



CENTRO UNIVERSITÁRIO “PRESIDENTE TANCREDO DE ALMEIDA NEVES”

Melina Rodrigues De Souza
Pâmella Aparecida Barros

O Estresse dos profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia

Intensiva: Uma revisão bibliográfica

SÃO JOÃO DEL REI
2019

Melina Rodrigues De Souza
Pâmella Aparecida Barros

O Estresse dos profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva: Uma revisão bibliográfica

Artigo científico apresentado ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Enfermagem, sob orientação da Prof.ª Msc Marcio Antônio Resende.

SÃO JOÃO DEL REI

2019

O Estresse dos profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva: Uma revisão bibliográfica

**SOUZA, Melina Rodrigues¹
BARROS, Pâmella Aparecida¹
RESENDE, Marcio Antonio²**

O Estresse dos profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva: Uma revisão bibliográfica

The Stress of Nursing Professionals in Intensive Care Units: A Literature Review

El estrés de los profesionales de enfermería en las unidades de cuidados intensivos: una revisión de la literatura

Resumo: O estresse é definido como uma resposta física do nosso organismo ao qual o indivíduo é exposto e que gera desgaste. Nas Unidades de Terapia Intensiva (UTI), que tem por finalidade a reabilitação mais rápida, em um local á parte do hospital com recursos materiais e profissionais adequados é de suma importância a presença da enfermagem pra gerenciar e assistir o paciente, considerado uma unidade altamente estressora por causa dos momentos emergênciais e complexos. **Método:** O presente estudo consiste em uma revisão narrativa de literatura. **Objetivo:** consiste em descrever as implicações do estresse na rotina de trabalho dos profissionais de enfermagem nestas unidades. **Considerações finais:** apresentaram fatores estressores comuns à enfermagem como sobrecarga, dupla jornada de trabalho, desvalorização profissional e condições de trabalho que conseqüentemente geram estresse e ansiedade nos profissionais. Conclui-se que é necessário e imprescindível a adoção de medidas alternativas em prol da saúde dos trabalhadores e da qualidade do trabalho

Palavras-chaves: Estresse ocupacional, Cuidados de enfermagem, Centro de terapia Intensiva.

ABSTRACT: Stress is defined as a physical response of our body to which the individual is exposed and which generates wear. In Intensive Care Units (ICU), which aims at faster rehabilitation, in a place apart from the hospital with

adequate material and professional resources, the presence of nursing to manage and assist the patient is considered extremely important. stressful because of the emergency and complex moments. **Method:** This study consists of a narrative literature review. **Objective:** To describe the implications of stress in the work routine of nursing professionals in these units. Final **considerations:** they presented stress factors common to nursing such as overload, double work, professional devaluation and working conditions that consequently generate stress and anxiety in professionals. It is concluded that it is necessary and essential to adopt alternative measures in favor of workers' health and quality of work.

Keywords: Occupational Stress, Nursing Care, Intensive Care Center.

Resumen: El estrés se define como una respuesta física de nuestro cuerpo a la cual el individuo está expuesto y que genera desgaste. En las Unidades de Cuidados Intensivos (UCI), que apuntan a una rehabilitación más rápida, en un lugar aparte del hospital con recursos materiales y profesionales adecuados, la presencia de enfermería para manejar y ayudar al paciente se considera extremadamente importante. estresante debido a la emergencia y momentos complejos. **Método:** Este estudio consiste en una revisión de literatura narrativa. **Objetivo:** describir las implicaciones del estrés en la rutina laboral de

los profesionales de enfermería en estas unidades. **Consideraciones finales:** presentaron factores de estrés comunes a la enfermería, como sobrecarga, doble trabajo, devaluación profesional y condiciones de trabajo que, en consecuencia, generan estrés y ansiedad en los profesionales. Se concluye que es necesario y esencial adoptar medidas alternativas a favor de la salud y la calidad del trabajo de los trabajadores.

Palabras clave: estrés laboral, cuidados de enfermería, centro de cuidados intensivos.

