



O Estresse e sua Influência na Saúde dos Profissionais de Enfermagem: O Caso dos Preceptores de uma Clínica Escola

Tolomelli de Paula Danielle A Menezes ¹, Ortiz Sanchez Maritza Consuelo ², Camargo Tereza Claudia ³, Alves Maia Heraldo ⁴, Ribeiro de Castro Magda ⁵

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 08 de mayo de 2014

Aceptado el 10 de Octubre de 2014

Palabras claves:

Enfermagem

Estresse

Saúde do Trabalhador

RESUMO

A pesquisa tem como objeto as condições geradoras de estresse e sua influência na saúde dos enfermeiros preceptores de uma clínica escola de enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES). Objetivos: Descrever as condições geradoras de estresse no ambiente de trabalho dos enfermeiros preceptores de uma clínica escola e analisar a influência sobre a saúde desses profissionais decorrentes das condições geradoras de estresse. Metodología: Estudo exploratório, com abordagem qualitativa, tendo como sujeitos sete enfermeiros (7), que corresponde a 78% do total de profissionais entrevistados. Utilizou-se roteiro de entrevista semiestruturada. Resultados principais: Os discursos foram analisados buscando a apreensão das condições geradoras de estresse e como esses fatores influenciam na saúde dos enfermeiros preceptores. Desse modo, a análise dos discursos possibilitou a formulação de duas categorias: I – Reconhecendo as fontes geradoras de estresse, sendo que esta apresenta três subcategorias temáticas: Assédio moral, Atraso de Salário e Sobrecarga de trabalho. II– A influência na saúde decorrente dos fatores geradores de estresse. Conclusão principal: As condições de trabalho constituem um fator predisponente para gerar estresse, sendo que estas condições englobam tudo que influencia o próprio trabalho: o ambiente, os meios, a tarefa, a jornada, a organização do trabalho, a alimentação, o salário e as relações interpessoais. O estudo aponta que o estresse pode ser

¹ Pós Graduanda de Enfermagem do Trabalho do Centro Universitário da Cidade Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil. Email: dtolomelli@gmail.com

² Dra. em Enfermagem, Professora Adjunta do Centro Universitário da Cidade/ Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro. Brasil.

³ Mestre em Enfermagem, Professora da Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil. Email: ccamargo@usat.edu.pe

⁴ Especialista em Enfermagem do Trabalho, Professor do Centro Universitário da Cidade, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil. Email: haves@hotmail.com

⁵ Doutoranda em Enfermagem, Professora Assistente da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Vitória, Brasil. Email: mribeiro@gmail.com

um fator desencadeante de doenças. Neste contexto, observa-se a necessidade de elaborar estratégias eficientes, para tomada de medidas preventivas de forma que se possa prevenir os agravos à saúde desses trabalhadores.

The Stress and its Influence on the Health of the Nursing Professionals: The Case of Preceptors of a Clinical School

ABSTRACT

Keywords:

Nursing
Stress
Occupational Health

This research aims to study the conditions that lead to stress and their influence on the health of nurses in a clinical preceptors nursing school of a private Higher Education Institution (HEI) in Rio de Janeiro, Brazil. Having objectives as: Describing the conditions that generate stress in the work environment of nurses and tutors and analyze the influence on the health of these professionals. Methodology: A qualitative exploratory study. For data collection we used a scripted semi-structured interview. The subjects were 07 nurses preceptors who work at a clinic in al HEI school, corresponding to 78% of these professionals in the studied environment. The results showed that the stress response is an individual process and that for some workers, the perception and aggravations are higher. This research adds to other studies and confirms that stress can be a factor triggering various diseases. . The discourses analyzed showed two categories, the first being: Recognizing the sources of stress that included three subcategories: bullying, salary and workload and the second category: the influence on health due to the factors causing stress. It is important to highlight that within this context, it is noted the need for tracing strategies through the collaborative initiative involving the entire academic institution, requiring not only the knowledge of the factors causing stress, as well as the adoption of preventive measures of this problem, increasing the recognition and appreciation of the professional and seeking ways to improve the quality of life of its workers.

Introdução

O presente trabalho tem por objeto de estudo as condições geradoras de estresse e sua influência na saúde dos enfermeiros preceptores de uma clínica escola de enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES). A pesquisa foi motivada devido às observações feitas no dia a dia destes profissionais, que no desenvolvimento de suas

atividades de ensino-aprendizagem se deparam com diversas situações ou condições que podem ser causadores de estresse, tais como estressores físicos que envolve ruído, ventilação e iluminação no ambiente de trabalho e estressores psicossociais abrangendo função/cargo, desenvolvimento/competitividade, relacionamentos interpessoais no trabalho, autonomia e assédio moral.

Cabe ressaltar que o processo de trabalho tem sido objeto de estudo para várias disciplinas científicas e, desse modo, diversos pesquisadores sociais têm definido o trabalho como a ação transformadora dos homens sobre outros homens e sobre si mesmos, daí a importância de se sentir bem e ter prazer em exercer as atividades profissionais.

Entende-se que no processo de trabalho, o homem opera uma transformação no objeto sobre o qual atua por meio de instrumentos para chegar a um resultado final, e essa transformação está subordinada a um determinado fim. Sendo assim, observa-se três elementos que compõem o mesmo: a atividade adequada a um fim, isto é, o próprio trabalho, o objeto de trabalho, ou seja, a matéria a que se aplica o trabalho e os instrumentos ou meios do trabalho^{1,2}. Nesse processo há vários aspectos geradores de desgaste, entre os quais, as condições sob as quais esse trabalho é realizado.

A palavra condição expressa uma maneira de viver ou exercer as atividades, que resultam das circunstâncias em que cada um se encontra, então, condições de trabalho vem a ser a maneira imposta de se trabalhar³.

O ambiente de trabalho é entendido como um conjunto de condições que engloba tanto as características do próprio lugar (dimensões, iluminação, aeração, presença de poeiras, gases ou vapores e fumaças, dentre outros) quanto aos elementos conexos à atividade em si (tipo de trabalho, posição do trabalhador, ritmo do trabalho, ocupação do tempo, horário diário, semanal, sistema de turnos, alienação e não valorização do patrimônio intelectual e profissional)⁴.

