

**FACULDADE DE IPORÁ - FAI
CURSO DE ENFERMAGEM**

**KARLA KAROLINE FONSECA GARCIA
LORRAYNE BASTOS SILVA
PAULO HENRIQUE SILVA**

**CARGA DE TRABALHO E ANSIEDADE NA ÁREA DE ENFERMAGEM
EM IPORÁ - GO**

**IPORÁ (GO)
JUN/2021**

**KARLA KAROLINE FONSECA GARCIA
LORRAYNE BASTOS SILVA
PAULO HENRIQUE SILVA**

**CARGA DE TRABALHO E ANSIEDADE NA ÁREA DE ENFERMAGEM
EM IPORÁ - GO**

Trabalho de Conclusão do Curso, apresentado para obtenção do grau de Enfermeiro no Curso de Enfermagem na Faculdade de Iporá - FAI.

Orientador: Prof. Me. Jefferson E. S. Miranda

**IPORÁ (GO)
JUN/2021**

**KARLA KAROLINE FONSECA GARCIA
LORRAYNE BASTOS SILVA
PAULO HENRIQUE SILVA**

**CARGA DE TRABALHO E ANSIEDADE NA ÁREA DE ENFERMAGEM EM IPORÁ -
GO**

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado pela Banca Examinadora para obtenção do Grau de Enfermeiro, no curso de Enfermagem da Faculdade de Iporá – FAI

Iporá, 22 de junho de 2021.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Jefferson Eduardo Silveira Miranda (UESC/FAI) – Orientador

Prof.

Prof.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter me permitido chegado até aqui. A minha família por ter acreditado no meu potencial. Aos meus professores, nos quais me inspirei, com um único objetivo, vencer.

A Enfermagem é uma arte; e para realizá-la como arte, requer uma devoção tão exclusiva, um preparo tão rigoroso, quanto a obra de qualquer pintor ou escultor; pois o que é tratar da tela morta ou do frio mármore comparado ao tratar do corpo vivo, o templo do espírito de Deus? É uma das artes; poder-se-ia dizer, a mais bela das artes!

Florence Nightingale

SUMÁRIO

Título.....	07
Resumo.....	07
Introdução.....	08
Material e métodos.....	09
Resultados e Discussão.....	10
Conclusão.....	16
Referências.....	16

CARGA DE TRABALHO E ANSIEDADE NA ÁREA DE ENFERMAGEM EM IPORÁ - GO

Resumo

Esta pesquisa tem por finalidade elencar e suscitar quais os fatores influenciam o desenvolvimento de ansiedade nos profissionais de enfermagem. O trabalho é relevante, de caráter quali-quantitativa e investigativo, fundamentado em pesquisas bibliográficas, artigos, revistas eletrônicas e questionário, direcionado à vinte e três profissionais ativos da área, quanto a influência da carga horária no nível de stress da profissão. Pontua a vinculação que o ambiente hospitalar, carga horária se torna um estressor que atinge a saúde mental do enfermeiro, assim como a vivência, o tratamento dos pacientes em ambientes hospitalares, fazendo com que o acompanhamento direto e contínuo pode desencadear o Transtorno de Ansiedade. A análise dos dados, juntamente com o cruzamento das informações questionadas, mostrou que o exercício da enfermagem é, em potencial, suscetível ao desenvolvimento de problemas de saúde como ansiedade e mental.

Palavras-Chave: Transtorno de ansiedade. Enfermagem. Saúde mental.

