

EFEITOS DO ESTRESSE NO BEM-ESTAR DOS ENFERMEIROS ATUANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Guilherme Carvalho dos Santos¹
Lauren Gabriella Cunha Silva¹
Douglas Roberto Guimarães Silva²

¹Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN)

²Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN)

RESUMO: O trabalho desenvolvido trata-se de um estudo realizado por meio de uma revisão bibliográfica. Realizou-se busca nas bases de dados Google Acadêmico, Lilacs e PubMed, publicados no período de 2013 a 2023, a partir das palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Enfermeiros; Bem-estar; Estresse Ocupacional. Foram utilizados 13 artigos nacionais e 1 internacional que atendem ao critério de inclusão. Este estudo identificou as principais causas que levam o enfermeiro atuante da APS à exaustão e, conseqüentemente, gera estresse, interferindo em seu bem-estar. Considerando a relevância da APS no sistema de saúde brasileiro, o estudo destaca o papel essencial dos enfermeiros, responsáveis por diversas funções, como supervisão de agentes comunitários, realização de consultas e ações educativas. A pesquisa revisa a literatura sobre a sobrecarga de trabalho, as condições de trabalho e a comunicação ineficaz com a gestão, identificando esses fatores como principais estressores que impactam negativamente a saúde física e mental dos profissionais.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Enfermeiros; Bem-Estar; Estresse Ocupacional.

1 INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à saúde é atualmente a ação estratégica prioritária do Ministério da Saúde, com base nos princípios e diretrizes do SUS (BRASIL, 2017). A mesma desempenha um papel fundamental e indispensável na abordagem de saúde comunitária e na vigilância em saúde e, dentro deste setor, é indispensável a presença do enfermeiro. Segundo o Ministério da Saúde do Brasil (BRASIL, 2012), o enfermeiro é o profissional responsável pela supervisão dos agentes comunitários de saúde (ACS) e possui uma variedade de outras atribuições, como a realização de consultas de enfermagem, ações coletivas e condução de grupos educativos.

Além das responsabilidades específicas, o enfermeiro compartilha funções comuns a todos os profissionais da equipe, como manter o cadastro das famílias atualizado, conduzir reuniões de equipe semanalmente, promover a mobilização e participação da comunidade e identificar parcerias e recursos na comunidade que possam fortalecer ações intersetoriais, entre outras atividades. Essa ampla gama de funções pode resultar em uma sobrecarga de trabalho para o enfermeiro, o que, por sua vez, pode levar ao estresse ocupacional. O processo de

trabalho enfrenta desafios relacionados à escassez de recursos humanos e à necessidade de melhorias nas instalações físicas, bem como na obtenção dos equipamentos e materiais essenciais para a prestação de serviços de saúde (MOREIRA; LIMA; VIEIRA; COSTA, 2017).

Nesse contexto, é importante salientar que o estresse ocupacional se manifesta como um desgaste anormal do corpo humano e/ou uma redução na capacidade de desempenho no trabalho, associados à dificuldade prolongada de um indivíduo em lidar, superar ou se ajustar às pressões de natureza psicológica presentes em seu ambiente de trabalho ou vida. O estresse é um dos principais sintomas e pode manifestar uma série de sinais e sintomas tanto físicos quanto psicológicos nos profissionais (CAMELO; ANGERAMI, 2008). É relevante destacar que as consequências do estresse não se limitam apenas aos trabalhadores, afetando também as organizações devido ao aumento do absenteísmo e à concessão de licenças médicas. Portanto, esse é um tema de interesse para toda a sociedade (FELICIANO; KOVACS; SARINHO, 2010).

O estresse pode também se manifestar por meio de atrasos, insatisfação, sabotagem e baixos níveis de desempenho no ambiente de trabalho, resultando em uma redução na qualidade dos serviços prestados, afetando não apenas a saúde dos profissionais, mas também a dos usuários dos serviços de saúde (CAMELO; ANGERAMI, 2008). Cabe ressaltar que a vulnerabilidade social presente nas áreas de atuação da equipe de saúde também adiciona desafios a esse processo, gerando insegurança e sentimentos de impotência nas equipes.

Torna-se fundamental refletir sobre as condições de trabalho oferecidas aos profissionais de saúde, não apenas em relação à remuneração, mas também em relação à disponibilidade de espaços adequados para o atendimento aos usuários e à capacidade de atender às demandas do trabalho na APS. A gestão dos serviços de saúde também é de grande importância, com a necessidade de incluir gestores qualificados e promover a colaboração entre os membros da equipe na corresponsabilização das ações de planejamento em saúde (TRAD; ROCHA, 2011).