Melina de Souza Rodrigues, Uniptan, São João Del Rei MG melinarsouza@hotmail.com

Pâmella Aparecida Barros, Uniptan, São João Del Rei MG iracibarrost@gmail.com

Marcio Antonio Resende, Uniptan, São João Del Rei MG marcio.resende@uniptan.edu.br

Submetido em: 11/2019 | Aceito em: 11/2019 | Publicado em:

INTRODUÇÃO

A prática do enfermeiro se reúne a uma complexa trama de situações relacionadas à assistência direta ao paciente e aos fatores da organização do trabalho que contribuem para a ocorrência de estresse, gerando perturbações e comprometendo a qualidade da assistência a ser prestada (OLIVEIRA; SPIRI, Cunha. Et.al 2011)

A exposição prolongada aos agentes estressores tem como consequência baixo desempenho profissional, moral e baixa autoestima, alta rotatividade, absenteísmo e violência, prejudicando todo o trabalho realizado. A enfermagem têm

sido considerada uma das profissões que mais tem sofrido impacto do estresse em seu ambiente de trabalho. (GUIDO, L.A.; LINCH, G.F.C.; PITTHAN, L.O. et.al 2011).

Nas Unidades de Terapia Intensiva (UTI), setor fechado, que tem por finalidade a reabilitação mais rápida, em um local á parte do hospital com recursos materiais e profissionais adequados é de suma importância a presença da enfermagem pra gerenciar e assistir o paciente de forma humanizada, considerado uma unidade altamente estressora por causa dos momentos emergênciais e complexos. (PEDRÃO, J.L. PRETO,A.V , 200 J.9)

Por se tratar de um termo comumente conhecido entre os profissionais de enfermagem que trabalham na UTI, o estresse tem ocupado lugar de destaque em meio à globalização e das novas tecnologias, passando a ser considerada o "mal do século" pelos cientistas (MERLO *et al*, 2014).

O estresse é definido como uma resposta física do nosso organismo a um estímulo físico, emocional ou comportamental ao qual o indivíduo é exposto e que gera desgaste. (PEDRÃO, J.L. PRETO,A.V et.al, 2009)

Além de estar diariamente presente na vida das pessoas, o estresse tem aumentado seus fatores desencadeantes frente aos trabalhadores, desde as tarefas mais simples realizadas, àquelas que podem exigir uma demanda maior de esforço físico ou mental, atingindo um número cada vez mais significativo

de pessoas que se dizem estressadas ou que relatam conhecer pessoas nessa situação (SILVA; SALLES, 2016).

Considerando que o exercício da enfermagem gera um clima de grande tensão emocional, desgaste físico e psíquico, no qual pode contribuir como fator desencadeante do stress. Isso exigiria, também, do profissional enfermeiro uma adaptação em relação a esses agentes estressores para manter o seu equilíbrio homeostático (ALVES, 2011).

Para Pedrão, o enfermeiro tem exigências dentro das unidades de saúde que levam ao estresse, pois o mesmo resolve diversos problemas institucionais deixando de lado suas necessidades individuais .

Um dos grandes motivos de absenteísmo na equipe de enfermagem está o afastamento ligado a doenças ocupacionais, a licença médica. Tal situação corriqueira nas instituições de saúde implica na necessidade de uma maior atenção dos gestores de saúde e pesquisadores, principalmente quando se trata de profissionais da área de terapia intensiva (GRILLO, 2019, p. 18).

Dessa forma, tanto a Enfermagem gerencial quanto assistencial necessita dedicar-se na implantação de medidas que visem à segurança através de informação e conhecimento. Uma abordagem sobre a comunicação multiprofissional e intersetorial efetiva na instituição se mostram indispensáveis. (LINCH; GUIDO, 2011)

Este estudo traz como objetivo descrever as implicações do estresse na rotina de trabalho dos profissionais de saúde que atuam nas Unidades de Terapia Intensiva (UTI).