Abstract:

This research aims to list and raise which factors influence the development of anxiety in nursing professionals. The work is relevant, of a qualiquantitative and investigative nature, based on bibliographic research, articles, electronic journals and a questionnaire, directed to twenty-three active professionals in the area, regarding the influence of the workload on the level of stress in the profession. It points out the link that the hospital environment, workload becomes a stressor that affects the nurse's mental health, as well as the experiences, the treatment of patients in hospital environments, causing direct and continuous monitoring to trigger Anxiety Disorder. Data analysis, together with the crossing of questioned information, showed that the practice of nursing is potentially susceptible to the development of health problems such as anxiety and mental

Keywords: Anxiety disorder. Nursing. Mental health

INTRODUÇÃO

A ansiedade é o sofrimento psíquico relacionado à possibilidade de um futuro perigoso e incerto, assim considerado pelo indivíduo, que se sente despreparado para o possível enfrentamento (ANDRADE et.al., 2019). Nesse sentido, segundo Neder-Filha e Monteiro (2003), durante o processo de hospitalização as vivências de adoecimento incidem sobre familiares e a equipe de saúde, podendo interferir no seu imaginário e estado emocional.

O desgaste físico-psíquico e emocional tem sua origem nas relações que o profissional de enfermagem estabelece com o cliente, principalmente quando o prognóstico do indivíduo é debilitante e incapacitante. Essa situação de estresse diminui espaço para diálogos nas diferentes relações do profissional, facilitando a ocorrência de discórdias e rancores, o que aumenta o estresse pessoal e ambiente, diminui o número de relações confiáveis e isola o indivíduo enfermeiro. (LEMES, et. al., 2015).

De acordo Rocha et. al. (2020), os principais fatores que podem estar na origem de desenvolvimento de transtornos de depressão e ansiedade em enfermeiros, estão intimamente ligados a jornada de trabalho excessiva, insatisfação com a renda, risco de contaminação, conflitos de trabalho, falta de autonomia, falta de gerenciamento pessoal e estado civil. Partindo dessa realidade, a promoção de terapias grupais, espaços para discussões sobre os conflitos e situações estressoras no desenvolvimento dos trabalhos de enfermagem, e, identificar os fatores estressores e desencadeadores de ansiedade nesses profissionais, possibilitam à gestão das instituições de saúde, uma intervenção preventiva que impede o desenvolvimento de transtornos mentais e doenças ocupacionais e valoriza humanamente o pessoal de enfermagem (LEMES et. al., 2015).

Diante dessa exposição, a pesquisa buscou compreender a realidade dos profissionais de saúde de Iporá (GO) em relação a ansiedade. Assim, partiu da hipótese que a maioria dos profissionais de enfermagem já sofreram ou sofrem com ansiedade.

MATERIAL E MÉTODOS

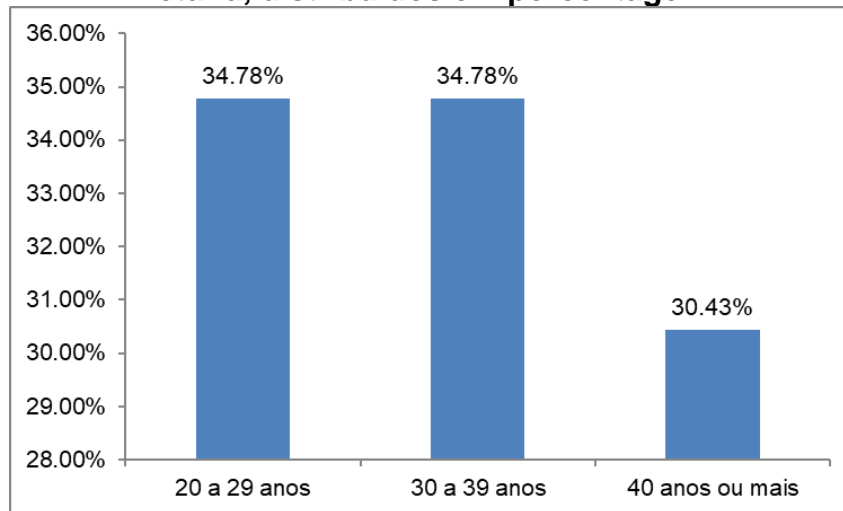
Esta pesquisa foi realizada através da aplicabilidade e preenchimento de questionário enviado através da plataforma Google Formulários para os participantes da pesquisa via rede sociais (*WhatsApp*) de forma individual para enfermeiros e técnicos de enfermagem da rede pública e privada. A pesquisa foi realizada nos meses de março e abril de 2021 na cidade de Iporá (GO). A seguir as perguntas contidas no formulário:

1. Sexo
 Masculino Feminino Outro
2. Faixa etária
 20 a 29 anos 30 a 39 anos Ou mais
3. Estado civil
 Solteiro Casado Divorciado Viúvo Outro
4. Formação acadêmica?
5. Tipo de instituição que trabalha:
 Pública Privada Pública e Privada
6. Você tem outra área de atuação? Qual?
7. Qual sua carga horaria semanal de trabalho?
 Até 24 horas Entre 25 e 36 horas Entre 36 e 64 horas
 Entre 65 e 120 horas Mais de 120 horas
8. Você se considera uma pessoa ansiosa?
 Sim Não
9. Acredita que sua carga de trabalho influencia na sua ansiedade?
 Sim, um pouco Sim, muito Não
10. O Ambiente de trabalho já foi um estressor?
 As vezes Sempre Nunca
11. Como você se sente após uma longa jornada de trabalho?

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao todo foram entrevistados 23 profissionais de enfermagem da rede pública e privado de Iporá (GO), que responderam a um questionário, abordando sobre nível de estresse causado em decorrência da jornada de trabalho. A maioria se divide em duas faixas etárias: entre 20 e 29 anos e entre 30 e 39 anos, mostrados na figura 01.

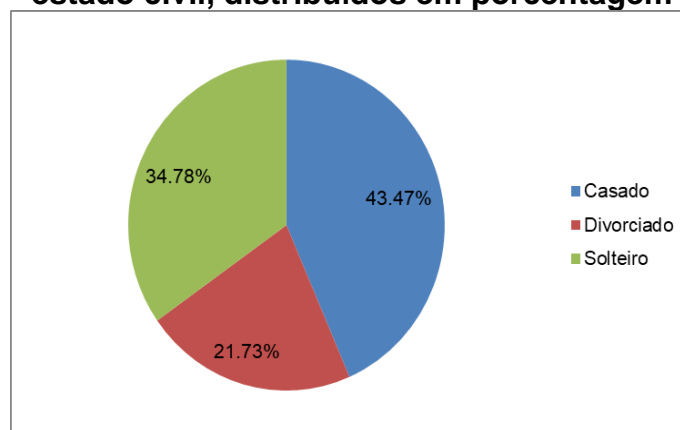
Figura 01. Representação dos participantes da pesquisa de acordo com a faixa etária, distribuídos em porcentagem



Dentre dessa compilação, mostrada na figura 01, cinco enfermeiros da rede pública dentre a faixa etária de 20 a 29 anos e três da rede privada, somando um total de 34,78%, responderam ao questionário. Enquanto na faixa etária de 30 a 39 anos na rede pública foram quatro enfermeiros e um na rede privada e três em ambas, advir um total de 34,78%; quanto que com a faixa etária de 40 anos acima na rede pública foram cinco e na rede privada dois, sendo um total de 21 enfermeiras do sexo feminino e dois do sexo masculino.

De acordo com as respostas observadas nos questionários, a maioria são casados, seguido por solteiros e divorciados, conforme observados na figura 02. Sendo 10 profissionais casados, oito solteiros e cinco divorciados.

Figura 02. Representação dos participantes da pesquisa de acordo com o estado civil, distribuídos em porcentagem

