



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

ESTRATÉGIAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM PARA ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE NO TRABALHO¹

**Carmem Layana Jadischke Bandeira², Letícia Fussinger³, Jaqueline
Raimundi⁴, Alexa Pupiará Flores Coelho⁵, Fernanda Sarturi⁶**

¹ Trabalho desenvolvido a partir de proposta da disciplina de “Enfermagem em Saúde do Trabalhador” vinculada ao 8º semestre do curso de graduação em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões/RS.

² Aluna do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria - UFSM/PM, carminhab.2010@hotmail.com

³ Aluna do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria - UFSM/PM, letifussinger@hotmail.com

⁴ Aluna do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria - UFSM/PM, jakeraimundi@hotmail.com

⁵ Enfermeira doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria-UFSM, docente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria-UFSM/PM, alexa.coelho@ufsm.br

⁶ Enfermeira doutora em Educação pela Universidade Federal de Santa Maria-UFSM, docente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria-UFSM/PM, fesarturi@gmail.com

Resumo

Introdução: O estresse no trabalho é atualmente um dos principais responsáveis por patologias de ordem física e mental dentre os trabalhadores. O trabalho da enfermagem é desencadeador de estresse, visto que o ambiente onde está inserida requer atuação conjunta de uma equipe comprometida com o processo de trabalho e responsável pela vida do paciente, estando exposta a sobrecarga de trabalho. **Objetivo:** Discutir e refletir sobre as estratégias de enfermagem para o enfrentamento do estresse no trabalho. **Resultado:** É necessário que a equipe de enfermagem utilize estratégias de enfrentamento do estresse no trabalho. Para que isso ocorra é imprescindível que o profissional tenha conhecimento do processo de estresse, possibilitando a criação de mecanismos de defesa, adaptação ao estresse e distanciamento das situações estressantes. **Conclusão:** A equipe de enfermagem deve dispor de condições dignas de trabalho, reconhecendo fatores estressantes, bem como desenvolvendo estratégias para o enfrentamento do estresse na perspectiva de amenizá-lo.

Introdução

O trabalho caracteriza-se por ser uma prática inerente ao homem e que possui papel significativo na sociedade. É através do trabalho que são ampliadas as relações interpessoais e são supridas as necessidades humanas, constituindo-se muitas vezes, como fonte de prazer (CAIRES, ARRUDA, SANTOS, 2013).



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

Por outro lado, Dejours (1994) afirma que não existe trabalho sem sofrimento. O estresse no trabalho é atualmente um dos principais responsáveis por patologias de ordem física e mental dentre os trabalhadores. Isso ocorre quando a equipe não dispõe de estratégias eficientes para se proteger dos riscos gerados no trabalho (CAIRES; ARRUDA; SANTOS, 2013).

O trabalho é um meio que pode trazer satisfação e crescimento, no entanto, ele acaba algumas vezes sendo um ambiente de adoecimento. O estresse pode ser causador de doenças como hipertensão, coronarianas e imunológicas. (CALDERERO; MIASSO; CORRADI-WEBSTER, 2008). Este fator pode interferir no indivíduo, tanto na sua vida profissional, quanto familiar e na comunidade, por ser fonte de esgotamento, causando dificuldade para aliar tais relações.

As ocorrências evidenciadas no trabalho, como a falta de reconhecimento, baixa remuneração, desrespeito, conflitos nas relações interpessoais falta de incentivo e autonomia, frustração, são casos comuns e recorrentes na vida dos profissionais de saúde, na equipe de enfermagem (PEREIRA et al. 2016).

O estresse está relacionado com o menor desempenho e qualidade no serviço prestado pelo trabalhador, estando sujeito a erros o que ocasiona maiores gastos financeiros, isto em consequência da menor satisfação e bem-estar do mesmo. Os profissionais de enfermagem estão diariamente expostos a fatores estressantes por excesso de carga de trabalho, atividades complexas realizadas por eles (GOMES; SANTOS; CAROLINO, 2013).

A preocupação é maior com profissionais de enfermagem, visto que representam o maior número na área da saúde, e são eles quem prestam o cuidado 24 horas por dia, estando expostos a situações de dor, morte e relações de confrontos interpessoais e falta de independência profissional (CRUZ; ABELLÁN, 2015).