Sendo que as condições de trabalho implicam não só as condições ambientais e os riscos específicos envolvidos no trabalho dos grupos analisados, mas também a introdução da subjetividade do empregado, refletindo a representação de seu

modo específico de trabalhar/desgastar-se incluindo a saúde mental e o estresse⁵.

O estresse é descrito como o conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa e outras capazes de perturbar a homeostase. Desta forma, compreende-se o estresse como uma forma de reação do organismo às mudanças ocorridas no mundo e que afetam, de forma direta ou indireta, os seres que habitam uma sociedade⁶.

Entre outras questões que causam o estresse estão às características pessoais de cada um, quais sejam, o tipo de personalidade, modo de reagir ao estresse, mas as variáveis moderadoras, apoio social, as condições do ambiente e o processo de trabalho podem sobrevir em um conjunto de consequências para a saúde do indivíduo envolvendo doenças orgânicas e psicológicas. O resultado dessas doenças para a organização consiste no absenteísmo, acidente de trabalho, rotatividade, baixo desempenho, entre outros⁷.

Nessa linha de raciocínio, destaca-se que o processo de trabalho dos enfermeiros preceptores/docentes é o ensinamento, a troca de conhecimentos, a transformação da matéria prima, ou seja, dos graduandos em profissionais. Estes profissionais tem como instrumento de trabalho o seu intelecto, os laboratórios e componentes. Entendido assim, o trabalho do docente não é uma transformação só de objetos, mas do próprio trabalhador, que cria um movimento de trocas.

Cabe ressaltar que as funções do enfermeiro preceptor são diversas, sendo essenciais as de orientar, dar suporte, ensinar e compartilhar experiências que melhorem a competência clínica e ajudem o graduando a se adaptar ao exercício da profissão. Além da parte burocrática, de reservas de laboratório, aplicação de testes, rever as condições do local, preparar todo material necessário para as aulas⁸ – condições que exigem conhecimento técnico científico por parte destes

profissionais-, ocasionando situações que podem ser geradoras de estresse.

Estudos na área do ensino de enfermagem em universidades privadas tem constatado que, os docentes, ao desenvolverem suas ações no dia-a-dia da prática pedagógica, demonstram vivenciar sentimentos distintos que transitam entre satisfação, prazer, gratificação e facilidade na condução do seu trabalho. Entretanto, estes profissionais sofrem desgastes devido à baixa remuneração, às condições de trabalho, as dificuldades em se submeter a determinados critérios organizacionais^{9,10}.

Com base nas diversas pesquisas, observa-se como resultado comum, que um local de trabalho agradável e funcional é essencial para o desempenho das atividades, e que as inadequadas condições físicas do ambiente interferem negativamente na realização do trabalho, especialmente se as características do local forem conflitantes com o tipo de atuação, o que pode ser causa de um grande desgaste e descontentamento^{4,11,12}.

Sendo o trabalho do docente predominantemente de natureza intelectual, exige deste profissional constante busca de novos conhecimentos, o que o expõe a condições de estresse^{11,13}. No caso dos docentes preceptores além de estarem sempre se atualizando para levar conteúdos aos alunos, também estão preocupados com a didática a ser usada. Sendo assim, a competitividade, as condições desfavoráveis de ambiente de trabalho, a precariedade da interação docente x organização, gera impactos psicológicos neste grupo.

As condições de trabalho impostas hoje ao docente podem estar na origem da geração dos fatores de risco para o adoecimento da categoria dos trabalhadores do ensino, levando-os ao absentismo, que muitas vezes pode estar mais relacionado com a instituição do que com o próprio empregado¹⁴.

Pesquisa no Rio de Janeiro sobre o absentismo do trabalho do docente e a saúde também evidenciou o desgaste deste profissional ao empreender seu trabalho. Os resultados do estudo certificaram a presença do mal-estar docente que se apresentava de forma forte e genérica. E assim, vários são os sintomas, que podem ser incluídos nesse termo do mal-estar docente: os queixumes de tensão, ansiedade, nervosismo, angústia, depressão, esgotamento, irritabilidade e estresse¹⁵.

Em uma pesquisa realizada no Paraná, constatou-se que todos os docentes compreendiam sobre o estresse e atribuíram-no a várias razões: condições de trabalho, dupla ou tripla jornada, questões financeiras e as pressões do trabalho como pós-graduação, competitividade e relacionamento pessoal conflitante¹⁶.

Diversas pesquisas sobre a temática conduz ao resultado comum no sentido de que os enfermeiros/preceptores/ docentes em algum momento do seu cotidiano se sentem oprimidos e estressados^{13,15,16}.

Nessa perspectiva, a justificativa do estudo em tela deve-se ao fato de que os enfermeiros além de trabalhar como assistencialistas em hospitais e clínicas ocupam ainda, cargos administrativos, geralmente em serviços de saúde, de ensino ou como gerentes dos serviços de enfermagem e da mesma forma, exercem atividades de ensino, a nível técnico, universitário ou elementar¹⁷. Sendo assim, este grupo de trabalhadores muitas vezes acumula diversas atividades, o que os torna mais expostos aos diversos riscos e agravos à saúde, tendo como resultado afastamento de suas funções.

Frente ao acima exposto foram elaborados os seguintes objetivos: Descrever as condições geradoras de estresse no ambiente de trabalho dos enfermeiros preceptores. Analisar a influência sobre a saúde desses profissionais decorrentes das condições geradoras de estresse. Esperasse

que esta pesquisa possa contribuir para gerar uma reflexão nos trabalhadores de enfermagem, identificando as fontes e procurando apresentar ações para as instituições onde prestam seus serviços, com a finalidade de tentar reduzir e ou eliminar situações que possam levar a possíveis problemas de saúde como por exemplo doenças cardiovasculares e psíquicas. Do mesmo modo esperas-se preencher lacunas ainda existentes nesta área de conhecimento.