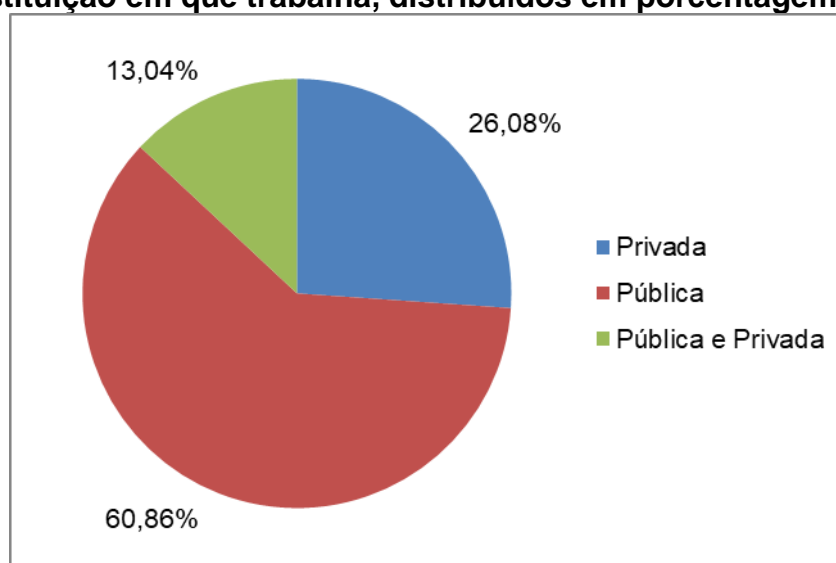


Quanto aos dados apresentados na figura 02, vale ressaltar, conforme Leahy (2011), aparentemente, há outros fatores, além do conforto material e da segurança. Um deles parece ser o nível de “conexão social” que experimentamos em nossas vidas. Ao longo do último século, nossos laços com outras pessoas passaram a ser menos estáveis e previsíveis. O divórcio é muito mais comum, e as famílias estão divididas e espalhadas. As chamadas famílias estendidas, em que as pessoas de um mesmo grupo familiar vivem juntas ou perto umas das outras, hoje é algo raro.

Se essa denominada conexão social, tem, de alguma forma, contribuído para o afastamento dos laços com outras pessoas, e conforme já descrevemos que o ambiente de trabalho também contribui para o isolamento do profissional de enfermagem, essa realidade pode agravar a sua saúde mental, uma vez que o mesmo tende a conviver com a individualidade e solidão.

No tocante ao local de trabalho, a pesquisa contemplou profissionais que atuam em equipes de saúde. De acordo com a instituição em que trabalham, se dividem entre pública e privada, observado na figura 03. Observa-se que dentro desse panorama dos 23 profissionais entrevistados 66,86% trabalham na rede pública enquanto que 26,080% na rede privada e 13,04% em ambas, ou seja, na rede pública e privada.

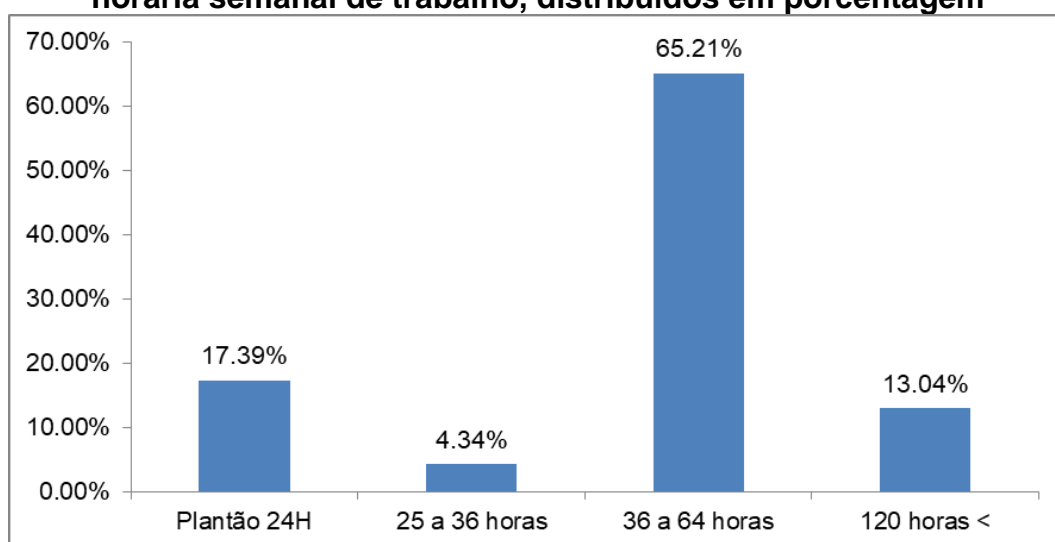
Figura 03. Representação dos participantes da pesquisa de acordo com o tipo de instituição em que trabalha, distribuídos em porcentagem



Ainda sobre o trabalho, quando questionados sobre a área de atuação a maioria disse que não atua em outra área, senão a enfermagem. Alguns, porém, admitiram atuar em mais de uma frente de trabalho, como agropecuária, cabeleira e maquiadora, professora, entre outras.

