalho, à sociedade. A verdade, tem-se de dizer, é que estes profissionais vivem em constante tensão, em um linear bem tênue e deparam-se com grandes problemas sociais de segurança e educação.

4 CONCLUSÃO

Fatores estressores são encontrados em todos os ambientes da sociedade. Na vida dos profissionais de saúde, entretanto, estes fatores são encontrados e vivenciados diariamente e sem descanso. Nesta perspectiva, foram levantadas situações vividas e a importância de se tomar conhecimento acerca delas. Considerando-se as responsabilidades e cobranças, em conjunto com todas as contingências apresentadas, constata-se que o referido profissional está mais suscetível a um comportamento nocivo e mais vulnerável para o corpo como defesa psique.

No tocante ao exposto no presente artigo, portanto, conclui-se que a psicologia deve estar aliada ao manejo de situações estressoras referentes ao profissional, bem como ao apoio à família e aos colegas de serviço. Ressalta-se ainda a necessidade de mais estudos aprofundados sobre o tema, apontando-se, preliminarmente, para a importância da conscientização da sociedade, bem como para a imprescindibilidade do respeito à integridade do profissional. Final e fundamentalmente, necessário que haja o respeito ao profissional de psicologia no trabalho e que sejam feitos pelo poder público mais investimentos em saúde mental.

REFERÊNCIAS

- Codo, W. & Soratto, L., & Vasques-Menezes, (2004). I. Saúde mental e trabalho In: Zanelli, J.C., Borges-Andrade, J., & Bastos, A.V.B. (Orgs.). *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil*. Porto Alegre: Artmed.
- Couto, H. A. *Stress e qualidade de vida do executivo*. Rio de Janeiro: COP, 1987.
- Houaiss, A., Villar, M. S., & Franco, F. M. M. (2001). *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Lipp, M. N. (2004). *O stress está em você*. São Paulo: Contexto.
- Maslach, C. (2007). Entendendo o burnout. In: Rossi, A. M., Perrewe, P. L., & Sauter, S. (Orgs.). *Stress e qualidade de vida no trabalho*. São Paulo: Atlas.
- Mendes, E. O. (2013). *A saúde psicossocial na segurança pública brasileira*. Trabalho de Conclusão de Curso, Departamento de Estudos da Escola Superior de Guerra, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.
- Mussolin, E., & Rodas, T. (2013). Avaliação do clima organizacional e estresse no trabalho em uma empresa de grande porte. *Revista Científica Eletrônica UNISEB*, 1(2), 93-105. 2013.

- Paredes, D. F. (2012). *Nível de atividade física e nível de estresse em policiais militares do 16º BPM de Santa Catarina*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro de Desportos, Curso de Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, Santa Catarina.
- Oliveira, P. L., & Bardagi, M. P. (2009). Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. *Boletim de psicologia*, 59 (131), 153-166.
- Santana, S. L., & Sabino, A. D. (2012). *Estresse policial militar: efeitos psicossociais*. Conexão (AMES), 9(1), 266-276.
- Tamayo, A., Lima, D., & Silva, A. V. (2004) Clima organizacional e estresse no trabalho. In: Tamayo, A. (Org.). *Cultura e saúde nas organizações*. Porto Alegre: Artmed.
- Tassinari, M. (2010) Desdobramentos clínicos das propostas em processos de promoção de saúde. *Estudos e pesquisa em psicologia*, 12(3), 911-923.
- Tavares, J. P., Tadeucci, M. S. R., & Inocente, N. J. Cultura organizacional e o estresse ocupacional. In: XIV Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e X Encontro Latino Americano de Pós-Graduação. *Anais...* Paraíba, UNIVAP. 2011.
- Vanni, G. B. (2008). *A contribuição das crenças irracionais como fator ansiogênico*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro psicológico de controle de stress, Campinas, São Paulo.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA

Autor Orientando:

Aurinês Silva Araújo

E-mail: aurines@hotmail.com

Autora Orientadora:

Constance Rezende Bonvicini

Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220 – B. Cidade Nova, Patos de Minas MG,

CEP: 38700-156

Telefone de Contato Contatos: Tel. (34)3818-2350

E-mail: constancebonvicini@yahoo.com.br

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 18 de junho de 2019

Aurinês Silva Araújo

Constance Resende Bonvicini



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Curso de Graduação em Psicologia

Bacharelado (Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC N°. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME N°. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, nº. 65, sessão 1, pág. 70-81

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)