Revisão Bibliográfica

O estresse na rotina da enfermagem

Conhecido por fazer parte da realidade dos profissionais de enfermagem, o estresse é considerado uma doença moderna que possui agentes estressores diversos, sintomas exaustivos e perceptíveis em indivíduos que lidam em ambientes de trabalho desgastantes, trazendo grandes consequências para a saúde física, psíquica e mental (LINCH; GUIDO, 2011, p. 67).

Agentes estressores são denominações dadas a eventos geradores de exaustão emocional e física, podendo se diferenciar nos sintomas apresentados de uma pessoa para outra. Algo que amedronte, excite, atrapalhe, desgaste ou confunda o indivíduo pode ser considerado um agente estressor (MIQUELIM 2004).

O estresse em enfermeiros é um tema muito discutido e investigado contemporaneamente. Estudos revelam que estes profissionais enfrentam cargas elevadas de pressão psicológica, o que a longo prazo pode desencadear diversos problemas de saúde (OLIVEIRA; CUNHA 2014, p.80).

Em se tratando de trabalho, se consegue imaginar vários fatores que podem de alguma forma, torná-lo estressante. Ainda mais em algumas profissões em que o trabalho é sobre pressão, cobranças, metas, barulho constante, incertezas e dificuldades, propicia ao trabalhador um maior desgaste físico e mental (RODRIGUES A.B.; CHAVES, E.C. 2013).

No ambiente de trabalho dos enfermeiros encontram-se vários fatores que favorecem o aparecimento do estresse e isso pode trazer problemas muito sérios para o trabalhador (OLIVEIRA; CUNHA, 2014).

Percebe-se que no decorrer do tempo, mais precisamente nas últimas décadas têm-se notado um crescimento do estresse nos ambientes de trabalho, tornando algo

avassalador na vida do indivíduo, trazendo insatisfação, desinteresse, apatia e irritação. Para que se evite estresse, o ideal é que este trabalho possa oferecer harmonia, precisa que seja algo prazeroso, com requisitos mínimos para a atuação e para a qualidade de vida dos indivíduos (BATISTA; BIANCHI; 2006, p.535).

O perfil emotivo dos profissionais atuantes dentro de UTIs se altera durante a jornada diária de trabalho, desgastando e estressando pela repetição de tarefas que exigem alto conhecimento teórico e prático, além da demanda de agilidade. (PEDRÃO, J.L. PRETO, A.V , 2009)

O estresse ocupacional ou relacionado ao trabalho é comum na vida dos profissionais de enfermagem e é reconhecido como um dos riscos ao bem-estar psicossocial do indivíduo, relacionado, por vezes, a alterações no estado de saúde. E, ainda, pode colocar em risco a saúde dos membros da organização e pode ter como consequências no desempenho do profissional baixa moral, alta rotatividade, absenteísmo e violência no local de trabalho (RODRIGUES; CHAVES, 2008).

Para os profissionais de enfermagem, o trabalho, se diz dignificante, engrandece o ser por suas ações, em contradição os indivíduos enfrentam uma realidade dura, um ambiente estressante, de barulhos constantes, mortes, sofrimento, desespero, irritabilidade, ansiedade, dores ininterruptas, medo e insegurança (ALVES, 2011).

A complexidade da assistência de enfermagem em situações que envolvem o cuidado, assim como a assistência e o gerenciamento da equipe são considerados desgastantes, tanto pela especificidade de suas tarefas quanto pelo fato de lidar com as tristezas e sofrimentos constantemente (BATISTA; BIANCHI, 2006).

No processo de organização do trabalho e nos procedimentos realizados em todos os setores de um hospital, há evidências de exposição contínua dos enfermeiros a

situações e fatores do estresse, nas dimensões técnicas, institucionais e interpessoais que poderão influenciar no processo de exaustão nesses profissionais (ALVES, 2011).

A construção da escala de plantão da equipe de enfermagem para atuar na UTI é considerado fator estressante. É complicado montar o plantão em épocas de feriado, folgas, licença maternidade, férias pois a equipe vai trabalhar em um número menor de profissionais, que também é considerado estressor pela sobrecarga de trabalho ou será necessário o remanejamento de outro plantão. É importante salientar que vários enfermeiros atuam em mais de uma unidade então tem que tomar cuidado para não bater os plantões(PEREIRA, J.G; MELLO. F, 2016).