Outro item observado e de relevância para a pesquisa, é quanto a carga horária de trabalho semanal. Conforme se observa na figura 04, a maioria se divide com carga horária entre 36 a 64 horas e plantão de 24 horas. Observou-se que os plantões são diversificados, sendo 17,39% faz plantão de 24hs, 4,34% faz plantões de 25 a 36 horas, 65,21% faz plantões de 36 a 64 horas, 13,04% submetem em plantões de 120 horas.

Figura 04. **Representação dos participantes da pesquisa de acordo com a carga horária semanal de trabalho, distribuídos em porcentagem**



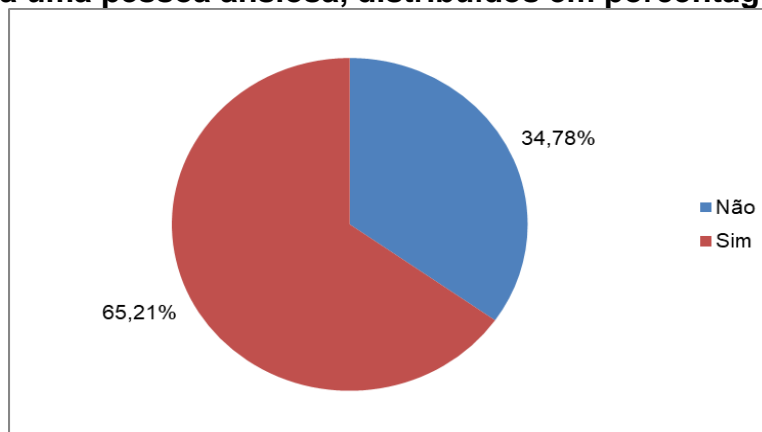
De acordo com essa realidade pode-se elencar as pelintrices para os profissionais da enfermagem, visando melhorias institucionais na jornada de trabalho, melhorias no salário, terapias e prevenção dos transtornos mentais, assim evitando o desgaste mental da categoria. No entanto a carga horária dos enfermeiros que responderam ao questionário, é alta devido à baixa remuneração, podendo desencadear o transtorno de ansiedade.

“A carga de trabalho está ligada aos riscos ocupacionais, interagindo com corpo e mente do trabalhador de tal forma que se o corpo sofre a mente também sofre. Assim, o desgaste mental é defendido como principal causa das SMAT (saúde mental associada ao trabalho). Os trabalhadores

submetidos a altas demandas psicológicas apresentam índices de baixo suporte de trabalho, com fator de risco para adoecimento e ausência de fator protetor. [...] é preciso atentar para o paradoxo que envolve situações de trabalho que contribuem para o adoecimento de trabalhadores cujas atividades visam à promoção e manutenção da saúde da população”. (CORDEIRO; ARAÚJO, 2017).

A esse respeito, mostrado na figura 05, o questionário também buscou fazer autoavaliação sobre a temática do Transtorno de Ansiedade, perguntando a cada um dos 23 participantes, se ela se considerava uma pessoa ansiosa.

Figura 05. Representação dos participantes da pesquisa de acordo se considera uma pessoa ansiosa, distribuídos em porcentagem



A resposta da figura 05 é a comprovação da linha teórica, metodológica, uma vez que ao mesmo tempo que os participantes consideram a profissão estressante devido, entre outras coisas, a carga horária elevada, a baixa remuneração e condições de trabalho, uma vez perguntado sobre o “olhar para si mesmo”, mais de 65% afirmaram que se consideram uma pessoa ansiosa.

