

A PERCEPÇÃO DO ENFERMEIRO SOBRE A QUALIDADE DE SUA SAÚDE MENTAL

Juan Pablo Alvarez Salamanca Gomes

Maria Jose Bernardo da Silva

Graduandos em Enfermagem, Faculdade do Litoral Sul Paulista (FALS), Praia Grande, São Paulo, Brasil.

Elaine Cristina Dos Santos Giovanini.

Professora Mestre da Faculdade do Litoral Sul Paulista (FALS), Praia Grande, São Paulo, Brasil.

RESUMO: Por meio deste trabalho iremos demonstrar o quanto é importante para o enfermeiro ter uma boa saúde mental e qualidade de vida. Abordaremos sua psique, aspectos emocionais, assim como a forma com que este profissional atua, identificando quais fatores o afeta emocionalmente. A expectativa é encontrar posteriormente ao estudo, maneiras de se minimizar os desgastes psicológicos advindos da profissão. O objetivo do estudo consiste em investigar qual a percepção do enfermeiro frente a sua saúde mental e identificar fatores que colocam em risco seu desempenho e performance e qualidade de vida. Para isso será utilizado levantamento bibliográfico em literaturas e pesquisa de campo fenomenológica qualitativa, na qual se aplicara um questionário a cinco enfermeiros de uma determinada instituição de saúde, estes com mais de dez anos de atuação, questionando-os a respeito de seu trabalho, satisfação, mentalidade e qualidade de vida. Espera-se poder entender como um todo a situação que este trabalhador nos expressa, para que no futuro, possa se aplicar intervenções que previnam uma doença de ordem emocional ou de desgaste mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental. Qualidade de vida. Enfermagem.

ABSTRACT: Through this work we will demonstrate how important it is for nurses to have good mental health and quality of life. We will approach your psyche, emotional aspects, as well as the way this professional works, identifying which factors affect you emotionally. The expectation is to find later to the study, ways to minimize the psychological wear and tear from the profession. The objective of the study is to investigate the nurses' perception of their mental health and to identify factors that endanger their performance and quality of life. To do so, a bibliographical survey on literatures and qualitative phenomenological field research will be used, in which a questionnaire will be applied to five nurses from a given health institution, who have more than ten years of service, questioning them about their work, satisfaction, mentality and quality of life. We hope to be able to understand the situation that this worker expresses to us as a whole, so that in the future interventions can be applied that prevent an emotional illness or mental exhaustion.

KEY WORDS: Mental health. Quality of life. Nursing.

INTRODUÇÃO

A pesquisa trata da percepção do enfermeiro sobre a qualidade de sua saúde mental. Sabe-se que o trabalho de enfermagem é um processo contínuo, imprevisível e complexo, possuindo multiplicidade de atos que podem levar o trabalhador a um processo de desgaste emocional, ocasionando sofrimento psíquico.

São muitos os fatores que influenciam nas condições de trabalho do profissional, dentre eles: o desgaste físico e emocional, má remuneração, sobrecarga de trabalho, duplas jornadas e desprestígio social. O hospital é reconhecido por aqueles que neles trabalham como um local insalubre, penoso e privilegiado para o adoecimento.

Será mostrado que, essa questão interfere diretamente o relacionamento do profissional não só em seu meio de atuação, mas também com um mundo a sua volta e diferentemente de outras doenças que ocasionam sofrimento no corpo, a falta de saúde mental acarreta diretamente o centro de todo um organismo, causando consequências em suas atividades laborais e em seu relacionamento intrapessoal e interpessoal (Paul Ekman, 2014, p. 13).

MÉTODOS E TÉCNICAS DE PESQUISA

O trabalho em questão é de cunho qualitativo, o qual utilizamos como instrumento metodológico para a coleta dos dados, a pesquisa fenomenológica. Realizada através de pesquisa de campo no hospital municipal da cidade de São Vicente (HMSV), em São Paulo, apenas com enfermeiros. O projeto foi encaminhado e aprovado pelo comitê de ética e pesquisa envolvendo seres humanos, através da plataforma Brasil, na faculdade MAX Planck. Respeitando os referenciais básicos da bioética, autonomia, não maleficência, beneficência e justiça, conforme resolução

196\96 do conselho nacional de saúde (CNS). Anteriormente a coleta de dados, foi esclarecido e fornecido aos entrevistados o TCLE, para ciência e assinatura.