Considera-se que o sujeito poderá sofrer consequências psíquicas por um tempo longo, se dentro do ambiente de trabalho o estresse for avançando e não tratado. Logo, se pode pensar em uma demanda cada vez maior, pois tem se tornado cada vez mais comum surgirem matérias nos jornais e revistas de profissionais fatigados, adoecidos jovens na área da saúde, afastados por doenças do trabalho, altos índices de absenteísmo causados pela Síndrome de Burnaut (MARTINATO.C.N.B.; SEVERO, D.F.; MARCHAND, E.A.A *et al*, 2011).

Estudos mostram que o desequilíbrio na saúde do profissional pode levá-lo a se ausentar do plantão aumentando gastos com tratamento de saúde e necessidades da instituição com reposição de funcionários, transferências, novas contratações, novo treinamento, entre outras despesas. O atendimento, lucratividade e satisfação e lucratividade tendem a diminuir STRAUB, R.O)

Daí surge a importância de compreender a prática diária da equipe de profissionais dentro da UTI, identificando as dificuldades enfrentadas dentro de cada plantão para o gestor da equipe agir precocemente nos fatores estressantes melhorando a qualidade de saúde de sua equipe e garantir maior segurança aos pacientes. . (PEDRÃO,

J.L. PRETO,A.V , 2009)

Diante do exposto, cabe ressaltar que a resposta ao estresse é individual, pois como o indivíduo absorve a informação e a sua avaliação sobre estímulos classificados por ele como relevantes, sejam eles agradáveis ou amedrontadores, porque uma vez que se escolhe um ambiente de trabalho estressante, sobrecarregado, de ambiente insalubre, em regime de plantões duplos e triplos, baixa remuneração, o indivíduo está sujeito a uma série de problemas futuros bem como adoecimento e sofrimento psíquico, podendo levar a uma Síndrome de Burnout (SANTOS, 2009).

A Síndrome de Burnout nas Unidades de Terapia Intensiva

A Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é o ambiente adequado para atender pacientes críticos, de gravidade, por isso considerado ambiente tenso, o qual afeta não somente o paciente, como também toda a equipe que atua nesse setor das Instituições de maior complexidade (SANTOS *et al*, 2010)

O Ministério da Saúde descreve a Síndrome de Burnout como “síndrome do esgotamento profissional” em consequência da resposta estressora e prolongada de estresse laboral e de insatisfação plena no ambiente de trabalho (MATUBARO K.C.A.; LUNARDELLI, M.C.F.; ELLARO, A.M.; *et.al*, 2013).

A síndrome é uma experiência individual que prejudica a relação do indivíduo com seu trabalho, atrapalhando seu desempenho profissional, o que reflete em prejuízos para o indivíduo, para a organização e pode estender-se para o usuário do serviço. Assim, tornou-se uma importante preocupação e é reconhecido como um dos riscos mais sérios ao bem estar psicossocial do indivíduo, uma vez que interfere significativamente como fator determinante de outras patologias, como aos transtornos depressivos e muito frequentemente, estes profissionais evoluem para o desenvolvimento da Síndrome de

Burnout (SILVA F.D.; CUNHA, M.H.F.; ROBAZZI, M.L.C.C.; *et al*, 2016,).

Em se tratando dos profissionais da Unidade de Terapia Intensiva, como todo profissional que lida com a urgência, é preciso ficar atento aos limites do trabalho e em qualquer sinal de estresse. Suas atribuições são executadas sobre forte pressão, associada a longas jornadas e em turnos, com rodízio e multiplicidade de tarefas, marcado pela repetição de atividades, esforço corporal, posição que favorece o aparecimento de dores, agitação e falta de liderança e trabalho em equipe causa o desencadeamento de doenças (Neves, 2008).

Estudos revelam que os trabalhadores da área da saúde, que atuam em instituições hospitalares estão frequentemente expostos aos estressores ocupacionais, chegando a representar o grupo de trabalhadores mais afetado, mostrando taxas de Burnout que variam entre 30 e 47% (RUVIARO; BARDAGI, 2010,).