Método

Pesquisa do tipo exploratória, dotada de abordagem qualitativa, tendo em vista a compreensão do processo de trabalho dos enfermeiros docentes preceptores, suas experiências agregadas a seus significados, atitudes, motivações, comportamentos e ações. A abordagem qualitativa parte do fundamento de que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, uma interdependência viva entre o sujeito e o objeto, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito¹⁸.

A pesquisa exploratória é utilizada para aproximar o pesquisador com o fenômeno que está sendo investigado, de modo que a pesquisa possa ser concebida com uma maior compreensão e precisão. Os dados obtidos são colhidos através de um processo de idas e voltas e interações com o sujeito. Seguindo esta linha de pensamento, demanda que: as pesquisas exploratórias tenham como finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e idéias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores^{18,19}.

Os sujeitos do estudo foram 07 enfermeiros, que corresponde a 78% dos preceptores que atuam em uma clínica escola de uma IES privada do Rio de Janeiro. O corpo de profissionais preceptores no cenário do estudo é formado por 09 enfermeiros, sendo 08 mulheres e 01 homem. Foi possível realizar a entrevista com 07 destes trabalhadores,

pois 01 recusou e o outro alegou indisponibilidade de tempo.

Para coleta de dados, utilizou-se um roteiro de entrevista, considerado como um instrumento que tem a característica de possibilitar um contato direto com o sujeito entrevistado, buscando suas atitudes, valores e opiniões. As questões versaram sobre as condições geradoras de estresse no ambiente de trabalho e como essas condições influenciam na saúde do profissional entrevistado.

Importante lembrar que entrevista é uma conversa a dois, feita por iniciativa do entrevistador, destinada a fornecer informações pertinentes para um objeto de pesquisa²⁰. Cabe ressaltar que os depoimentos dos sujeitos foram gravados e logo transcritos na íntegra para serem analisados posteriormente.

A coleta de dados foi realizada no segundo semestre de 2012 e o projeto foi apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Clínica Escola do Curso de Enfermagem do Centro Universitário da Cidade obedecendo a Resolução 196/96 que assegura os direitos e proteção dos sujeitos²¹.

Para a análise dos dados, utilizou-se a análise temática seguindo três etapas: pré-análise, que consistiu na organização, leitura e releitura do material, buscando coerência com os objetivos da pesquisa; a exploração do material, realizando essencialmente a operação de codificação, fazendo recortes do texto em unidades de registro que pode ser uma frase, uma palavra ou um tema e, por último, os dados foram interpretados e analisados, colocando em evidência as informações obtidas e fazendo inferências à luz da literatura existente sobre a temática abordada²².

Resultados, análise y discussão

Os discursos foram analisados buscando a apreensão das condições geradoras de estresse e como esses fatores influenciam na saúde dos

enfermeiros preceptores. Desse modo, a análise dos discursos possibilitou a formulação de duas categorias: I- Reconhecendo as fontes geradoras de estresse, sendo que esta apresenta três subcategorias temáticas: Assédio moral, Atraso de Salário e Sobrecarga de trabalho. II- A influência na saúde decorrente dos fatores geradores de estresse.

Reconhecendo as fontes geradoras de Estresse.

Nos últimos anos a palavra estresse tem sido muito utilizada por várias pessoas, sendo que muitos profissionais estão mais propensos que outros, como é o caso do preceptor/docente de enfermagem. As condições de trabalho são um fator predisponente para gerar estresse no indivíduo, quando este se depara com realidades como: acúmulo de atividades, produção no campo de pesquisa e do ensino, capacitação docente, enfim, uma gama de fatores que levam ao estresse¹⁶.

Ao analisar as falas dos depoentes, foi possível confirmar os resultados encontrados na literatura, corroborando com uma pesquisa realizada em Minas Gerais onde os resultados apontam que os docentes tem mais risco de sofrimento psíquico de diferenciados matizes e a prevalência de transtornos psíquicos menores é maior entre eles, quando comparados a outros grupos²³.

Considerando o exposto, pode-se observar que os preceptores destacaram o desgaste emocional e psicológico, quando perguntado o que gera estresse em seu ambiente de trabalho. As falas revelaram três aspectos relevantes: o assédio moral de seus superiores, atraso de falta de pagamento e a sobrecarga no trabalho.

Assédio moral. Assédio é o termo utilizado para designar toda conduta que cause constrangimento psicológico ou físico à pessoa. Atualmente, existem vários riscos a que os trabalhadores estão sujeitos em seus ambientes de trabalho, a exemplo da violência, assédio moral e sexual²⁴.

O assédio moral (mobbing, bullying, harcèlement moral ou, ainda, manipulação perversa, terrorismo psicológico) caracteriza-se por ser uma conduta abusiva, de natureza psicológica, que atenta contra a dignidade psíquica, de forma repetitiva e prolongada, e que expõe o trabalhador a situações humilhantes e constrangedoras, capazes de causar ofensa à personalidade, à dignidade ou à integridade psíquica, e que tenha por efeito excluir a posição do empregado no emprego ou deteriorar o ambiente de trabalho, durante a jornada de trabalho e no exercício de suas funções²⁵.

Dessa maneira a relação humana e jurídica que liga empregado e empregador não são suscetíveis de escapar a essa contingência, assim o empregado, subordinado juridicamente ao empregador, tem mais possibilidade do que qualquer outro de ser moralmente atingido, em razão dessa própria hierarquia interna em que se submete à sua direção, o qual o vê, na maioria das vezes, como alguém submisso às suas ordens, de forma arbitrária²⁶.

Liderar consiste na capacidade de desempenhar um comando que oriente, capacite e estimule um grupo a realizar o melhor trabalho possível em prol dos objetivos almejados pela organização em que estão inseridos. Inúmeras pesquisas revelam a conexão entre o modo de liderar e os resultados atingidos, sinalizando, que a boa integração das lideranças com suas equipes geram resultados positivos²⁷. Com esse entendimento, dependendo do modo de liderança os resultados finais poderão ser positivos ou negativos.

No poder de coerção o líder acredita que as tarefas devam ser cumpridas à sua maneira, na hora e no momento solicitado por sua autoridade. De certa forma, esse poder gera medo e insegurança nas atividades executadas por seus subordinados²⁷.