Segundo Campos e Martino (2004), o trabalho realizado pelo enfermeiro que segue uma rotina de turnos fixos ou alternantes, em destaque os noturnos, apresentam prejuízos à saúde do trabalhador, levando a uma desordem temporal dos organismos, numa óptica cronobiológica, isto é, apresenta alteração biológica em pesquisas que consideram relevante o estudo sistêmico da organização temporal da matéria viva. Nesse sentido, essa desordem atinge o sistema nervoso e também altera a estrutura dos ritmos circadianos e causa mal-estar, fadiga,

sonolência, insônia, irritabilidade, prejuízo da agilidade mental, desempenho e eficiência.

Por assim dizer, a atribuição do profissional de enfermagem é comprometida pelas diferentes circunstâncias e condições que são impostas na realização do trabalho de enfermagem. Campos e Martino (2004) argumenta que a ansiedade que pode ser diagnosticada com desordem dos ritmos circadianos, também foi identificada em estudo com enfermeiras inglesas que possuíam alto grau de ansiedade por lidar com a dor, morte e o sofrimento.

Conforme Schmidt, Dantas e Marziale (2011), foi revelado em seus estudos que dentro do ambiente de trabalho de enfermagem é comum a ansiedade, com destaque, entre diversas circunstâncias, a instabilidade ou agravamento do estado de saúde dos pacientes, falta de material, de equipamentos, relacionamento com familiares do paciente, assim como as dificuldades para a sistematização da assistência de enfermagem e os procedimentos de alta complexidade.

As evidências científicas mostram que existem diversos fatores desencadeantes associados à depressão, tais como, desequilíbrios químicos cerebrais, características de personalidade, vulnerabilidade genética e eventos situacionais. Entre trabalhadores de enfermagem, a literatura mostra que os fatores desencadeantes associados podem estar relacionados a fatores internos ao ambiente e processo de trabalho, como: os setores de atuação profissional, o turno, o relacionamento interpessoal, a sobrecarga de serviço, os problemas na escala, a autonomia na execução de tarefas, a assistência a clientes, o desgaste, o suporte social, a insegurança, o conflito de interesses, e as estratégias de enfrentamento desenvolvidas; e a fatores externos ao trabalho, como: sexo, idade, carga de trabalho doméstico, suporte e renda familiar, estado de saúde geral do trabalhador, e as características individuais. (SCHIMIDT, DANTAS e MARZIALE, 2011)

Na atual conjuntura, as condições de trabalho de enfermagem têm sido consideradas impróprias e geradoras de risco à saúde. Schmoeller et.al. (2011) ressaltam que a remuneração inadequada, a acumulação de escalas de serviço, o aumento da jornada de trabalho, as características tensiógenas dos serviços de saúde (tanto pela natureza do cuidado prestado as pessoas em situações de risco quanto pela divisão social do trabalho), a hierarquia presente na equipe de saúde e o desprestígio social, entre outros fatores, associam-se às condições de trabalho da equipe de enfermagem e refletem-se na qualidade da assistência prestada ao usuário e no sofrimento psíquico dos profissionais. Vale ressaltar que essas questões têm sido decisivas para o profissional da enfermagem, tendo em vista que

muitos desses profissionais abandonam a profissão, que leva a diminuição do quantitativo de profissionais no mercado de trabalho.

Há o reconhecimento do ambiente hospitalar como insalubre, penoso e perigoso para os profissionais, sendo um local privilegiado para o adoecimento, com riscos de acidentes e doenças de ordem física. Além disso, ressalta-se o crescente risco de sofrimento psíquico, devido à alta pressão social e psicológica a que estão submetidos os profissionais tanto na esfera do trabalho quanto fora dela. As difíceis condições de trabalho e de vida podem estar relacionadas a ocorrências de transtornos mentais, como ansiedade e depressão. (SCHMOELLER, et.al, 2011)

O resultado da pesquisa, quantificou com o percentual de 65,21%, de acordo com exposição na figura 05, que os profissionais de enfermagem se sentem ansiosos frente ao ambiente hospitalar. Dessa maneira os profissionais participantes do questionário, são insatisfeitos com a jornada e condições de trabalho, o que pode desencadear um quadro patológico de ansiedade e até depressão.