Dentre as principais causas desencadeadoras de estresse podemos citar o excesso de atividades, pouco tempo para se realizar várias tarefas (pessoais e profissionais), pressões e cobranças, acúmulo de raiva, desvalorização, alta competitividade, podendo assim atingir qualquer pessoa (SILVA; SALLES, 2016).

O nível de estresse se difere de um indivíduo para com o outro, ou seja, dentro de uma Unidade de Terapia Intensiva, o trabalho pode ser mais estressante para um profissional da enfermagem, do que para outro, dependendo principalmente do ritmo de vida de cada um e da sua jornada de trabalho. Diante disso, diversas são as medidas e estratégias de intervenção, para auxiliar a lidar com os agentes estressores sem prejuízos para a saúde do enfermeiro (PEREIRA; MELLO, 2016).

Assim, a adoção de estratégias eficazes no combate ao estresse depende das características individuais do profissional e de situações vivenciadas no ambiente ocupacional, pois desta maneira se pode permitir que a enfermagem na gestão dos seus colaboradores pode promover recursos para enfrentar a situação estressante ao aderir a várias delas (SOUZA F.D.; CUNHA, M.H.F.; ROBAZZI, M.L.C.C.; 2018).

Estratégias de intervenção para prevenir e tratar o estresse no trabalho

Quando se identifica um agravo sugestivo de síndrome, seja ela de qualquer origem, faz-se necessário acompanhamento com ajuda de um profissional, sendo adotadas estratégias, pois identificados sinais sugestivos, como baixa produção e menor qualidade no atendimento prestado aos seus pacientes, deve-se realizar um acompanhamento para que o profissional se torne apto a realizar todas as suas funções e sem ter seu estado emocional afetado (PEREIRA, 2011).

Uma importante estratégia para minimizar o estresse no trabalho é contar com o apoio e acompanhamento do enfermeiro Responsável Técnico da Unidade de terapia Intensiva, competente principalmente na avaliação e encaminhamento do profissional adoecido para tratamento especializado, afastamento das suas atividades ou ainda remanejamento de setor (PEREIRA; MELLO, 2016).

Uma das modalidades aplicadas no processo de enfermagem no combate ao estresse são as estratégias de enfrentamento, que podem ser classificadas como cognitivas, comportamentais ou emocionais que visam lidar com os agentes estressores minimizando os seus efeitos nocivos ao organismo do profissional no exercício de suas atividades laborais (STRAUB, 2014).

Identificado como uma estratégia de enfrentamento eficaz, o afastamento temporário do ambiente de trabalho faz com que trabalhadores de enfermagem se afastam da atividade no setor por alguns momentos, como forma de distração e reorganização psicológica frente ao problema causador do estresse (PEREIRA, C.A.; MIRANDA, L.C.S.; PASSOS, J.P. 2009).

O conhecimento sobre as estratégias de enfrentamento das suas emoções e sentimentos que os profissionais de enfermagem utilizam para se adaptarem ao estresse pode direcionar as ações dos enfermeiros e gestores, na busca da resolução do problema, levando a um ambiente de trabalho mais saudável e com menos problemas (RIBEIRO R.M.; POMPEO, D.A.; PINTO, M.H.; *et al*, 2015).

Enfermeiros e gestores devem planejar os cuidados em saúde, realizar encaminhamento destes profissionais adoecidos para dinâmicas de trabalho, para setores da medicina do trabalho e tratar interdisciplinarmente as dificuldades identificadas. O acompanhamento, a escuta, os

programas educacionais e um espaço para discussão das dificuldades relacionadas ao trabalho são ferramentas potenciais para a prevenção do adoecimento e a promoção da qualidade do trabalho (RIBEIRO R.M.; POMPEO, D.A.; PINTO, M.H.; *et al*, 2015).