As falas a seguir evidenciam determinadas atitudes por parte da chefia que se caracterizam como assédio moral, nos seguintes termos: [...] ficam

ligando para a gente e nos expondo na frente de todos sem nenhuma justificativa [...]; [...] parece que nunca correspondemos às expectativas [...] uma falta de respeito muito grande, um assédio moral, [...]; [...] o que a gente faz nunca é suficiente; [...] tratamento hostil que constrange e humilha:

[...] Então vamos falar de estresse, é que ficam ligando pra gente, e nos expondo na frente de todos sem nenhuma justificativa [...] você é vigiado 24 horas por dia [...]. (Depoimento 1)

[...] parece que nunca correspondemos às expectativas, fica difícil, [...]. É uma falta de respeito muito grande, um assédio moral. (Depoente 02)

[...] Olha o mais estressante pra gente aqui é a cobrança. [...]. O que a gente faz nunca é suficiente (Depoente 3)

[...] O estresse maior é este mesmo, ter uma chefia, que dá um tratamento hostil que constrange e humilha. (Depoente 4)

Os assediadores são descritos como sujeitos perversos, movidos por diversos fatores que variam desde a simples inveja até a busca pelo poder, porém, a motivação constante é a discriminação revelando um desvirtuamento de caráter; e um indivíduo destituído de ética, que se compraz em ver a vítima sucumbir diante de seus ataques perversos²⁸. O assediador desqualifica a sua vitima quer dizer, esvazia todas as qualidades, dizer-lhe e repetir-lhe que ele não vale nada, até que ele próprio acabe achando o mesmo.

Um dos depoentes acrescenta:

[...] com essa centralização, não temos voz [...]. (Depoente 3)

A centralização é uma característica da liderança autocrática, onde o líder procura fixar as diretrizes, sem qualquer participação do grupo. Determina as providências para a execução das

tarefas, uma de cada vez, à medida que se torna necessária e de modo imprevisível para o grupo. Também estabelece a tarefa que cada um deve executar e o seu companheiro de trabalho. O líder apresenta-se como dominador²⁹.

Este tipo de liderança desmotiva seus liderados, como exposto pela depoente, eles se sentem inúteis e desvalorizados. Para organizar o trabalho em qualquer área, visando a qualidade final do trabalho prestado, o líder deve propiciar um ambiente adequado e ter recurso de pessoal qualificado, a fim de buscar a participação dos liderados para realizar um trabalho com confiança, valorizando o capital humano.

Atualmente diversas pesquisas estão empenhadas em enfatizar que um ambiente de trabalho agradável, onde o bom humor impera, faz com que os trabalhadores produzam mais, pelo fato de que o sorriso traz para a instituição e/ou empresa um agradável bem-estar^{6,16,17}. Com esse entendimento é imprescindível que os empregadores reflitam sobre esta temática, e possam ir além do cuidado com a segurança física e cuidar do trabalhador como um todo.

Ressalta-se que o trabalhador não se sente assediado pela pressão ou volume de trabalho, visto que isto nos dias atuais já faz parte do dia a dia profissional. A questão não é o que é solicitado, mas sim como é solicitada; a questão não é o que o trabalhador recebe de críticas ou orientações, mas sim como o superior as faz¹⁷.

As falas a seguir mostram situações de desconforto ao mencionar: [...] temos que ouvir xingamentos, desaforos [...]; você escuta desaforos, gritos [...].

[...] a gente é muito cobrado, lógico que temos que dar nossa parcela, a situação é que constantemente temos que ouvir xingamentos, desaforos [...] (Depoente 3)

[...] constantemente você escuta desaforos, gritos, [...] isto acaba te estressando. (Depoente 4)

O assédio manifesta-se, sobretudo, por comportamentos, palavras, atos, gestos, escritos que podem levar dano à personalidade, a dignidade, a integridade física ou psíquica de alguém.

Importante considerar que o que caracteriza assédio moral é a repetitividade da ação. A humilhação repetitiva e de longa duração interfere na vida do (a) trabalhador (a) de modo direto, comprometendo sua identidade, dignidade e relações afetivas e sociais, ocasionando graves danos à saúde física e mental, que podem evoluir para a incapacidade laborativa, desemprego ou mesmo a morte, constituindo um risco invisível, porém concreto, nas relações e condições de trabalho²⁹.

Comportamentos deliberados por parte do agressor desencadeiam ansiedade na vítima e provoca nela uma atitude defensiva que é por sua vez geradora de novas agressões. Com a evolução do conflito surgem fenômenos de fobia recíprocos; surge no perseguidor uma raiva fria e no perseguido uma reação de medo³⁰, como nos mostra a fala a seguir:

[...] é um medo sabe? um pavor [...] uma violência entendeu? (depoimento2).

Atraso de Salário. Todo trabalho tem seu valor, seja ele emocional ou financeiro, e as pessoas trabalham porque possuem necessidades básicas, como: comer, vestir, ter lazer, saúde, entre outras³¹.

Os depoentes referiram que outro fator gerador de estresse é a falta de pagamento, nos seguintes termos:

[...] estamos três meses sem receber salários; [...] o pagamento nunca tem previsão.

[...] Estamos 03 meses sem receber salário, recebendo 1/3 do salário [...] e estou totalmente desmotivada. [...]por questão de falta de

pagamento cortaram minha luz, isso gerou um estresse absurdo. (Depoente 01)

[...] Ninguém tem informação pra te dar, quando vai sair o pagamento nunca se tem previsão, quando vai ter vale transporte não tem previsão. (Depoente 02)

[...] Em relação ao salário, o atraso [...] (Depoente 06)

Importante considerar que entre os vários resultados do trabalho destacam-se: função de fonte de renda do trabalho, geralmente considerado o mais importante; função intrínseca do trabalho, considerando o trabalho como sendo interessante e satisfatório para os indivíduos; função interpessoal do trabalho, permitindo que tenha contatos interessantes com outras pessoas; função de servir à sociedade pelo trabalho; função de ocupação do tempo com o trabalho; função de fornecer status e prestígio pelo trabalho³².