O trabalho exerce influência significativa na vida do ser humano, marcando sua existência humana, pois como ressaltam Silva et al. (2015) o mesmo está presente em pelo menos um terço do dia, porém refletindo em todos os seus momentos de vida. O estresse ocupacional no modo de vida atual tornou-se fonte de preocupação e é reconhecido como um dos riscos ao bem estar psicossocial do trabalhador. O desenvolvimento de alternativas que visem à diminuição do sofrimento físico e emocional e que promovam melhorias no ambiente organizacional e na qualidade de vida do trabalhador faz-se necessário.

Conceitualmente, o estresse é definido como uma resposta orgânica não específica para situações estressoras ao organismo (SELYE, 1975). Mesmo as situações positivas podem produzir estresse, quando são exigidas mudanças e adaptação. No que se refere às consequências positivas e negativas do estresse, são utilizados os termos *distresse* e *eustresse*. O *eustresse* é o estresse da realização, uma resposta positiva do organismo a um estímulo, predominando a alegria, podendo haver momentos de ansiedade leve. Já o *distresse* é um fenômeno negativo que pode gerar danos ao organismo, prevalecendo a ansiedade destrutiva, medo, tristeza e raiva (SELYE, 1974).

Gouvêa et al. (2016) refere que os agentes estressores podem ser elementos físicos, cognitivos ou emocionais, e que a percepção do desgaste pode ser definida como uma sensação de que o



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

indivíduo está sendo exigido além dos seus limites de resistência. Lima et al. (2015) reforça que são inúmeros os fatores que podem desencadear o estresse entre profissionais da área da saúde, sendo o ambiente associado ao cenário de tensões é visto como fator principal. Silva e Silva (2015) apontam que as consequências do estresse atingem o trabalhador causando um impacto em toda a sua rede de apoio, círculo social e na sociedade como um todo.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) configura o estresse como uma epidemia, atingindo mais de 90% da população mundial. Este é responsável pela diminuição do desempenho e do bem-estar do profissional, pelo absenteísmo, pela diminuição da qualidade dos serviços prestados e pelo aumento do número de erros (RIBEIRO et al., 2015).

O estresse está presente em toda atividade desenvolvida pelo ser humano, porém a forma como o indivíduo reage determinará o impacto deste em seu processo saúde e doença (CAIRES; ARRUDA; SANTOS, 2013).

Caires et al. (2013) discorre que a Enfermagem compõe uma lista das profissões desgastantes, uma vez que a equipe está exposta a fatores de risco de natureza física, química, biológica, ergonômica e psicossocial.

O trabalho da enfermagem é desencadeador de estresse, visto que o ambiente onde está inserida requer atuação conjunta de uma equipe comprometida com o processo de trabalho e responsável pela vida do paciente, estando exposta a sobrecarga de trabalho, longas jornadas de trabalho, escassez de recursos, pressão de chefia, conflitos entre equipe e cobrança de familiares (RIBEIRO et al., 2015).

O estresse também pode ser associado a outros agravos como a ansiedade, depressão e síndrome de *burnout*. A insatisfação pelo ambiente de trabalho, a condição socioeconômica dos trabalhadores, a falta de controle perante o trabalho e o baixo apoio e reconhecimento social corroboram como fatores determinantes para o aparecimento do estresse (FILHO; ALMEIDA, 2016).

Somado a isso, suas atribuições, as condições de trabalho, às vezes precárias e a desvalorização profissional, podem contribuir para o desgaste do profissional e a instabilidade em sua vida familiar ou individual, o que com o decorrer do tempo repercute em sua saúde (PEREIRA et al., 2016), devendo a equipe de enfermagem desenvolver estratégias para enfrentar o estresse no trabalho (CAIRES; ARRUDA; SANTOS, 2013).

Conscientes de que o estresse pode contribuir para a etiologia de várias doenças graves e afetar profundamente a qualidade de vida das pessoas (FILHO; ALMEIDA, 2016), o objetivo deste estudo é discutir e refletir sobre as estratégias de enfermagem para o enfrentamento do estresse no trabalho.

Neste sentido, a pergunta que norteará este estudo é: “Como a equipe de enfermagem, em conjunto, pode tecer as estratégias de enfrentamento para o estresse no trabalho?”.