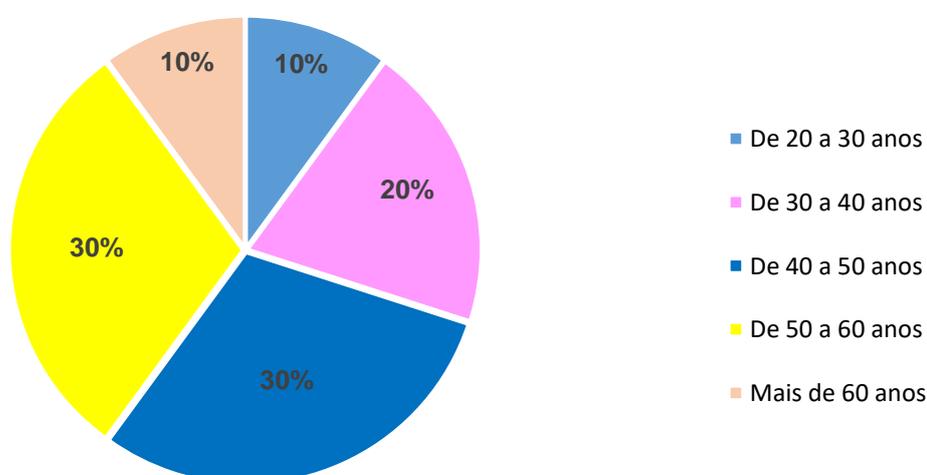
Foram entrevistados 10 indivíduos, o que representou uma amostragem de 100% de profissionais enfermeiros, de diversos setores de atuação. A coleta foi realizada através de um questionário com 10 questões. Onde os sujeitos da pesquisa estiveram livres para expressar seus sentimentos, suas necessidades, dar sugestões e opiniões sobre o assunto em questão.

As análises foram realizadas com base na metodologia proposta por Colaizze (1978) que se deu em sete etapas: leitura, extração das assertivas, formulação dos significados, organização dos significados, integração dos resultados, elaboração da estrutura e validação da estrutura (Gil, 2010).

RESULTADOS

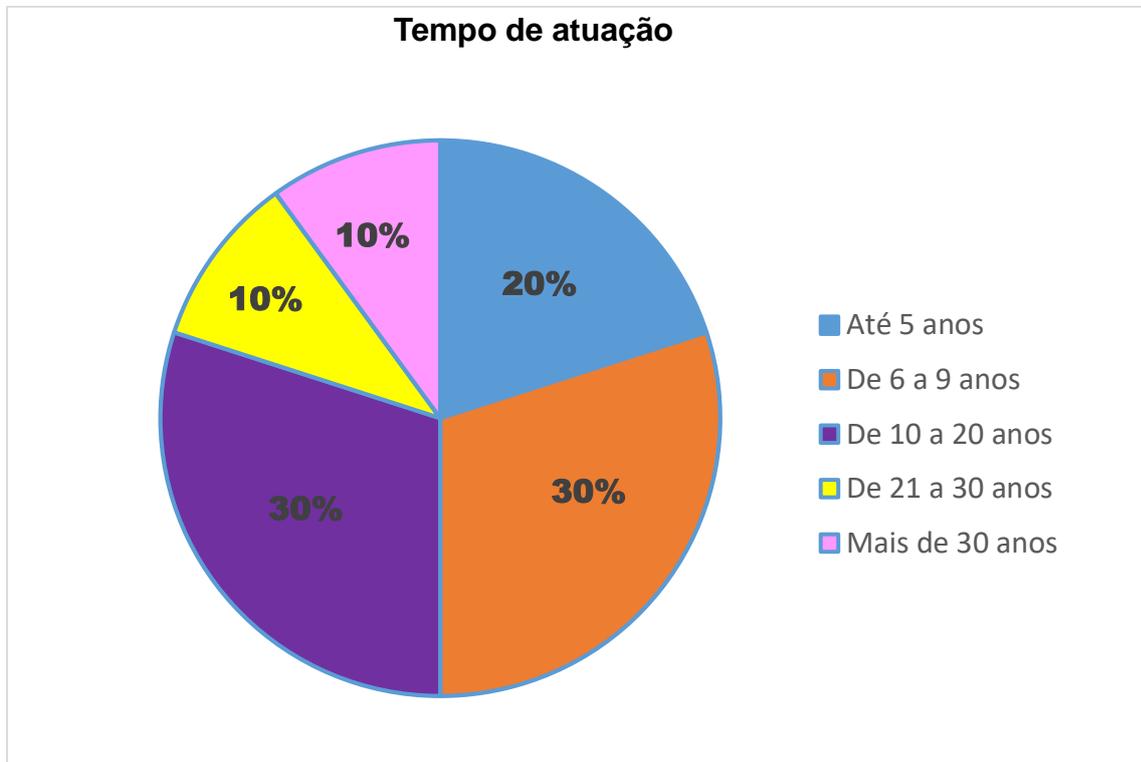
Quanto ao perfil dos entrevistados 70% tem mais de 40 anos. Sendo 90% do sexo feminino e 10% do sexo masculino. Com tempo de atuação que varia de 05 anos até 32 anos. Conforme mostram os gráficos abaixo:

Idade dos entrevistados



Autores: SILVA, Maria Jose Bernardo da; Gomes, Juan Pablo Alvarez Salamanca.

Como podemos observar, a maioria do público entrevistado tem de 40 até 60 anos, 30% tem de 40 a 50 anos e os outros 30% de 50 a 60 anos. A minoria do quadro de profissionais entrevistados reflete 10% com 20 até 30 anos e 10% com mais de 60 anos. Os 20% representa os aqueles na faixa de idade de 30 a 40 anos.



O gráfico nos apresenta o tempo de atuação dos sujeitos entrevistados. Até 5 anos de atuação, temos um montante de 20%, de 06 a 09 anos 30%, de 10 a 20 anos 30%, de 21 a 30 anos 10%, e aqueles com mais de 30 anos de formação representam 10% do total 100%.

Mas qual a percepção do profissional enfermeiro frente a sua saúde mental?

Os profissionais pesquisados demonstraram consciência das situações que vivenciam, demonstrando boa saúde mental, porem evidenciando condições que levam ao desgaste físico e emocional. Para alguns autores quando ocorrem esses desgastes, os profissionais ficam expostos ao estresse e conseqüentemente

aparecem os sintomas físicos, tais como, cefaleia, distúrbios gastrintestinais (SILVA, 2012).

E quais os fatores que colocam em risco o desempenho, performance e qualidade de vida dos enfermeiros?

Más condições de trabalho e sobrecarga de serviços são alguns destes fatores:

Sim pela sobrecarga do trabalho. Ser enfermeiro é ser responsável por uma equipe de enfermagem e por um setor, então você responde por procedimentos realizados por você e por outras pessoas que nem sempre você está satisfeito ou pode escolher para trabalhar, além de trabalhar sem condições de trabalho e acabar sendo quebra galho e apagar incêndios. (SUJEITO 02).

De acordo com Dejours (1999), a noção de sofrimento no indivíduo se torna central, tornando-se uma luta do sujeito com as forças que o empurram em direção à doença mental.

Muita cobrança para pouco suporte, remuneração defasada, longas jornadas de trabalho:

... pois não somos bem remunerados, temos uma enorme cobrança de todos (chefia, médicos, pacientes, acompanhantes e até mesmo o COREN) e como acompanhamos o paciente em internação 24h acabamos sendo sobrecarregados e conseqüentemente recebendo a culpa de erros que muitas vezes não são nossos. Como sempre digo: no final a culpa é sempre do enfermeiro. (SUJEITO 02).

Para Harris (1989) a satisfação é um sentimento que advém da situação total do trabalho.

Índice de absenteísmo:

“Pouco estressante, devido a lotação de pouco profissional atuante na longa jornada de trabalho de 12 horas de plantão. Índice de absenteísmo muito alto na instituição hospitalar” (SUJEITO 05).

Nogueira Martins (2003), em uma pesquisa antiga que fora realizada com enfermeiras na cidade de Londres na Inglaterra, a respeito do estresse relacionado à tarefa assistencial, ao cuidado direto com o cliente, na análise dos resultados foram observados altos índices de tensão, estresse, angústia e que trouxeram como resultado altos índices de absenteísmo.