Neste contexto, as recompensas relacionadas ao trabalho podem ser referentes às tarefas, tais como trabalho interessante e desafiador, autonomia e responsabilidade, variedade, adequação com capacidades e habilidades. Num outro aspecto também podem ser sociais, estando relacionadas com as recompensas advindas das relações com outras pessoas relações interpessoais com supervisores e colegas. E no ambiente de trabalho, tais como qualidade das ainda, quando pertencentes a uma estrutura, as recompensas podem ser organizacionais, relacionadas com as recompensas extrínsecas da organização para facilitar ou motivar a execução das tarefas, tais como pagamento, promoções, benefícios e condições físicas no trabalho³².

É preciso ressaltar que quando bem concebido, o que são vitais para o bem-estar individual, trabalho remunerado cumpre uma série de funções fornecendo acesso a coisas que o dinheiro pode comprar. Entretanto, não é isso o que acontece com os depoentes desta pesquisa que referem que

a falta de pagamentos por parte da instituição faz com que os mesmos procurem acumular outras atividades para poderem subsistir, tal como citam dois depoentes:

[...] Por questão de falta de pagamento, a gente é obrigado a arrumar outros trabalhos, [...] a gente tem que trabalhar em dois lugares. (Depoente 01)

[...] Com o atraso do pagamento, eu tenho outro emprego [...]. (Depoente 06)

A dupla jornada de trabalho torna-se necessária aos preceptores/docentes devido aos salários insuficientes para subsistir, o que os leva a procurar novas fontes de renda. Na realidade, esta dupla atividade, pode interferir em alguns aspectos referentes à qualidade de vida do trabalhador, é dizer, aumentar riscos à saúde física e mental³².

Para que o trabalhador tenha um controle sobre suas condições de saúde é necessário que suas necessidades básicas sejam atendidas, tanto no trabalho, quanto em função do que este possa oferecer à sua vida. Assim, o trabalho deve proporcionar uma alimentação saudável, moradia adequada, meios de transportes, saúde, educação e direitos básicos à condição humana, devendo estar acompanhado do reconhecimento salarial condizente com as atividades realizadas.

Sobrecarga de trabalho

A condição de trabalho é um fator predisponente para gerar estresse no indivíduo, quando este se depara com realidades como: acúmulo de atividades, produção no campo da pesquisa e do ensino, capacitação docente, enfim, uma gama de fatores que o levam ao estresse¹⁶.

Os desgastes físicos e mentais em virtude das sobrecargas de trabalho são um dos principais motivos que geram insatisfações, sendo mais difícil para os profissionais alcançarem objetivos e metas dentro destas perspectivas³³.

Em relação ao desgaste proporcionado pela sobrecarga de trabalho a maioria dos preceptores refere a existência de uma desorganização da escala, o aumento da carga de trabalho devido ao deslocamento para as instituições hospitalares (campo de estágio) e as coberturas inesperadas de professores adoecidos, conforme demonstra os depoimentos a seguir:

[...] Segunda a sábado das 07h às 13h, aqui na clínica escola, quando está no campo de estágio segue o horário da disciplina. (Depoente 01)

[...] Tem dia que tem colega que está em três lugares ao mesmo tempo, e no mesmo horário, se vira. (Depoente 02)

[...] você não sabe onde vai trabalhar no dia, mandam ir para o hospital para cobrir professor que faltou [...] subir pra sala dar teoria para cobrir professor que faltou. Você não tem paradeiro. (Depoente 03)

[...] A sobrecarga de trabalho; a função para a qual você é contratada é uma, e acaba tendo que fazer outras... (Depoente 06)

As pressões/tensões e acúmulo de atividades provocadas por situações inesperadas levam à excitação e/ou angústia, pelo fato de ser o trabalho um gerador de recursos que determina de uma forma particular a satisfação das necessidades³³.

As consequências dessas tensões/pressões repercutem na vida cotidiana do trabalhador com sérias interferências em sua qualidade de vida, gerando desajustes sociais e transtornos psicológicos³⁴. Assim, o estresse ocupacional pode estar presente devido à existência de uma rotina constante ou pela falta da mesma.

O estresse ocupacional é um estado em que ocorre desgaste anormal do organismo humano e/ou diminuição da capacidade de trabalho, devido basicamente à incapacidade prolongada de o indivíduo tolerar, superar ou se adaptar às

exigências de natureza psíquicas existentes em seu ambiente de trabalho ou de vida³⁵.

O ser humano deseja no seu cotidiano ser enquadrado no convívio social, de forma a identificar-se com as necessidades normais dos indivíduos. Contudo, diante da sobrecarga de trabalho, os profissionais não conseguem usufruir de uma vida de lazer, de convívio social, como também possuem a dificuldade de manter a integração familiar^{36, 37}.

O trabalho do docente preceptor por sua natureza exige segurança, competência técnica e teórica, e compromisso, pois são responsáveis pela formação de novos profissionais, deixando-os suscetíveis aos fenômenos do estresse ocupacional.

Com base na revisão dos artigos sobre o docente enfermeiro e estresse ocupacional, notamos um direcionamento do enfermeiro para condição de educador, evidenciando a responsabilidade deste profissional em disseminar seus conhecimentos, ora orientando pacientes e familiares, ora produzindo conhecimento na vida acadêmica.

Este grupo de profissionais é objeto de várias pesquisas, pois o docente de enfermagem também apresenta em sua formação outra titulação: “enfermeiro”, cuja finalidade é assistir o cliente o que o torna susceptível ao estresse pela configuração de sua profissão.

Para estes profissionais, lidar com novos e diferentes problemas, nem sempre de rápida resolução, implica na responsabilidade e compromisso com a atualização dos conhecimentos científicos, atentando-se para as inúmeras necessidades e demandas dos dias atuais. Sendo assim, esses profissionais devem estar bem preparados e em condições biopsicossociais satisfatórias para o trabalho.