Um dos fatores considerados estressantes e causadores de problemas de saúde física e psíquica dos profissionais estão relacionados às barreiras na comunicação com a gestão e com a equipe (TRINDADE; PIRES, 2013; MAISSIAT et al., 2015). O despreparo dos gestores, seja pela falta de experiência no cargo ou pelas relações hierarquizadas, verticalizadas e autoritárias, gera sobrecarga de trabalho entre os profissionais, especialmente os enfermeiros que são nomeados gestores das unidades de saúde. Dessa maneira, o relacionamento com os profissionais, tendendo à hierarquização verticalizada de poder e dificuldades nos relacionamentos, faz com que os profissionais se sintam insatisfeitos e sem autonomia para o gerenciamento de suas atividades. O estresse gerado por essas situações conflituosas pode

acarretar problemas musculoesqueléticos, cefaléia, tensão muscular, insônia, depressão, irritabilidade e absenteísmo, dentre outros. MILANEZ et al. (2018) e Nascimento enfatizam a importância do trabalho em equipe e a boa relação entre os membros da equipe, a fim de buscar maior satisfação com o trabalho, menor sobrecarga e melhor cuidado prestado aos indivíduos que frequentam as unidades.

Diante do exposto, o estudo teve por objetivo investigar os efeitos do estresse ocupacional na Atenção Primária sobre o bem-estar físico e psicológico dos enfermeiros, visando compreender suas implicações nos cuidados prestados.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Tipo de estudo

O presente estudo é uma revisão que trabalha dentro dos pressupostos metodológicos da revisão bibliográfica, realizando especificamente um estudo bibliográfico a fim de averiguar os efeitos do estresse no dia a dia dos enfermeiros que atuam na Atenção Primária à Saúde, assim como a causa do mesmo e propor possíveis soluções.

2.2 Definição do tema

Entender os efeitos do estresse nos enfermeiros da Atenção Primária é crucial. Isso não só impacta a qualidade do cuidado oferecido aos pacientes, mas também a saúde e a satisfação desses profissionais. Investigar esse tema é fundamental para implementar estratégias que melhorem a qualidade de vida dos enfermeiros, evitem o esgotamento profissional e assegurem um atendimento de excelência na saúde primária.

2.3 Levantamento bibliográfico

Pesquisa em bases de dados como Google Acadêmico, Lilacs e PubMed. Utilização de DECS: “atenção primária”, “sobrecarga enfermeiro”, “estresse atenção primária” e termos relacionados.

2.4 Critérios de Inclusão e Exclusão

Inclusão de artigos científicos publicados nos últimos 10 anos. Artigos disponibilizados gratuitamente. Exclusão de estudos que não abordem diretamente a relação entre estresse e bem-estar na Atenção Primária.

3 RESULTADOS

No quadro 1, são apresentados os artigos, com os objetivos, resultados e conclusões dos artigos selecionados.

Quadro 1. Artigos selecionados, com os objetivos, resultados e conclusões.

Artigo n°	Título do artigo	Autores	Objetivo	Resultado	Conclusão
A1	Sobrecarga da equipe de enfermagem e o risco de eventos adversos	Silva et al.	Analisar os elementos relacionados à sobrecarga de trabalho da equipe de enfermagem que podem influenciar na ocorrência de eventos adversos e comprometer a segurança do paciente.	A maioria dos participantes eram técnicos de enfermagem do sexo feminino, com tempo de atuação superior a 10 anos, com carga horária semanal de 40 horas, e apenas 1 vínculo empregatício. O cooperativismo entre os colegas foi notório, e a grande maioria afirmou haver sobrecarga de serviço na unidade e que essa, por sua vez, afeta a segurança do	A sobrecarga dos profissionais, potencializada pela insuficiência de recursos humanos e materiais, alta demanda de pacientes e deficiência nos sistemas organizacionais institucionais, resulta em uma assistência deficiente com aumento do risco de eventos adversos. (AU)

				paciente.	
A2	Percepções dos enfermeiros sobre as condições de trabalho e infraestrutura das unidades de Atenção Primária em Saúde	Rayane Saraiva Felix et al.	Analisar as condições de trabalho, infraestrutura e organização gerencial das unidades de Atenção Primária em Saúde.	O estudo analisou 45 enfermeiros da Atenção Primária à Saúde, majoritariamente mulheres (91,1%), com média de 17,8 anos de formação. A maioria (64,4%) trabalha onde reside.	O trabalho em saúde na Atenção Primária à Saúde (APS) é um esforço coletivo que envolve a colaboração de enfermeiros e outros profissionais. No entanto, fatores como infraestrutura inadequada, falta de

					equipamentos e vulnerabilidade social impactam negativamente as ações de enfermagem.
A3	Estressores ocupacionais vivenciados por enfermeiros da Estratégia Saúde da Família	Karina Viana Ribeiro et al.	Analisar os principais estressores ocupacionais relacionados ao trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família.	No processo de seleção de artigos, foram inicialmente identificados 149 estudos. Ao final, 10 artigos foram selecionados, abrangendo um período de 10 anos.	O estudo revelou que fatores como sobrecarga de trabalho e falta de suporte institucional e social agravam o estresse, gerando preocupações quanto à saúde física e psíquica dos profissionais.

