

APOIO PSICOTERAPÊUTICO ÀS EQUIPES DE ENFERMAGEM EM HOSPITAIS: UMA DISCUSSÃO

Ariane Caelli Squillace Mendes¹ Priscila Aparecida Rodrigues²

1. Estudante de Psicologia; e-mail: ariane.caelli@gmail.com
2. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: pri.ar@outlook.com

Área de conhecimento: Psicologia

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Enfermagem; Psicologia Hospitalar.

INTRODUÇÃO

Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional, segundo o Ministério da Saúde ([20--]), é um transtorno psíquico em que há um estado físico, emocional e mental de exaustão extrema, resultado do acúmulo excessivo de situações no trabalho que são emocionalmente exigentes e/ou estressantes, e que demandam muita competitividade ou responsabilidade. Geralmente o estado de Burnout acomete especialmente profissionais da área da saúde e da educação, como médicos, enfermeiros, professores, etc, devido a uma atuação composta por muita pressão e exigência para que haja um trabalho bem feito e um alcance de metas. E segundo Santos & Cardoso (2010), a Síndrome de Burnout pode influenciar, e de maneira bastante significativa, no desempenho e saúde do profissional, resultando um rendimento abaixo do esperado. Uma área de atuação que vem sofrendo bastante com isso é a área de enfermagem. Tais profissionais tendem a lidar com uma quantidade excessiva de estresse diário. Sua atuação consiste em cuidar da vida e do bem estar de um outro ser humano, assim, se um enfermeiro não estiver 'bem', pode acabar colocando uma vida em risco. Além de uma atuação estressante voltada ao cuidado, todo profissional da área da saúde também tem uma vida fora do seu ambiente de trabalho: família, amigos, relacionamentos etc. Isso também pode afetá-lo se ele estiver com uma sobrecarga emocional voltada ao trabalho. Ele acaba não conseguindo lidar com tudo o que está acontecendo a sua volta. As condições da saúde pública e privada no Brasil atualmente vem colocando cada vez mais de lado a saúde mental desses profissionais, já que enfrentam muita demanda e pouco recurso e reconhecimento. O cuidado é pouco para com alguém que dedica sua vida para cuidar do outro, principalmente dentro do seu ambiente de trabalho. Já com relação à psicologia, é importante saber que, independente da área de atuação, ela tem por objeto de trabalho a escuta. Por meio dela, fornece a um sujeito a possibilidade de uma relação de atenção e cuidado para com este, fazendo-o perceber a importância de sua individualidade. Em um hospital, a prática é a mesma, porém voltada àqueles que estão presentes em tal equipamento, seja por um problema de saúde, seja por aqueles profissionais que visam cuidar da saúde, buscando também uma promoção de saúde constante.

OBJETIVOS

A presente pesquisa tem por objetivo geral discutir a importância de um acompanhamento psicológico à equipe de enfermagem, dentro e fora do ambiente de trabalho e por objetivos específicos, registrar relatos de profissionais da enfermagem que trabalham em hospital privado, debater o que foi colhido juntamente com aportes teóricos voltados ao cuidado, e apontar a necessidade de um processo terapêutico para a equipe de enfermagem para um fortalecimento de repertório para o lidar com momentos estressantes.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo exploratória, utilizando-se do método de análise de conteúdo, por se tratar de uma análise de informações constantes de um documento, independentemente de seu formato - gestuais, orais, escritas ou imagéticas (Severino, 2016). O procedimento escolhido para o colhimento das informações foi o *survey*, ou levantamento, “interrogação direta das pessoas cujo comportamento se deseja conhecer” (GIL, 2002), no caso a experiência de enfermeiros dentro de hospitais. Tal levantamento de dados será feito com base em um questionário de 15 (quinze) perguntas abertas voltadas para à experiência de cada profissional da enfermagem dentro da sua área de atuação, à como vê o psicólogo e seu papel dentro dos hospitais e às suas relações sociais e familiares. Sobre a população, foi decidido para participar da pesquisa um número de 15 (quinze) enfermeiros que trabalham há, no mínimo, 5 (cinco) anos na área, que atuem em hospitais particulares nas alas de UTI (Unidade de Tratamento Intensivo) e enfermaria. Estão sendo excluídos desta pesquisa profissionais da enfermagem que atuem em seguimento ambulatorial, com menor tempo dentro da área de atuação e os que se recusarem a participar.