Quanto à legislação previdenciária brasileira a mesma reconhece o estresse e a depressão como doenças do trabalho. Fato relevante, na medida em

que o trabalho dos profissionais enfermeiros preceptores é referido, por diversos autores, como estressante, destacada como uma das profissões passíveis de desenvolvimento da síndrome de Burnout³⁷.

Cabe mencionar que nos dias atuais, os professores sofrem um processo crescente de proletarização com consequências no aumento de seu ritmo de trabalho e no volume das atividades, em contraponto com uma maior precarização de suas condições de trabalho, incluindo salários. Tal situação conduz os mesmos à insegurança refletindo na sua prática no cotidiano acadêmico. O estresse e outros problemas de saúde, a impossibilidade de se aperfeiçoar constantemente e a falta de tempo para preparar e refletir criticamente sobre o seu trabalho é consequência deste quadro³⁸.

A Influência na saúde decorrente dos fatores geradores de estresse.

Com o decorrer dos anos, o ambiente de trabalho vem se modificando e acompanhando o avanço das tecnologias ultrapassando cada vez mais o nível de capacidade de adaptação dos trabalhadores. Os profissionais vivem hoje sob contínua pressão, sendo o tempo todo cobrado não só no trabalho como também na vida de uma maneira geral. O estresse ambiental pode exercer grande influência na maneira como o indivíduo se comporta socialmente, como exemplo, podendo torná-lo agressivo.

O desgaste profissional, que as pessoas estão submetidas diariamente, poderá gerar algum tipo de doença. Os modelos expostos são responsáveis pelos seguintes fatores: agentes estressantes de natureza diversas (física, biológica, mecânica, social, e outras), conjunto de características pessoais (tipos de personalidade, modos de reação ao estresse e outras), conjunto de consequências relacionadas à saúde do indivíduo (doenças cardiovasculares, perturbações psicológicas e

outras) e da organização (absenteísmo, acidentes, produtividade, desempenho e outras).

Os sintomas físicos do estresse mais comuns são: fadiga, dores de cabeça, insônia, dores no corpo, palpitações, alterações intestinais, náusea, tremores e resfriados constantes. Outros sintomas são apresentados através do pensamento que podem ser representados de forma compulsiva e obsessiva, levando em consideração a angústia e a sensibilidade emocional, tornando o sujeito agressivo e violento. No entanto, os fatores que geram os sintomas depressivos podem estar relacionados ao estresse. Os fatores são: ruído, alterações do sono, sobrecarga, falta de estímulos, mudanças determinadas pela empresa e mudanças devido a novas tecnologias¹³.

Estudos demonstraram que o estresse possui três fases: a fase de alerta, a fase de resistência e a fase de exaustão. A primeira fase é a etapa inicial do estresse, é a fase em que o organismo emite sinais de alerta como meio de proteção contra o agente estressor. Ela pode se manifestar de duas formas: 'ataque' ou 'fuga'.

Nesta fase, o indivíduo fica agitado e inquieto e o organismo e o metabolismo acelera¹⁶.

A segunda fase denominada fase de resistência, consiste na continuidade da atuação do agente estressor sobre o indivíduo. O corpo passa do estado cansado para o desgastado devido ao grande consumo de energia utilizado. Nessa fase, aparecem sinais de cansaço, enfraquecimento da resistência orgânica, cefaléia, gripes e outros, o indivíduo fica com dificuldades de concentração, memória e diminuição da produtividade³⁹.

A terceira fase se dá pela persistência do agente estressor, é a fase da exaustão, a fase mais perigosa do estresse, quando o indivíduo não consegue resolver a situação que originou o estresse e continua reagindo a ele e o organismo entra em exaustão, ou seja, esgotamento. Há uma

queda da imunidade e é quando surge a maioria das doenças¹⁶.

Esta última fase quando prolongada leva a sintomas crônicos e a síndrome de Burnout, caracterizada por três componentes: exaustão emocional e/ou física; perda do sentimento de realização no trabalho, com produtividade diminuída; a despersonalização extrema, manifestando-se através de atitudes negativas para com as pessoas no trabalho¹³.

Entre os preceptores enfermeiros, o estresse causado pela intensidade de trabalho, onde são gastas energias físicas e mentais pelo aumento do ritmo intenso, levam ao cansaço e a distúrbios psicológicos que se transformam em distúrbios orgânicos³⁵.

O trabalho faz parte da vida do homem, sendo o meio pelo qual ele se realiza, produz e reproduz, podendo representar um instrumento ou um meio de manter sua saúde, como também, ser instrumento de doença e morte¹⁶.

Isso é o que vemos nas seguintes falas:

[...] tenho enxaqueca e gastrite nervosa. Por questão de estresse sempre me atacam. (Depoente 01)

[...] Já tive enxaqueca. (Depoente 02)

[...] tenho tido muita dor de cabeça, esse estresse, a chefia que liga nervosa e desconta em cima de você, isso me deixa abalada. Sua saúde, sua fisiologia acaba sendo atingida. Já estive afastada por causa de enxaqueca e um problema na coluna que o médico disse que era desencadeado por tensão. (Depoente 03)

[...] Hérnia de disco e quando estou estressada, ataca justamente onde tenho problema, acabo tendo contrações musculares e causa dor. (Depoente 04)

[...] Eu não tinha insônia, 03 horas da manha não

consigo dormir, perda de peso. (Depoente 05)

São inúmeros os agravos provocados pelo estresse. Em destaque está a relação do estresse com o aumento de LDL- colesterol e a diminuição da fração HDL-colesterol, sugerindo um aumento de doenças cardiovasculares³⁸, como evidenciado pelo depoente:

[...] Minha saúde foi afetada, minha pressão era 100x60mmhg, hoje é 150x100mmhg, dor de cabeça constante, coisa que eu não tinha antes, muita preocupação, muita perturbação, muito estresse. (Depoente 06)

[...] Os agravantes, casos de hipertensão, insônia, pessoas que passaram a ser medicadas com remédios controlados. Fazendo terapia para aguentar o estresse, eu consigo me controlar, mais tem colegas que não conseguem metabolizar isto, estamos sempre cansados, sensação de exaustos. (Depoente 07)

Com apenas uma exceção, todos os entrevistados citaram o adoecimento por conta do estresse, sendo assim, a produtividade é menor e os afastamentos se tornam presentes. O afastamento médico pode visar a recuperação da saúde como um mecanismo de defesa utilizado contra a tensão derivada do exercício docente, uma forma de atingir um alívio para escapar das tensões acumuladas³⁹.