A4	Trabalho do enfermeiro na Atenção Primária em Saúde: conhecimento dos fatores estressores	Gylvana Feitosa de Figueiredo Siqueira et al.	Conhecer os fatores estressores que influenciam no estresse de enfermeiros assistencialistas da Atenção Primária em saúde.	O estudo identificou que 80% dos enfermeiros relataram estresse, principalmente devido à sobrecarga de trabalho e falta de apoio institucional.	Melhorias nas condições de trabalho e políticas que priorizem a saúde dos trabalhadores são essenciais.
A5	A liderança do enfermeiro na atenção primária à saúde: revisão integrativa.	Julio Cesar de Oliveira Mattos e Alexandr e Pazetto Balsanelli	Identificar como a liderança do enfermeiro tem sido estudada na atenção primária à saúde.	A liderança na Atenção Primária é abordada considerando aspectos como trabalho em equipe e supervisão da equipe.	Concluiu-se que os enfermeiros exercem papel fundamental e a liderança é uma competência que precisa ser mais estudada.
A6	A complexidade e do trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde	Sandra Rejane Soares Ferreira et al.	Promover reflexão sobre o trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde.	Apresentam-se conflitos, dilemas e aspectos relevantes da prática do enfermeiro.	A atuação do enfermeiro na APS é um campo amplo e em processo de qualificação.

A7	A influência da sobrecarga de trabalho do enfermeiro na qualidade da assistência	Claudia Silveira da Costa et al.	Revisar a literatura sobre a sobrecarga de trabalho do enfermeiro e sua influência na qualidade da assistência.	Foram inicialmente encontrados 444 artigos, dos quais 12 atenderam aos critérios.	A sobrecarga de trabalho afeta a qualidade da assistência e é essencial melhorar as condições de trabalho.
A8	Que fatores afetam a satisfação e sobrecarga de trabalho em unidades da atenção primária à saúde?	Bianca Cristina Silva de Assis et al.	Analisar a produção científica sobre fatores associados à satisfação e sobrecarga de trabalho na Estratégia Saúde da Família.	Fatores como condições precárias de trabalho e dificuldade de relacionamento impactam a satisfação.	É necessária a implementação de ações que visem à promoção da saúde do trabalhador.
A9	Satisfação e sobrecarga de trabalho entre profissionais de equipes da Atenção Primária à Saúde	Bianca Cristina Silva de Assis	Analisar a satisfação e sobrecarga com o trabalho dos profissionais de Atenção Primária.	Os resultados mostraram baixa exaustão emocional e alta realização pessoal.	Apesar da baixa sobrecarga, a desvalorização salarial é um desafio.

A10	Implicações dos modelos assistenciais da atenção básica nas cargas de trabalho dos profissionais de saúde	Letícia de Lima Trindade e Denise Elvira Pires	Discutir a influência das tecnologias do tipo não material nas cargas de trabalho.	O estudo mostrou a complexidade das relações entre cargas, contexto e expectativas.	É necessária a mudança do modelo utilizado e a correção de problemas na ESF.
A11	Contexto de trabalho, prazer e sofrimento na atenção básica em saúde	Greisse da Silveira Maissiat et al.	Avaliar o contexto de trabalho e indicadores de prazer e sofrimento na atenção básica.	A organização e as condições de trabalho obtiveram as piores avaliações.	Apesar do esgotamento, os trabalhadores encontram fontes de prazer no trabalho.
A12	Satisfação e insatisfação na Estratégia Saúde da Família	Tamara Candido Mezari Milanez et al.	Analisar os motivos de satisfação e insatisfação dos profissionais na ESF.	Resultados evidenciaram aspectos que geram satisfação e insatisfação.	A gestão do trabalho em saúde é central para potencializar a satisfação.