RESULTADO/DISCUSSÃO

Sobre a definição de estresse, o que pode se observar foi que as enfermeiras ouvidas entendem tal conceito por um momento de nervosismo, irritamento, falta de controle de seus próprios sentimentos e até mesmo um tipo de esgotamento. Dizem já terem passado por situação desse tipo, seja pela demanda do paciente ou até por uma falta de reconhecimento por parte do próprio hospital. O estresse apresenta-se como uma resposta reativa necessária frente a demandas sociopsicológicas que surgem na vida do sujeito (ZANELLI; BORGES-ANDRADE; BASTOS, 2014). É um modo de resposta e adaptação a uma situação causando-lhe sua sobrevivência (BENEVIDES-PEREIRA, 2010 apud SILVA et al, 2015). E quando voltado ao campo do trabalho, encontramos o estresse ocupacional, que seria “entendido como uma reação tensional experimentada pelo trabalhador diante de agentes estressores que surgem no contexto de trabalho e que são percebidos como ameaças a sua integridade” (ZANELLI; BORGES-ANDRADE; BASTOS, 2014). Sobre o conhecimento acerca do Burnout, das cinco entrevistadas, somente a número 3 teve uma vivência, pois diz ter sido diagnosticada com tal síndrome e passar por acompanhamento psicoterapêutico, o que diz estar ajudando em seu processo de enfrentamento. Das restantes, quatro sabem alguma coisa sobre o assunto e duas nunca ouviram falar. O Burnout, segundo Zanelli, Borges-Andrade & Bastos (2014), “é uma resposta prolongada a agentes estressores do contexto de trabalho, sendo definido como uma síndrome composta por três dimensões: exaustão, cinismo e ineficácia”. Cada dimensão representa um aspecto do transtorno: exaustão refere-se ao sentimento de as energias estarem sendo esgotadas; o cinismo representa o contexto, incluindo as respostas dadas pelo sujeito, como a apatia; e a ineficácia inclui a autoavaliação, trazendo sentimentos de incompetência e de declínio de produtividade (ZANELLI; BORGES-ANDRADE; BASTOS, 2014). As sete profissionais têm apoio e melhor aceitação de sua família e amigos acerca de seu trabalho, conseguindo aproveitar o tempo livre que tem com eles. Contudo, uma delas diz estar tendo dificuldades com o marido, sendo que este não aceita muito bem o trabalho que ela faz. Alguns estudos, como o de Chambel & Santos (2009), afirmam que a relação positiva entre família e trabalho pode trazer benefícios tanto para o trabalhador quanto para a organização, já que pode gerar comportamentos mais saudáveis nos trabalhadores enquanto realizam suas atividades – trabalham mais motivados e satisfeitos. Sobre o equilíbrio entre suas vidas pessoais e profissionais, todas tiveram um discurso com a ideia de que quando começaram a trabalhar na área, tinham muita dificuldade em conseguir separar esses aspectos um do outro, muitas vezes levando para casa questões

e fatos que aconteciam no local de trabalho. Tal ato dificultava seus relacionamentos e faziam com que se sentissem bem mais cansadas e angustiadas. Sobre o papel do psicólogo, as cinco enfermeiras tiveram respostas que mostravam que tinham uma boa percepção sobre o papel dele, principalmente no ambiente hospitalar. Sobre já terem feito ou fazerem algum acompanhamento com tal profissional dentro ou fora do local de trabalho, três disseram nunca terem precisado, três já terem precisado, mas somente em momentos específicos de suas vidas, e uma diz que está fazendo acompanhamento devido ao fato de sofrer com o Burnout. A Psicologia Hospitalar, segundo Simonetti (2016), é um “campo de atendimento e tratamento dos aspectos psicológicos em torno do adoecimento”. Tal perspectiva coloca em si uma visão não focada nos aspectos patológicos, mas nos psíquicos, abordando não só como o paciente vê seu estado ‘saúde versus doença’, além de como decide lidar com isso. Entretanto, essa visão não é somente direcionada ao paciente, mas também à sua família, ou àqueles que fazem parte da sua rede de apoio. Quando se fala em ‘aspectos psicológicos’ há uma referência à subjetividade do paciente, englobando seus medos, suas crenças, suas falas, hábitos, sonhos e tudo aquilo que envolva seu estilo de vida (SIMONETTI, 2016). Quando falamos sobre o que o psicólogo poderia fazer para ajudá-las em seu ambiente de trabalho, a mais frequente das ideias foi a de se fazer rodas de conversa para um melhor apoio tanto provindo do psicólogo quanto entre seus colegas de área. Disseram inclusive que havia um projeto para tal no hospital privado onde trabalham, porém ainda não obtiveram nenhuma resposta.

CONCLUSÕES

Assim, foi possível observar que as profissionais entrevistadas têm uma boa percepção das possíveis ações de um psicólogo e, ainda que reduzidas, em como este poderia ajudá-las dentro do local de trabalho. É visível também uma sobrecarga emocional e física que estas profissionais têm que lidar diariamente em busca de se fazer um bom trabalho, tanto no hospital quanto em suas casas.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. . **Síndrome de Burnout: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção.** [20--]. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>>. Acesso em: 18 maio 2019.
- CHAMBEL, M. J.; SANTOS, M. V. Práticas de conciliação e satisfação no trabalho: mediação da facilitação do trabalho na família. In: **Estudos de Psicologia**, Campinas, 2009, 26(3), 275-286.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- SANTOS, Ana Flávia de Oliveira; CARDOSO, Carmen Lúcia. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 1, p, 67-74, 2010.
- SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico.** 24. ed. São Paulo: Cortez, 2016. 317 p.
- SILVA, Raimunda Nonata Soares da; SILVA, Lucas Pereira; COSTA, Márcio Cristiano Melo da; MENDES, Jadilson Rodriguês. Síndrome de burnout em profissionais da enfermagem.

Revista Saúde em Foco, Teresina, v. 2, n. 2, art. 7, p. 94-106, ago/dez, 2015.

SIMONETTI, Alfredo. **Manual de psicologia hospitalar: o mapa da doença**. 8 ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2016.

ZANELLI, José Carlos; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo; BASTOS, Antonio Virgílio Bittencourt. **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente a minha orientadora, Prof. Me. Priscila Aparecida Rodrigues, pelo apoio e incentivo a esta pesquisa. Agradeço aos meus amigos de curso e aos outros professores que serviram de intermédio para que eu conseguisse material e divulgação para essa pesquisa. Agradeço ao meu namorado, aos meus pais e a minha irmã, por sempre estarem comigo e por serem meus maiores incentivos durante todo esse processo.