Falta de reconhecimento (quanto à qualificação do enfermeiro especializado):

“O médico obstetra jamais fara plantão em uma UTI neo, digo, outro médico neonatologista jamais dará plantão no centro obstétrico” (SUJEITO 08). O que ocorre de forma contraria na enfermagem, onde é comum ver enfermeiros especialistas atuando fora de seu campo de especialização. Para Rego (2001), a satisfação no trabalho está relacionada a justiça e ao respeito que o trabalhador é submetido.

Cefaleia, Hipertensão e momentos de ansiedade:

“Percebo as tensões de forma fisiológica. Estresse, hipertensão, ansiedade. Cuidamos dos outros e não de nós mesmos” (SUJEITO 04).

Quem cuida de modo adequado de si mesmo, encontra-se em condições de relacionar-se, de conduzir-se adequadamente na relação com os demais... O cuidado de si constitui-se em parar, dirigir o olhar para a nossa vida (LUNARDI, et al., 2004, p. 935).

Acúmulo de funções e situações estressantes:

“Em alguns momentos sim pois o stress muitas vezes é com o acompanhante e nem tanto com o paciente”. Observamos, diante o nível de estresse, que falta visão holística do profissional, ou seja, olhar o doente como um todo, inclusive sua família e tudo que o envolve para o melhor resultado na assistência.

... ressalta-se que o cuidado e a atenção dispensada pelo enfermeiro deve atingir não só os doentes que estão sobre seus cuidados mas sua família e toda a equipe de saúde por ele supervisionada, a finalidade é a garantia de um bom relacionamento e coesão entre os mesmos. (WALDOW, 1998).

DISCUSSÃO

Constatou-se que a profissão não deve ser meramente o desempenho de uma atividade, devendo essa promover ao enfermeiro, satisfação e qualidade de vida. O que não depende única e exclusivamente do profissional, havendo uma responsabilidade por parte das instituições que devem dar suporte e apoio a equipe de enfermagem como um todo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a realização deste trabalho, assumimos o desafio de buscar e identificar junto aos profissionais enfermeiros, fatores que venham colocar em risco seu desempenho, sua saúde mental, sua qualidade de vida.

Percebemos que os profissionais pesquisados demonstraram consciência das situações que vivenciam, demonstrando boa saúde mental, porem evidenciando condições que levam ao desgaste físico e emocional. Para alguns autores quando ocorrem esses desgastes, os profissionais ficam expostos ao estresse e conseqüentemente aparecem os sintomas físicos, tais como, cefaleia, distúrbios gastrintestinais (SILVA et al, 2012)

Identificamos os fatores que colocam em risco o desempenho, performance e qualidade de vida desses profissionais, são estes: más condições de trabalho, sobrecarga de serviços, muita cobrança para pouco suporte, acúmulo de funções, falta de instrumentos de trabalho, remuneração defasada, índice de absenteísmo, longas jornadas de trabalho, falta de reconhecimento (quanto à qualificação do enfermeiro especializado), cefaleia, hipertensão e momentos de ansiedade.

Ao imergir no universo de cada profissional, podemos notar os mais variados sentimentos que variam de amor, compaixão, culpa, ansiedade e até mesmo realização. Há quem diga que o enfermeiro como qualquer outro profissional da área da saúde não sofra diante de determinada situação, e digam que estão “acostumados” com isso ou aquilo. Não é verdade essa afirmativa, que geralmente é advinda da parte de quem está do outro lado, ou seja, do lado de fora da situação.

Diferentemente de outras doenças que ocasionam sofrimento no corpo, a falta de saúde mental acarreta diretamente o centro de todo um organismo, causando consequências em suas atividades laborais e em seu relacionamento intrapessoal e interpessoal (EKMAN, 2014).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, M.E.G; et al: **Adolescência, família e escolhas: implicações na orientação profissional**. Rios de Janeiro – 2008. Vol. 20. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010356652008000200013>. Acesso em 01 set 2017.

ALVES, C.M.J. **Díades em saúde mental; estudo de resiliência, qualidade de vida, sintomatologia, ajustamento diádico e vinculação**. Faculdade de psicologia da Universidade de Lisboa- 2012. Disponível em <http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/6894/1/ulfpie040126_tm.pdf> Acesso em : 02 Abr 2017.