Estudos demonstraram que o estresse e seus efeitos interferem não apenas nas consequências sobre o corpo e mente humana, mas também na qualidade de vida, afetando principalmente, a longevidade^{16,39}.

Considerações finais

Através do presente estudo, pode-se perceber que os profissionais participantes da pesquisa consideram sua profissão estressante e seus efeitos refletidos na saúde. Como já mencionado, a resposta ao estresse é um processo individual e

que para algumas pessoas a percepção e agravos são maiores, porém, todos os entrevistados citaram passar por situações geradoras de estresse, como a cobrança, o uso de autoridade, atrasos de salário e sobrecarga de trabalho.

Discorrendo sobre a saúde dos participantes, observamos que o trabalho está intimamente relacionado com a saúde e a doença de quem está exercendo as funções. Sendo assim, é de importante valia que haja na instituição um serviço de saúde que possa assistir este trabalhador para que não haja prejuízo em sua saúde física e mental e comprometimento de sua produtividade.

Acreditamos que as atividades desenvolvidas e a ausência de organização pelos profissionais em seu ambiente de trabalho contribuem para a presença de estresse, o que leva a refletir sobre a importância de se desenvolver um trabalho didático e participativo de todos os envolvidos, onde a execução do trabalho seja discutida e programada.

As condições de trabalho constituem um fator predisponente para gerar estresse, e estas condições englobam tudo que influencia o próprio trabalho. Incluindo: o ambiente, os meios, a tarefa, a jornada, a organização do trabalho, a alimentação, o salário e as relações interpessoais.

Diante dos fatos apresentados concluímos que os enfermeiros preceptores contribuem muito para o processo de desenvolvimento dos estudantes além de desempenhar um importante papel na formação, inserção e socialização do graduando no ambiente de trabalho.

Os resultados desta pesquisa somam-se a outros estudos e confirma que o estresse pode ser um fator desencadeante de doenças. Dentro desse contexto, nota-se a necessidade de se traçarem estratégias eficientes, por meio da iniciativa colaborativa envolvendo toda a instituição acadêmica, exigindo não apenas o conhecimento dos fatores geradores de estresse, como também

a tomada de medidas preventivas proporcionando ao grupo estudado condições de bem estar durante a jornada de trabalho, prevenindo agravos à saúde desses trabalhadores.

Referências Bibliográficas

- 1- Marx, K. O Capital. 14 ed. São Paulo: Difel, 1994. V. 1.
- 2- Mendes, R.B.G. Práticas de Saúde: processos de trabalho e necessidades. São Paulo: Centro de Formação dos trabalhadores em saúde da secretaria municipal de saúde, 1992. (Cadernos Cefor, 1 - Série textos).
- 3- Condições de trabalho In: Dicionário do Aurélio. Disponível em: <http://www.dicionariodoaurelio.com/>. Acesso em: 20/08/2012.
- 4- Junior, J.H.V.L, Esther, A.B. Transições, prazer e dor no trabalho de enfermagem. RAE Revista de administração de empresas. Julho/Setembro 2001 SP v. 41 n. 3 p. 20-30 Disponível em: www.scielo.br/pdf/rae/v41n3/v41n3a03.pdf. Acessado em: 20/05/2012.
- 5- Siqueira, M.M. Relações de trabalho em hospitais de Belo Horizonte. Tese (Professor Titular) - Faculdade de Ciências Econômicas, Universidade Federal de Minas Gerais, 1991. Disponível em: www.scielo.br/pdf/rlae/v3n1/v3n1a05.pdf. Acessado em: 10/03/2012.
- 6- Castro, A.G, Bueno, I., Lima, L.P., Prado, M.P., Vasquez, G. Estresse No Trabalho. Secretariado Em Revista, 2009. Faculdade De Sant' Ana. Disponível Em: http://www.iessa.edu.br/cursos/secretariado/revista_eletronica.pdf#page=12. Acessado em: 11/03/2012.
- 7- Schneider, T.C., A Relação do Ambiente Psicossocial do Trabalho e o Estresse Laboral. Novo Hamburgo 2006. Disponível em: <http://ged.feevale.br/bibvirtual/Monografia/MonografiaTaniaSchneider.pdf>. Acessado
- 8- Botti, S.H.O., Rego, S. Preceptor, Supervisor, Tutor e Mentor: Quais são Seus Papéis? Revista brasileira de Educação Médica, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, em: 20/01/2012.2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022008000300011&script=sci_arttext. Acessado
- 9- Ferreira, E.M., Fernandes, M.F.P., Prado, C., Baptista, P.C.P., Freitas, G.F., Bonino, B.B. Prazer e sofrimento no processo de trabalho do enfermeiro docente. Rev Esc em: 22/03/2012. Enferm USP 2009; Disponível em: www.scielo.br/pdf/reeusp/v43nspe2/a25v43s2.pdf. Acessado em: 24/05/2012.
- 10- Barboza, D.B., Soler, Z.A.S.G. Afastamento do trabalho na enfermagem: ocorrências com trabalhadores de um hospital de ensino. Revista latino-am 2003. Marco/ abril Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid. Acessado em: 10/04/2012.
- 11- Arent H; Marx K. O mundo do trabalho. 2 edição. São Paulo: Ateliê, 2002, pag. 62.
- 12- Antunes, R. Os Sentidos do Trabalho: ensaios sobre a afirmação e a negação do trabalho. São Paulo: Boitempo, 1999. Disponível em: <http://www4.fct.unesp.br/ceget/PEGADA112/10 OPCIT1102.pdf>. Acessado em: 10/05/2012.
- 13- Cristophoro, R., Waidman, M.A.P. Stresse: condições de trabalho em docentes universitários. Revista ciência, cuidado e saúde, Maringá 2002. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/5692>. Acessado em: 20/05/2012.