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

Metodologia

Trata-se de uma análise crítica reflexiva desenvolvida a partir de proposta da disciplina de “Enfermagem em Saúde do Trabalhador” vinculada ao 8° semestre do curso de graduação em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria – Campus Palmeira das Missões/RS. A proposta se voltou à construção de uma síntese reflexiva a partir de busca e teorização em material científico. O objetivo era que o discente compreendesse as possibilidades de promoção de saúde no trabalho de enfermagem a partir da busca do conhecimento disponível em livros e artigos científicos.

Sendo assim, este trabalho foi composto a partir desta construção intelectual e de discussões acadêmicas em sala de aula referente a medidas de enfrentamento do estresse no trabalho pela equipe de enfermagem, visto que o estresse causa consequências negativas para os indivíduos e para as organizações.

Resultados

Na perspectiva de que o estresse cause sofrimento para o profissional de enfermagem, podendo interferir nas relações interpessoais e no processo do cuidado, torna-se necessário que a equipe de enfermagem utilize estratégias de enfrentamento do estresse no trabalho.

As estratégias de enfrentamento são também conhecidas na literatura pelo termo *coping*. O *coping* é definido como uma variável individual representada pelas formas como as pessoas comumente reagem ao estresse, determinadas por fatores pessoais, exigências situacionais e recursos disponíveis (MATURANA; VALLE, 2014).

Atualmente, é possível identificar vários trabalhos enfocando os mais diversos aspectos do estresse, porém estratégias para enfrenta-lo ainda é um assunto recente e pouco discutido (CAIRES; ARRUDA; SANTOS, 2013).

Para o enfrentamento do estresse, é imprescindível que o profissional tenha conhecimento do processo de estresse, possibilitando a criação de mecanismos de defesa, adaptação ao estresse e distanciamento das situações estressantes (PEREIRA et al., 2016). Segundo autores, para que os trabalhadores de enfermagem sejam capazes de diminuir, é fundamental que saibam identificar os elementos envolvidos em seu cotidiano que culminam no sofrimento, a fim de que sejam capazes de se mobilizar em direção à transformação do seu trabalho (MARIANO; CARRERA, 2016). Para isso, é fundamental que o estresse seja um tema debatido no cotidiano de trabalho dos trabalhadores de enfermagem, a fim de que os mesmos reconheçam os elementos que estão envolvidos em sua ocorrência.

A criação e manutenção de espaços de diálogo entre os trabalhadores de enfermagem e saúde é uma medida primordial para a promoção da saúde do trabalhador. O reconhecimento dos elementos envolvidos no estresse demandam, primeiramente, a quebra dos silêncios em relação ao sofrimento no trabalho, por meio de espaços e momentos em que o movimento de fala e escuta



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

entre os trabalhadores de enfermagem seja valorizado (LAMB et al., 2017). Sendo assim, reuniões de equipe e ações de educação permanente podem contribuir para a potencialização destes espaços e para a humanização do ambiente de trabalho.

A partir do momento em que os trabalhadores de enfermagem são capazes de reconhecer os gatilhos de estresse presentes em seu cotidiano de trabalho, a equipe pode, em conjunto e com auxílio dos gestores, pensar e estruturar ações para a construção das estratégias de enfrentamento. A equipe de enfermagem poderá desenvolver oficinas sobre o processo de estresse e a prevenção do mesmo e dialogar com a administração institucional acerca da possibilidade de contratação de um maior número de profissionais para redução da sobrecarga de trabalho. Poderá solicitar ações de educação permanente que abordem a prevenção de situações de assédio no trabalho e que ofereçam suporte para lidar com situações de conflito no trabalho e na vida pessoal. Além disso, solicitar a atuação de profissional de psicologia para atendimento individual dos trabalhadores pode ser uma medida válida, além de estimular a autonomia da equipe, a realização de atividades físicas para alívio da tensão, dimensionar recursos humanos e materiais e valorizar o trabalho de cada profissional (BOLLER, 2002).

Concomitantemente, um estudo realizado por Maturana e Valle (2014) demonstrou que as estratégias de *coping* mais utilizados pelos enfermeiros são a resolução de problemas e reavaliação da prática profissional. Isso demonstra que o gerenciamento das demandas de trabalho pode auxiliar na diminuição da sobrecarga de trabalho e, portanto, na diminuição do estresse no trabalho.