A13	Os efeitos do estresse percebido e da satisfação com a vida dos	Gürkan, Kübra P.; Aydoğdu, Nihal G.; Dokuzcan, Deniz	Examinar os efeitos do estresse percebido e da satisfação com a vida dos	Existe uma correlação negativa entre a alimentação dos enfermeiros e a	O estudo revelou que a satisfação com a vida, o estresse percebido e o
-----	---	--	--	--	--

	<p>enfermeiros em seus comportamentos de alimentação emocional</p>	<p>A.; Yalçinka ya, Ayşen</p>	<p>enfermeiros em seus comportamentos alimentares emocionais.</p>	<p>satisfação com a vida, e uma correlação positiva entre a alimentação emocional e o estresse percebido. O estresse percebido, a satisfação com a vida e o estado civil explicam 24% dos fatores que influenciam a alimentação emocional. Na prática, enfermeiros psiquiátricos poderiam se beneficiar de programas de formação que os ajudem a fazer escolhas de estilo de vida mais saudáveis.</p>	<p>estado civil influenciam a alimentação emocional dos enfermeiros. Embora haja poucos estudos sobre distúrbios alimentares nessa população, este trabalho contribui ao abordar especificamente a alimentação emocional. Recomenda-se que futuras pesquisas considerem outros fatores que possam impactar esses comportamentos, utilizem amostras maiores e desenvolvam programas de treinamento para</p>
--	--	-------------------------------	---	---	--

					enfermeiros com tendência a comer emocionalmente.
--	--	--	--	--	---

4 DISCUSSÕES

A análise dos estressores ocupacionais enfrentados pelos enfermeiros na Atenção Primária à Saúde (APS) revela uma complexa inter-relação entre sobrecarga de trabalho, condições de infraestrutura e qualidade do atendimento prestado. A sobrecarga da equipe de enfermagem, como destacado por Silva et al. (2020), é uma preocupação constante, pois a insuficiência de recursos humanos e materiais, somada à alta demanda de pacientes, compromete diretamente a segurança do atendimento. Os enfermeiros, ao lidarem com essa pressão, encontram-se em um ambiente propício ao aumento de eventos adversos, resultando em uma assistência deficiente.

Ribeiro et al. (2021) evidenciam que a falta de suporte institucional e a escassez de recursos são fatores que intensificam o estresse vivenciado pelos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família (ESF). A pressão para atender a uma demanda crescente de pacientes, enquanto se enfrenta a carência de materiais e infraestrutura, cria um ciclo vicioso que impacta negativamente a saúde física e mental dos profissionais. Esses fatores de estresse, como relatado por Siqueira et al. (2020), estão associados ao surgimento de problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade, além de condições físicas como a Síndrome de Burnout.

Além disso, as relações interpessoais no ambiente de trabalho desempenham um papel crucial na experiência dos enfermeiros. Estudo de Felix et al. (2020) revela que dificuldades no relacionamento com a equipe e com a gestão, somadas à desvalorização salarial, são elementos que contribuem para a insatisfação e a sobrecarga dos profissionais. A comunicação deficiente e a falta de apoio gerencial podem exacerbar a sensação de estresse, afetando não apenas o bem-estar dos enfermeiros, mas também a qualidade do atendimento aos usuários.

A liderança também emerge como um fator determinante na APS. De acordo com Mattos e Balsanelli (2021), o papel do enfermeiro como líder é fundamental para a dinâmica

da equipe e a eficácia do atendimento. No entanto, essa liderança muitas vezes não é reconhecida ou valorizada, resultando em gestão inadequada e perpetuação dos problemas de estresse. A promoção de um ambiente que valorize a liderança e a colaboração entre os membros da equipe é essencial para mitigar os efeitos negativos do estresse.

Estudos como os de Costa et al. (2021) enfatizam a importância de políticas públicas que priorizem a saúde ocupacional dos enfermeiros. Isso inclui a implementação de estratégias que ofereçam suporte psicológico, capacitações e atividades que promovam o bem-estar no trabalho. A saúde mental dos enfermeiros deve ser uma prioridade, pois a capacidade de fornecer cuidados de qualidade está intrinsecamente ligada à sua saúde física e emocional.

Além disso, as condições de trabalho nas unidades de saúde, conforme discutido por Trindade e Pires (2021), apresentam fragilidades estruturais que dificultam a execução do SUS e impactam diretamente as cargas de trabalho dos profissionais. A comparação entre diferentes modelos assistenciais, como a Atenção Básica Tradicional (ABT) e a ESF, revela que as demandas e expectativas variam, resultando em cargas de trabalho desiguais e insatisfação dos profissionais. Portanto, a revisão das políticas de gestão do trabalho na APS é essencial para enfrentar esses desafios.