A enfermagem sente-se protegida e amparada à medida que cuidados lhe são oferecidos no ambiente de trabalho, em condições sociais e estruturais, dignas de conforto, bem-estar, realização e valorização pessoal e profissional. O trabalho e as atividades propostas devem priorizar as condições humanas potencialmente, adaptando a organização e possibilitando a expressão de suas emoções e pontos de vista (SILVA; SALLES, 2016).

Com intuito de minimizar e combater o surgimento da síndrome de burnout, uma alternativa viável para com os profissionais seria a prática de inserir programas de promoção à saúde com acompanhamento dos funcionários, dimensionamento de pessoal nas áreas adequadas, avaliações constantes sobre como está a satisfação com o trabalho e a comunicação entre os componentes da equipe, o que causará satisfação e gerará um maior desempenho na assistência prestada por estes profissionais. (XAVIER; RIOS; FRANÇABOTELHO, 2013).

Outra estratégia interessante a ser trabalhada no controle do estresse seria para o gerente ou responsável do setor de Recursos Humanos monitorar cada indivíduo e adequar

particularmente este com o setor que mais compete a ele, identificando e trabalhando os pontos de especialidade e organizando suas atribuições ao setor que combina com seu perfil, ou seja, adequar cada profissional com o cargo ideal, bem como propor um planejamento de carreira (FERNANDES, 1996).

O apoio religioso foi identificado por diversos autores como eficaz em um estudo realizado com enfermeiros da UTI, pois o apego a uma crença religiosa auxilia no equilíbrio emocional, a lidar com pontos de equilíbrio emocional durante uma situação estressante. O apoio na fé tem relação direta com o cuidado ao paciente, interferindo na empatia com este e dimensionando questões existenciais (MIORIN J.D.; CAMPONAGARA, S.; PINNO, C.; *et al*, 2016).

Demais terapias alternativas também podem ser aplicadas no combate ao estresse no ambiente de trabalho como forma humanizada de tratamento, evitando o consumo de drogas psicoativas que demandam tempo e efeitos colaterais, como floral de Bach e Reiki, a leitura de livros de autoajuda, praticas de meditação e relaxamento, massagens e apoio familiar (SOUZA R.C.; SIULVA, S.M.; COSTA, M.L.A.S, 2018).

A busca por tratamentos não convencionais como a hipnose, atividades física e a acupuntura também tem sido considerado essencial para atuar no controle do estresse, podendo ser escolhido pelo profissional da enfermagem de acordo com sua necessidade e pode acontecer fora do ambiente

de trabalho, de forma segura e diversificada, sem preconceitos (SILVA: SALLES, 2016).

A hipnose em situações relacionadas ao trabalho auxilia na redução do estresse, na melhoria da relação entre os colaboradores, dentre outros e podem ser usadas de diversas maneiras, como nas consultas psicanalistas, em cursos e palestras (PUENTES; TESSER, 2014).

A prática regular de atividade física demonstra-se como um componente indispensável na prevenção e manutenção da saúde dos trabalhadores, assim como para todo indivíduo, por proporcionar melhor qualidade de vida e auxiliar no combate a doenças decorrentes do sedentarismo e da vida atribulada, os quais podem ser prejudiciais à saúde física e mental (GORSKI, 2015).

Estudos comprovam que a variável atividade física apresentou impacto no estresse ocupacional, de forma que o nível de estresse foi maior nos indivíduos que não praticavam atividade física, caracterizando-a como uma forma de minimizar possíveis estressores no ambiente de trabalho, enquanto estudo semelhante reforça a relação entre atividade física nos momentos de lazer e estresse ocupacional de 861 trabalhadores e identificou que realizar atividade física nos momentos de lazer ajuda a minimizar altos níveis de estresse no trabalho, e a longo prazo, melhora o bem-estar mental (CANOVA; PORTO, 2010).

De acordo com Mendes, pontos como liderança, gerenciamento, trabalho em equipe e comunicação efetiva são fundamentais para o profissional de enfermagem dentro da

UTI por ter que agir rapidamente, podendo ser assuntos tratados em capacitações.