Os tipos de Coping citados no estudo de Lima (2015) são: suporte social, que é uma forma de enfrentamento, em que o indivíduo busca apoio no coletivo para enfrentar as situações estressoras; autocontrole baseia-se na manutenção do equilíbrio, afim de não agir por impulso; afastamento e fuga-esquiva, que é a procura pelo distanciamento da situação, até mesmo a sua não resolução; confronto é entendido como forma de enfrentamento no qual o indivíduo tenta combater com esforços contrários, reavaliação positiva é a forma de enfrentamento onde o indivíduo tenta reorganizar a situação, visando amenizar a carga emotiva dos problemas; aceitação de responsabilidade é a estratégia na qual o profissional assume sua culpa em determinada situação na tentativa da sua resolução.

Além do cenário de estresse a que é submetido o sujeito, a maneira como ele reage à determinada situação pode influenciar no aumento ou diminuição da ocorrência. Desta forma é necessário avaliar não somente o acontecimento causador do estresse, mas também como cada pessoa reage e lida com o mesmo. Algumas das estratégias seriam conversar com a pessoa sobre a situação, informar-se sobre, negociar alternativas possíveis, até a realização de atividades esportivas e ainda tentar evitar tais ocorrências (CALDERERO; MIASSO; CORRADI-WEBSTER, 2008).

O enfrentamento também poderá ser realizado através da comunicação, de reuniões de equipe, "pausas para um café", mudanças positivas no ambiente de trabalho, motivação da equipe, realização de grupos de apoio para melhoria da autoestima, boas relações no trabalho e principalmente o reconhecimento do trabalho. Sendo assim, a literatura mostra que a potencialização das relações e do processo de trabalho pode culminar na diminuição do estresse,



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

sendo importante que os próprios trabalhadores de enfermagem estejam envolvidos no protagonismo destas ações.

Discussão

O enfrentamento do estresse requer adaptação da pessoa ao contexto em que vive e trabalha. Contudo, os trabalhadores de enfermagem tendem a deparar-se com situações que exigem grandes enfrentamentos, uma vez que o trabalho desses profissionais inclui o contato direto e intenso com pessoas (CAIRES; ARRUDA; SANTOS, 2013).

Os fatores estressores devem ser enfrentados conforme o que eles significam para a pessoa, o enfrentamento requer superar o que estaria lhe causando o estresse, identificando cada um desses estressores, direcionando enfermeiros e gestores na resolução dos problemas (RIBEIRO et al., 2015).

Estudo realizado por Pereira et al. (2016), mostrou que 62,30% do estresse do pessoal de enfermagem provém do trabalho desenvolvido, evidenciando os efeitos deletérios à saúde e à qualidade de vida deste trabalhador.

Alguns dos motivos são de que esses profissionais necessitam de maior atenção durante a execução da assistência prestada, na questão da prevenção de acidentes de trabalho e também com a contaminação. A pressa, a necessidade de tomada de decisões rápidas, as pressões dos superiores, as particularidades institucionais e burocráticas, também são considerados. Os efeitos do estresse afetam a pessoa e seu meio social, como amigos e família, podendo inicialmente ocorrer sintomas como cansaço mental, dificuldade de concentração, perda de memória, e em fases avançadas pode causar doenças como hipertensão, impotência sexual, diabetes, entre outras (MATURANA; VALLE, 2014).

Os programas de intervenção comumente utilizados para prevenir ou reduzir o desenvolvimento do estresse são direcionados ao indivíduo, à organização ou, ainda, mistos, quando abrangem os aspectos individuais. Quando direcionados aos indivíduos, os programas geralmente visam ampliar e qualificar as habilidades pessoais do trabalhador, suas estratégias de enfrentamento, aumentar a competência profissional estimulando a formação continuada, reformular a execução do trabalho buscando novas formas de realização, estimular atividades extra laborais na forma de prática de exercícios físicos, de esportes, de relaxamento e busca de algum *hobby* particular, realizar momentos de descansos durante o trabalho e projetar objetivos reais de serem alcançados. Quando direcionados à organização, os programas enfocam mudanças no ambiente organizacional, como procedimentos de trabalho, reestruturação de tarefas, avaliação do trabalho e supervisão com o intuito de diminuir a demanda de trabalho, aumentando o controle sobre o mesmo ou o nível de participação nas tomadas de decisões (DECEZARO, 2014).