BIANCHI, E.R.F. **Enfermeiro hospitalar e o estresse**. Escola de enfermagem da usp, São Paulo-sp, v. 34, n.4, p. 390-4 Disponível em :< <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v34n4/v34n4a11>> acesso: 10 Abril 2016.

Conselho regional de enfermagem – Coren - **Principais legislações para o exercício da enfermagem**. São Paulo, 3ª ed. Set. 2015.

EKMAN, Paul. **A linguagem das Emoções**. São Paulo: Lua de papel, 2014.

ELIAS, M.A; NAVARRO, V.L. **A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola**. Uberlandia-MG. Revista Latino-americana de Enfermagem 2006 julho-agosto; 14(4):517-25 Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a08.pdf>> acesso: 20 Abril 2016.

FERRAREZE, M.V.G; FERREIRA, V; CARVALHO, A.M.P. **Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em terapia intensiva.** ACTA paul enferm, Ribeirão Preto-SP, 2006;19(3):310-15 Disponível em: <<http://www2.unifesp.br/acta/pdf/v19/n3/v19n3a9.pdf>> acesso:14 Abril 2016.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

IGNATTI, C.: **Sofrimento psíquico de enfermeiros: um olhar mitológico.** São Paulo – SP Universidade federal de São Paulo – USP, março/2012. Disponível em: <<http://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes-anteriores/edicao-n-1-2014/1449-120-390-1-sm/file>> Acesso em: 18 dez 2016.

MARON, W.M.C: **À motivação: de Maslow a Freud.** PUC – PR, 2012. Disponível em: <<http://www.santacruz.br/v4/download/gestao-em-foco/a-motivacao-de-maslow-a-freud.pdf>>. Acesso em 10 set 2017.

MONTANHOLI, L.L; TAVARES, D.M.D.S; OLIVEIRA G.R.D. **Estresse: fatores de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar.** Revista brasileira de enfermagem, Uberaba-MG, 2006 set-out; 59(5): 661-5 Disponível em: <<file:///C:/Users/Downloads/v59n5a13.pdf>> acesso: 20 Abril 2016.

NOTARO, K.A.M; FIGUEIREDO, L.A; S/ANTOS, M.S.G; VELLOSO, I.S.C. **Fatores que influenciam nas condições de trabalho em enfermagem e suas repercussões para o trabalhador.** Facultad/e de Ciências Biológicas e Saúde, Universidade UNA -MG, Disponível em: <<http://apps.cofen.gov.br/cbcentf/sistemainscricoes/arquivosTrabalhos/I10754.E3.T1670.D3AP.doc>> acesso: 24 Abril 2016.

OLIVEIRA, T.T.S; LEME, F.R.G; GODOY, K.R.G. **O cuidado começa na escuta; profissional de saúde mental e as vicissitudes da pratica.** Unicamp- sp, junho – 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167944272009000100007> Acesso em 01 abr 2017.

PAULA, G.S; REIS, J.F; DIAS, L.C; DUTRA, V.F.D; BRAGA, A.L.S; CORTEZ, E.A. **O sofrimento psíquico do profissional de enfermagem da unidade hospitalar.** Niterói - Rio de Janeiro. Universidade Federal Fluminense, Dezembro, 2010 Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=Ink&exprSearch=635384&indexSearch=ID>> acesso: 18 Mar 2017.

SAÚDE, Organização Mundial; Relatório mundial de saúde mental: **Saúde Mental; Nova concepção, Nova esperança.** Genebra, Suíça. Volume 1, 2001. Disponível em: <<http://www.abebe.org.br/wp-content/uploads/oms2001.pdf>> . Acesso: 16 Out 2016.

SOBROSA, G.M.R, et al: **Influências percebidas na escolha profissional de jovens provenientes de classes socioeconomicas desfavorecidas**. Belo Horizonte – MG – 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682015000200007>. Acesso em 10 set 2017.

SIGMUND, Fred. **O mal estar nas civilizações**. Goiania: Novas ideias, 1930.

SILVA, C.D ; PINTO, W.M: **Riscos ocupacionais no ambiente hospitalar: fatores que favorecem a sua ocorrência na equipe de enfermagem**. Serra Talhada – PE Faculdade de integração do Sertão, 2012 Disponível em: <<http://fis.edu.br/revistaenfermagem/artigos/vol02/artigo10.pdf>> Acesso em 20 Dez 2016.