Com o aumento das cargas de trabalho, é evidente a diminuição da capacidade e qualidade de trabalho destes profissionais, fazendo necessário adequar o número de pessoas em cada turno e considerar as necessidades do profissional frente às demandas do hospital. Dessa forma, é necessária uma reflexão profunda a respeito da organização desse trabalho, de forma que considere as condições de trabalho, a divisão adequada e relações sociais, pensando em estratégias que minimizam o desgaste do profissional de enfermagem.

CONCLUSÃO

Em virtude dos resultados obtidos nesta pesquisa, que apontou jornada excessiva de trabalho, tanto de forma rotineira, bem como longos plantões e a baixa remuneração, foi possível verificar que os profissionais de enfermagem precisam desde a faculdade ser preparados psicologicamente para conviver com o processo saúde, doença, aspectos emocionais, com ênfase na dor, sofrimento e morte, uma vez que a rotina dos profissionais é intensa.

Tendo em vista as expostas reflexões acerca do profissional de enfermagem que lida com a alta carga de trabalho e, conseqüentemente, com o desencadeamento do transtorno de ansiedade, observa-se que os percentuais apresentados na pesquisa, apontam para a possibilidade de desenvolvimento do transtorno de ansiedade, o que é um agravante por se tratar de uma profissão que visa o cuidado, de forma mais humanizada. Como a maioria se considera ansioso e

possui carga de trabalho alta, sugere-se que mais estudos sejam feitos para avaliar as questões psicológicas de profissionais de enfermagem no município e identificar doenças como ansiedade, depressão e síndromes relacionadas a carga excessiva de trabalho e desgaste emocional da profissão.

Referências

ANDRADE, João Vitor et al. Ansiedade: um dos problemas do século XXI. **Revista de Saúde Re-AGES**, v. 2, n. 4, p. 34-39, 2019.

CAMPOS, Maria Luzia Pesse; MARTINO, Milva Maria Figueiredo de. Aspectos Cronobiológicos do Ciclo Vigília-Sono Níveis de Ansiedade dos Enfermeiros nos diferentes turnos de trabalho. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, vol. 38, 2004.

CORDEIRO, T. M. S. C; ARAÚJO, T. M. Prevalência da capacidade para o trabalho inadequada entre trabalhadores de enfermagem da atenção básica à saúde. **Rev Bras Med Trab.** 2017;15(2):150-7.

LEAHY, Robert L. Livre de ansiedade [recurso eletrônico] / Robert L. Leahy; tradução: Vinícius Duarte Figueira; revisão técnica: Edwiges Ferreira de Mattos Silveiras, Rodrigo Fernando Pereira. – Dados eletrônicos. – **Porto Alegre: Artmed**, 2011.

Editado também como livro impresso em 2011. ISBN 978-85-363-2470-81. **Terapia cognitivo-comportamental – Ansiedade**. I. Título. P. 13

LEMES, Alisséia Guimarães et al. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar. **Journal of Nursing and Health**, v. 5, n. 1, p. 27-37, 2015.

NEDER FILHA, C.R. & MONTEIRO, M.R. (2003). O hospital e o processo histórico da hospitalização. **Revista o Mundo da Saúde**, 27 (3), 352-361

ROCHA, Marina Elias et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e de ansiedade em profissionais de enfermagem: uma revisão bibliográfica/Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e de ansiedade em profissionais de enfermagem: uma revisão bibliográfica. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 2, p. 9288-9305, 2020.

SCHMIDT, Denise Rodrigues Costas; DANTAS, Rosana Aparecida Spadoti; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Ansiedade e depressão entre profissionais de enfermagem que atuam em blocos cirúrgicos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, vol. 45, 2011.

SCHMOELLER, Roseli; TRINDADE, Letícia de Lima; NEIS, Márcia Binder; GELBCKE, Francine Lima. Cargas de Trabalho e Condições de Trabalho da Enfermagem: revisão integrativa. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. Vol. 32, 2011.