Algumas técnicas de enfrentamento ainda podem ser executadas, realizando o planejamento das atividades e o reconhecimento dos diferentes saberes de cada profissional com destaque nas suas experiências, contribuindo na qualidade de vida e saúde destes trabalhadores. A autonomia e a



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

participação nas decisões da equipe são de grande importância, a diminuição da sobrecarga da mesma forma. A presença contínua do estresse no profissional de enfermagem, associada à insatisfação profissional, assim como aos outros agentes, sugere a síndrome de Burnout (SANTOS, 2010).

Melo (2014) relata um Programa de prevenção para manejo de estresse e Síndrome de Burnout, o mesmo é realizado juntamente com toda a equipe, cujas etapas são: informar sobre a Síndrome de Burnout, suas principais características, sintomas e consequências; estimular o reconhecimento e a existência dos estressores presentes na profissão; reconhecer as estratégias saudáveis para lidar com os estressores específicos da profissão; construir o plano de gerenciamento do estresse, como ferramenta de apoio para auxiliar o profissional no manejo e prevenção do estresse; desenvolver habilidades para a promoção da saúde mental do profissional perante situações de sofrimento emocional ao qual estão expostos na sua profissão; instruir, modelar, reforçar, ensaiar e generalizar condutas alternativas frente às demandas da vida laboral profissional e pessoal, principalmente aquelas relacionadas à competência interpessoal; realizar o fechamento do trabalho e a integração temática de cada encontro e, por fim, realizar a avaliação final da intervenção.

Neste tipo de intervenção grupal, os depoimentos e a discussão geral são especialmente importantes, pois as trocas de experiências estimulam a aquisição de habilidades em prevenir recorrências ou prejuízos psicossociais ocasionados por determinados agravos, cuja linguagem clara e objetiva das informações esclarece dúvidas quanto ao caráter do agravo e seu tratamento, desse modo, diminuindo preconceitos e favorecendo a aderência. Por fim, deve-se destacar que ao realizar estratégias de enfrentamento dos estressores, é necessário considerar a natureza do estressor, a disponibilidade de recursos e o resultado do esforço.

Conclusão

O estresse é o resultado da influência entre o meio e o indivíduo. O modo de vida atual favorece a criação de ambientes estressantes, tendo em vista a dificuldade de adaptação rápida e suficiente diante das tensões vividas no dia a dia, refletindo de maneira direta no comportamento humano e em sua forma de viver (ANDRADE; LAGANÁ de ANDRADE, 2005).

Cuidar, apesar de ser uma admirável arte, é uma das mais difíceis de se desenvolver, pelo fato de lidar com o sofrimento e angústias do outro, acarretando no profissional, muitas vezes, o sentimento de sensibilidade, preocupação, desgaste e vários outros (SANTOS, 2010). Portanto é de extrema importância a realização de mais estudos e desenvolvimento de estratégias que interfiram de forma contundente a relação do profissional com o ambiente de trabalho, a fim de proporcionar elementos de diminuição do estresse.

Desta forma, a equipe de enfermagem, em conjunto, deve atuar como protagonista na busca e promoção de condições dignas de trabalho, reconhecendo fatores estressantes, bem como desenvolvendo estratégias para o enfrentamento do estresse na perspectiva de amenizá-lo, prevenindo danos à saúde e prestando uma assistência de qualidade, assim consequentemente no



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

trabalho do profissional do serviço, além do acompanhamento no ambiente de trabalho ser realizado através de instituições de saúde.

Salienta-se que a prevenção é a melhor forma de garantir a saúde dos profissionais, que pode ser realizada e idealizada a partir das esferas individual, grupal e organizacional. Assim, o trabalho poderá ser encarado como uma fonte de realização e satisfação profissional e individual, com reflexos positivos para uma assistência de qualidade.

Destaca-se o relacionamento interpessoal, a diminuição de conflitos entre a equipe, as habilidades relacionadas com a comunicação e competência de cada trabalhador, saber enfrentar os embates da melhor maneira possível. Prevenir doenças no local de trabalho se faz necessário, pois é o ambiente no qual o trabalhador passa grande parte do seu tempo, sendo que o mesmo é um alicerce para a sua vida familiar e social.

Palavras-chave: Saúde do Trabalhador; Qualidade de Vida; Estresse Ocupacional.

Referências

ANDRADE, C. L.; LAGANÁ DE ANDRADE, N. O. P. Psicossomática. Figueiró, JAB, Angelotti, G. & Pimenta, CAM Dor e saúde mental, p. 111-122, 2005.