Tem-se como sugestão realizar estudos sobre a eficácia de programas de bem-estar ocupacional, como ginástica laboral e apoio psicológico, na redução do estresse e na melhoria da qualidade do atendimento na APS. Investigar o impacto da liderança dos enfermeiros na motivação da equipe e na qualidade do atendimento prestado, analisando as competências necessárias para uma gestão eficaz na APS. Comparar as condições de trabalho e o estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em áreas urbanas e rurais, identificando as especificidades que influenciam a saúde mental e a qualidade da assistência. Avaliar capacitações em habilidades de comunicação para enfermeiros, visando melhorar as relações interpessoais dentro das equipes e com os usuários. Realizar estudos que avaliem a eficácia de diferentes modelos de gestão na APS, analisando como mudanças na gestão podem influenciar a satisfação e a sobrecarga dos enfermeiros. Investigar a eficácia de políticas de saúde ocupacional voltadas para a promoção do bem-estar dos enfermeiros, com foco na implementação de práticas que previnam doenças relacionadas ao estresse.

5 CONCLUSÃO

O estresse ocupacional na Atenção Primária à Saúde tem implicações profundas no bem-estar dos enfermeiros e na qualidade dos cuidados prestados. A interação entre a

sobrecarga de trabalho, a infraestrutura inadequada e a falta de apoio institucional demanda a implementação de intervenções efetivas que priorizem a saúde mental e física dos profissionais de enfermagem. Apenas assim será possível garantir um atendimento seguro e de qualidade para os pacientes atendidos na APS.

6 REFERÊNCIAS

- DA COSTA, Claudia Silveira et al. **A influência da sobrecarga de trabalho do enfermeiro na qualidade da assistência.** *Revista Uningá*, v. 55, n. 4, p. 110-120, 2018.
- DE ASSIS, Bianca Cristina Silva et al. **Que fatores afetam a satisfação e sobrecarga de trabalho em unidades da atenção primária à saúde?** *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 12, n. 6, p. e3134, 2020.
- DE ASSIS, Bianca Cristina Silva et al. **Satisfação e sobrecarga de trabalho entre profissionais de equipes da Atenção Primária à Saúde.** 2019.
- DE FIGUEIREDO SIQUEIRA, Gylvana Feitosa et al. **Trabalho do enfermeiro na atenção primária em saúde: conhecimento dos fatores estressores.** *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, v. 11, n. 2, p. 72-85, 2013.
- DE OLIVEIRA MATTOS, Julio Cesar; BALSANELLI, Alexandre Pazetto. **A liderança do enfermeiro na atenção primária à saúde: revisão integrativa.** *Enfermagem em Foco*, v. 10, n. 4, 2019.
- FELIX, Rayane Saraiva et al. **Percepções dos enfermeiros sobre as condições de trabalho e infraestrutura das unidades de Atenção Primária em Saúde.** *Tempus-Actas de Saúde Coletiva*, v. 16, n. 4, 2022.
- FERREIRA, Sandra Rejane Soares; PÉRICO, Lisiane Andréia Devinar; DIAS, Vilma Regina Freitas Gonçalves. **A complexidade do trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, p. 704-709, 2018.
- GÜRKAN, K. P.; AYDOĞDU, N. G.; DOKUZCAN, D. A.; YALÇINKAYA, A. **The effects of nurses' perceived stress and life satisfaction on their emotional eating behaviors.** *Perspectives in Psychiatric Care*, v. 58, n. 3, p. 1048-1054, 2022. doi: 10.1111/ppc.12897.
- MAISSIAT, G. S.; LAUTERT, L.; DAL PAI, D.; TAVARES, J. P. **Contexto de trabalho, prazer e sofrimento na atenção básica em saúde.** *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 36, n. 2, p. 42-49, 2015.

MILANEZ, T. C. M. et al. **Satisfação e insatisfação na Estratégia Saúde da Família: potencialidades a serem exploradas, fragilidades a serem dirimidas.** *Cadernos de Saúde Coletiva*, v. 26, n. 2, p. 184-190, 2018.

RIBEIRO, Karina Viana et al. **Estressores ocupacionais vivenciados por enfermeiros da estratégia saúde da família.** *Espaço para a Saúde - Revista de Saúde Pública do Paraná*, v. 19, n. 1, p. 93-103, 2018.

SILVA, Franciele Xavier da et al. **Sobrecarga da equipe de enfermagem e o risco de eventos adversos.** *Nursing (Ed. bras., Impr.)*, p. 9371-9376, 2023.

TRINDADE, L. L.; PIRES, D. E. P. **Implicações dos modelos assistenciais da Atenção Básica nas cargas de trabalho dos profissionais de Saúde.** *Texto & Contexto - Enfermagem*, v. 22, n. 1, p. 36-42, 2013.