

## **ESTRESSE NO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Estresse é um conjunto de reações e agressões de diversas origens, que causam perturbações ao organismo. A entrada do indivíduo no mercado de trabalho promove o crescimento, transformação, reconhecimento e independência pessoal, mas o estresse pode causar problemas de insatisfação e desmotivação do profissional. O trabalho deve ser algo prazeroso, com os requisitos mínimos para a atuação e para a qualidade de vida dos indivíduos. Ser enfermeiro significa ter o homem como objeto do trabalho, e, como alvo de ação, o próprio homem, ou seja, a participação direta no processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e tantas outras situações e reações desenvolvidas pelo processo de adoecimento. Este estudo trata-se de uma revisão da literatura com objetivo de identificar os fatores geradores de estresse e seus efeitos, nos profissionais de enfermagem. Utilizou-se de 10 artigos publicados na base de dados LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), entre os anos 2004 e 2010, a partir do descritor de assunto “saúde do trabalhador” e com a inclusão daqueles que tratavam da saúde do profissional de enfermagem, estavam publicados em português e permitiam acesso ao conteúdo na íntegra, gratuitamente. Realizado através do método qualitativo com abordagem quantitativa. Como principais estressores foram identificados: número inadequado de funcionários compondo a equipe; carga elevada de trabalho; produção de tarefas em tempo reduzido; conflito de funções; condições e desvalorização de trabalho, sendo que o estressor mais citado foi a elevada carga de trabalho. Os sinais e sintomas de estresse mais encontrados foram físicos (taquicardia, hipertensão, hiperatividade, dores articulares, entre outros) e emocionais (ansiedade, tensão, angústia e insônia). Conclui-se que o enfermeiro é um profissional que vive sob condições de trabalho que podem causar malefícios à sua saúde, quando o mesmo deveria ter condições adequadas para se dedicar à prestação de uma assistência efetiva e eficaz, visando à qualidade de vida dos pacientes. Salienta-se que, estando à qualidade de vida do profissional enfermeiro prejudicada, o mesmo pode ter dificuldade em atuar como agente promotor de saúde.

**Palavras-chave:** Enfermagem. Estresse. Carga de trabalho.