- 14- Marziale, M.H.P., Silva, D.M.P.P. Absenteísmo De Trabalhadores De Enfermagem Em Um Hospital Universitário. *Rev.latino-am.enfermagem*. Ribeirão Preto. 8 (5): 44-51. outubro 2000. Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=0000094&lng=pt&nrm=iso. Acessado em: 10/05/2012.
- 15- Gomes, L. Trabalho Multifacetado de Professores/ As: A Saúde Entre Limites. Rio De Janeiro. FIOCRUZ. Dissertação de Mestrado, 2002. Disponível em: <http://portaldesicic.fiocruz.br/transf.php?script=thes%5Fcover&id=000094&lng=pt&nrm=iso>. Acessado em: 11/07/2012.
- 16- Cristophoro, R., Waidman, M.A.P. Estresse e Condições de Trabalho: um estudo com docentes do curso de enfermagem da UEM, Estado do Paraná. *Acta Scientiarum*, Maringá, 24 (3):757-763, 2002. Disponível em: eduejojs.uem.br/ojs/index.php/.../article/.../1675. Acessado: 20/10/2012.
- 17- Stacciarini, J.M., Tróccoli, B.T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Revista latino-am enfermagem* 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692001000200003&lng=es&nrm=iso. Acessado em: 14/10/2012.
- 18- Chizzotti, A Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais. 6ª Edição São Paulo: Cortez, 2003.
- 19 - Gil, A.C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 5ed. São Paulo: Atlas, 1999. 207p.
- 20 - Minayo, M.C.S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 11.ed. São Paulo: HUCITECABRASCO, 2008.
- 21 - Resolução n.196/96 de 10 de outubro de 1996. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde, 1996.
- 22- Minayo, M.C.S. Pesquisa social, teoria, método e criatividade. 21 ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 2002.
- 23- Vilela, R.A.T. O trabalho do professor nas condições de adversidades: escola, violência e profissão docente. Pontificia Universidade Católica de Minas Gerais, BH. Setembro de 2006. Disponível em: www.pucminas.br/.../PUA_ARQ_ARQUI2012082810. Acessado em: 22/07/2012.
- 24- Dejours, C., Abdoucheli, E., Jayet, C. Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1994.
- 25- Mascaro, S.A.C. O assédio moral no ambiente do trabalho. Disponível em: http://fortium.edu.br/blogvaleria_martinsfiles/201010Ass%C3%A9dio%20moral-21.pdf. Acessado em: 13/09/2012.
- 26- Florindo, V. Dano moral e o direito do trabalho. 3. ed. Rev. ampl. São Paulo: LTr, 1999.
- 27- Oliveira, C., Costa, K.O. O papel dos líderes nos dias atuais. Disponível em: [httpqi.com.br/posgraduacaoproducaoacademicafiles/Artigo%20%20Camilla%20de%20Oliveira%20Mallmith%20e%20Karen%20Oliveira%20Costa.pdf](http://qi.com.br/posgraduacaoproducaoacademicafiles/Artigo%20%20Camilla%20de%20Oliveira%20Mallmith%20e%20Karen%20Oliveira%20Costa.pdf). Acessado em: 13/09/2012.
- 28 - Avila Rosemari, Pedrotti de. As consequências do assedio moral no ambiente de trabalho. São Paulo. LTr. 2009
- 29 - Barreto M. Violência, saúde e trabalho: uma jornada de humilhações. São Paulo: EDUC - Editora da PUC-SP; 2003.
- 30- Hirigoyen, Marie-France. Assédio moral: a violência perversa no cotidiano. 7. ed. Rio de Janeiro: Bertrand, 2005.
- 31- Schwartz, Y. Trabalho e valor. *Tempo Social; Rev.Sociol. USP*, S. Paulo, 8(2): 147-15 Disponível em: http://www.fflch.usp.br/sociologia/temposocial/site/images/stories/edicoes/v082/trabalho_e_valor.pdf. Acessado 30 de agosto de 2012.

32- Roberta Cova Pafarol; Milva Maria Figueiredo De Martino. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas Rev. esc. enferm. USP. 38(2). São Paulo, June, 2004.

33- Armada, C.A.S. Assédio moral no trabalho. Disponível em: www.odireito.com/default.asp?SecaoID=10&SubSecao=1&ConteudoID=000188&SubSecaoID=28. Acesso em: 01/08/2012.

34- Pereira, M.C.A.P., Fávero, N. A motivação no trabalho da equipe de enfermagem. Rev. Latino-Am. Enfermagem, 9 (4). Ribeirão Preto, 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692001000400002. Acessada em 12/08/2012.

35- Couto, H.A. Stress e qualidade de vida dos executivos. Rio de Janeiro: COP, 1987. 95p.

36- Oliveira, D.A., Gonçalves, G.B.B., Melo, S.D., Fardin, V., Mill, D. Transformações na Organização do Processo de Trabalho Docente e o Sofrimento

do Professor. Disponível em: <http://www.redeestrado.org/web/archivos/publicaciones/10.pdf>. Acessada em 12/08/2012

37- Cavalcante, J.Q.P., Neto, J., Ferreira, F. O Direito do Trabalho e o assédio moral. Disponível em: www.jus.com.br. Acesso em: 28 de agosto de 2012.

38- Silva, J.L.L., Melo, E.C.P. Estresse e implicações para o trabalhador de enfermagem. Disponível em: <http://www.uff.br/promocaodasaude/informe>. Acessado em 30/08/2012

39- Paschoalino, J.Q.B. O Professor Adoecido Entre o Absenteísmo e o Presenteísmo. VII Seminário Redestrado - Nuevas Regulaciones en América Latina, Buenos Aires, 3, 4 y 5 de Julio de 2008. Disponível em: http://www.fae.ufmg.br/estrado/cdrom_seminario_2008/textos/trabajos/O%20PROFESSOR%20ADOECIDO%20ENTRE%20O%20ABSENTE%20E%20O%20PRESENTE%20C3%84D%20SMO.pdf. Acessado: 10/08/2012.