BOLLER, E. O enfrentamento do estresse no trabalho da enfermagem em emergência-possibilidades e limites na implementação de estratégias gerenciais. 2002. 200 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem - Área de Concentração: Filosofia, Saúde e Sociedade) - Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC, 2002.

CAIRES, C. A; ARRUDA, T. O; SANTOS, C. M. F. Estratégias de enfrentamento do estresse utilizadas pela equipe de enfermagem. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho) - Escola Bahiana de Medicina e Saúde pública. Brotas, BA, 2013.

CALDERERO, A. R. L.; MIASSO, A. I.; CORRADI-WEBSTER, C. M. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de enfermagem de Pronto Atendimento. Revista Eletrônica de Enfermagem. v.10 n.1 p.51-62, 2008.

CRUZ, S. P. de la; ABELLÁN, M. V. Desgaste profissional, stress e satisfação no trabalho do pessoal de enfermagem em um hospital universitário. Rev. Latino-Am. Enfermagem. v.23 n.3 p.543-552, 2015.

DECEZARO, A. et al. O estresse dos enfermeiros que atuam na unidade de trapeia intensiva: uma revisão de literatura. Revista Uningá Rewiew. Maringá, v.19, n.2, p. 29-32, 2014.

DEJOURS, C. A loucura do trabalho. São Paulo: Oboré. 1994.

FILHO, I. M. M; ALMEIDA, R. J. Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no brasil: uma revisão integrativa. Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza, 29(3): 447-454, jul./set., 2016.



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

GOUVÊA, P. B. et al. Manifestações psicossomáticas associadas à Síndrome de Burnout referidas por trabalhadores da saúde. *Saúde, Santa Maria*, v.40, n.1, p. 45-52, 2016.

LAMB, F.A.; BECK, C.L.C.; COELHO, A.P.F.; BUBLITZ, S.; AOZANE, F. FREITAS, P.H. Defensive strategies of nursing workers in the pediatric emergency room. *Rev Rene*. 2017 jul-ago; 18(4):453-60.

LIMA, P. C. et al. Fatores estressores e as estratégias de enfrentamento utilizadas por enfermeiros hospitalares: revisão. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, Bogotá, v.17, n.2, p. 51-65, 2015.

MARIANO, P.P.; CARREIRA, L. Defense strategies in the nursing work environment of longstay institutions for the elderly. *Rev Gaúcha Enferm*. 2016; 37(3):e58587.

MATURANA, A. P. P. M; VALLE, T. G. M. Estratégias de enfrentamento e situações estressoras de profissionais no ambiente hospitalar. *Psicol. hosp. (São Paulo)*vol.12 no.2 São Paulo dez. 2014.

MELO, L. P. Síndrome de burnout em bombeiros: prevalência, fatores de risco e proposta de intervenção. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande Do Sul. Porto Alegre, 2014.

PEREIRA, S. S et al. A relação entre estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento em profissionais de nível técnico de enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, 2016; 25(4):e2920014.

RIBEIRO, R. M. et al. Estratégias de enfrentamento dos enfermeiros em serviço hospitalar de emergência. *Acta Paul Enferm*. 2015; 28(3):216-23.

SANTOS, F. D. de et al. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto uma revisão da literatura. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*. V.6 n.1 p.13, 2010.

SELYE, H. Confusion and controversy in the stress field. *J Human Stress* 1975; 1(2):37-44.

SELYE, H. n. Filadélfia: Lippincott. 1974.

SILVA, D.P.; SILVA, M.N.R.M. O. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. *Revista Trabalho Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v.13, n.1, p. 201-214, 2015.

SILVA, V. F. et al. Fatores que influenciam no estresse ocupacional dos enfermeiros que atuam no Programa Saúde da Família. *Revista Científica Interdisciplinar*, Rio de Janeiro, v.2, n.2, p. 162-179, 2015.

TEIXEIRA, E. et al. Avaliação do nível de estresse do enfermeiro no ambiente de trabalho. *Nova Revista Científica, Contagem*, v.2, n.2, p. 1-14, 2013.



6° CONGRESSO INTERNACIONAL EM SAÚDE CISaúde

Vigilância em Saúde: Ações de Promoção,
Prevenção, Diagnóstico e Tratamento



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)