Assim sendo, a utilização dessas estratégias pode fortalecer o indivíduo e a equipe de Enfermagem no enfrentamento de estressores, facilitar a convivência entre os membros, desenvolver habilidades e promover a motivação e a satisfação no trabalho e se tratado o profissional poderá seguir suas atividades laborais com satisfação e serenidade na Instituição (RIBEIRO R.M.; POMPEO, D.A.; PINTO, M.H.; *et al*, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conhecimento sobre os fatores estressantes dos profissionais da enfermagem dentro da UTI é fundamental, para o enfermeiro gestor apontar alternativas que auxiliam na minimização dos fatores desencadeadores do estresse e diminuir o impacto na rotina dos profissionais de enfermagem demonstrando a importância de se cuidar da saúde mental e melhorar a qualidade da assistência. A aplicação das estratégias de enfrentamento podem ser eficazes no manejo do estresse por meio de intervenções preventivas e protetivas com os profissionais. O alcance da excelência na assistência ao paciente requer condutas e ações que viabilizem um processo dinâmico e sistematizado.

REFERÊNCIAS :

1. ALVES, A.C.G.C. Estresse e o trabalho do enfermeiro: uma revisão bibliográfica. **Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães. Fundação Oswaldo Cruz.** 2011, pág Acesso em: 13 jul 2019
2. BATISTA, K.M.; BIANCHI, E.R.F. Estresse do enfermeiro em Unidade de Emergência. **Rev Latino Am Enferm.** São Paulo. 2006, pág4. Acesso em: 13 jul 20
3. CANOVA, K. R.; PORTO, J. B. O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio. **Revista de Administração Mackenzie**, 2010, pág 33, Acesso em 23 set 2019
4. CHAMON, OLIVEIRA. E.M. Qualidade de vida no trabalho. Rio de Janeiro: **Revista Brasport**, 2011, pág 33, Acesso em 06 jun 2019.
5. FERNANDES, M.D. Avaliação do stress nos enfermeiros de cuidados intensivos. [Dissertação de Mestrado em Saúde Ocupacional]. **Faculdade de Medicina**; 1996, pág 6. Acesso em: 13 jul 2019
6. GUIDO, L.A.; LINCH, G.F.C.; PITTHAN, L.O.; UMANN, J. Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. **Revista da Escola** . 2011, pag 19. Acesso em: 13 jul 2019

7. GORSKI, G.M. Relação entre atividade física de lazer e burnout em trabalhadores da indústria. **Universidade do Paraná. Ponta Grossa.** 2015, pág 15. Acesso em 21 set. 2019
8. LINCH, C.G.F.; GUIDO, L.A. Estresse de enfermeiros em unidade de hemodinâmica no Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Gaúcha de Enfermagem .** 2011, 32 Acesso em: 13 jul 201
9. MARTINATO, M.C.N.B.; SEVERO, D.F.; MARCHAND, E.A.A.; SIQUEIRA, H.C.H. Absenteísmo na enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev Gaúcha Enferm., Porto Alegre (RS)** 2010, pág 6, Acesso em: 13 jul 2019
10. MATUBARO, K.C.A.; LUNARDELLI, M.C.F.; ELLARO, A.M.; BULHÕES, L.F.S.; SOUZA, L.L. A Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: uma revisão bibliográfica. **Faculdade de Ciências. Psicologia .** 2015, pág 8 Acesso em: 13 jul 2019
11. MIQUELIM, J.D.L. Estresse nos profissionais de enfermagem que atuam em uma unidade de pacientes portadores de hiv-aids. **DST – J bras Doenças Sex Transm .** São Paulo, p. 24-31, 2004. Acesso em: 25 jun 2019
12. MIORIN, J.D.; CAMPONAGARA, S.; PINNO, C.; FREITAS, E.O.; CUNHA, Q.B.; DIAS, G.L. Estratégias de defesa utilizadas por trabalhadores de enfermagem atuantes em pronto socorro. **Revista Enferm Foco .** 2016, pág 57-51 . acesso em 11 out 2019

13. NEVES, R.R. As profissões mais estressantes. 2008, pág 16, Acesso em: 25 jul 201
14. OLIVEIRA, R.J.; CUNHA, T. Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. *Caderno Saúde e Desenvolvimento* vol.3. n 2/jul/dez. 2014. P.78-93 Acesso em: 17 ago 2019
15. PEDRÃO, J.L. PRETO, A.V O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva, Revista da escola de enfermagem da USP, 2009, pág 842, acesso em 31 de outo de 2019
16. PEREIRA, D.G. Síndrome de burnout em trabalhadores do programa de saúde da família: uma revisão de literatura. *Nescon Biblioteca Virtual*. Belo Horizonte, 2011, pág 11, Acesso em: 13 jul 2019
17. PEREIRA, C.A.; MIRANDA, L.C.S.; PASSOS, J.P. O estresse ocupacional da equipe de enfermagem em setor fechado. *J Res Fundam Care*. 2009, pág 196-202 acesso em 11 out. 2019
18. PEREIRA, J.G; MELLO. F. Causas e efeitos do estresse no trabalho. 2016, pág 45, Acesso em: 23 maio 2019
19. PUENTES, F.; TESSER, O. Hipnose no trabalho, Freud explica. 2011, pág 1, Acesso em: 23 set. 2019

20. RODRIGUES, A.B.; CHAVES, E.C. Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros atuantes em oncologia. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2008, pág 24-28. Acesso em: 13 jul 2019
21. RODRIGUES, D.P.; ATHANAZIO, A.R.; CORTEZ, E.A *et al.* Estresse na Unidade de Terapia Intensiva. *Rev enferm UFPE on line.*, maio 2013, pág 16, Acesso em: 18 jun 2019
22. RIBEIRO, R.M.; POMPEO, D.A.; PINTO, M.H.; RIBEIRO, R.C. Estratégias de enfrentamento dos enfermeiros em serviço hospitalar de emergência. *Acta Paul Enferm* 2015, pag 217 a 222. acesso em 10 out 2019
23. RUVIARO, M.F.S.; BARDAGI, M.P. Síndrome de Burnout e satisfação no trabalho em profissionais da área de enfermagem do interior do RS. *Revista Barbarói*. 2010 pág 134-136. Acesso em: 24 maio 2019
24. SANTOS, F.D.; CUNHA, M.H.F.; ROBAZZI, M.L.C.C.; PEDRÃO, L.J.; SILVA, L.A.; TERRA, F.S. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão de literatura. *SMA*, 2016, pág 16. Acesso em: 13 jul 2019
25. SANTOS, F.E.; ALVES, J. A.; RODRIGUES, A.B. Síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em uma Unidade de Terapia Intensiva. *Einstein*; 2009, pág 25. Disponível em: Acesso em: 13 maio 2019

26. SANTOS, J.W. A Síndrome de Burnout: uma análise social e psicodinâmica. **Revista Científica Eletrônica de psicologia**. São Paulo: Editora FAEF; 2009): pág, 192-7. Acesso em: 20 maio 2019
27. SILVA, A.B.N.; MAXIMIANO, D.A.F.M.; SOUTO, C.G.V.; VIRGINIO, N.A. Síndrome de Bournot em profissionais de enfermagem na Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Ciência Saúde Nova Esperança**. Abril. 2016; pág 14 Acesso em: 13 jul 2019
28. SILVA, L.C.; SALLES, C. T. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **ReCaPe Revista de Carreiras e Pessoas**. São Paulo. Volume VI - Número 02 - Mai/Jun/Jul/Ago 2016, pag 244. Acesso em: 13 jul 2019
29. SOUZA, R.C.; SIULVA, S.M.; COSTA, M.L.A.S. Estratégias de enfrentamento do estresse. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**. 2018, pág 25, acesso em ago 2019
30. STRAUB, R.O. Psicologia da saúde: uma abordagem biopsicossocial **Artmed**; 2014 pág 26. acesso em 9 out 2019
31. PEDRÃO,J.L. PRETO,A.V O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva, Revista da escola de enfermagem da USP, 2009, pág 842, acesso em 31 de outro de 2019