

LIDAR COM O STRESSE RECURSOS DE COPING DOS ENFERMEIROS

Borges, E.*
Rodrigues-Ferreira, T.**

*Escola Superior de Enfermagem do Porto, Professor Adjunto; e-mail: elizabete@esenf.pt

**Escola Superior de Enfermagem do Porto, Professor Coordenador.

RESUMO

São complexos os novos factores que afectam a segurança e saúde no trabalho, como a estrutura demográfica, a disseminação de novas tecnologias e a alteração na importância de sectores económico. Contudo, o stress relacionado com o trabalho mantém-se actual, nas nossas empresas “22% of the working population is affected by work-related stress” (AESST, 2010).

Os enfermeiros representam um grupo profissional, em que o stress relacionado com o trabalho é uma realidade (ICN, 2007).

Os resultados obtidos evidenciaram que das subescalas de recursos de coping, o suporte social foi a mais utilizada pelos participantes.

Palavras-Chave: Stress; Coping; Suporte Social; Enfermeiros

ABSTRACT

The new factors that affect security and health in work are complex, as the demographic strategies, the spread of new technologies and changes on the importance of some economic sectors. However, the stress related to work is a problem of the present, in our companies “22% of the working population is affected by work-related stress” (AESST, 2010).

Nurses represent a professional group, in which the stress related to work is a reality (ICN, 2007).

The obtained results show that from its coping resources subscales, the social support was the most used by the participants.

Keywords: Stress, Coping, Social Support, Nursing

INTRODUÇÃO

A OMS (2010) com o objectivo de contribuir para a promoção da saúde no local de trabalho apresenta o modelo de ambientes de trabalho saudáveis. Este modelo evidencia como factores essenciais a atenção especial ao processo contínuo (mobilizar, reunir, diagnosticar, priorizar, planejar, fazer, avaliar e melhorar) e gradual de mobilização, a participação de trabalhadores e gestores, assentes em princípios éticos e de valores. As vias de influência descritas neste modelo (ambiente físico e psicossocial do trabalho, os recursos individuais de saúde e a participação da empresa) ainda que sejam identificadas como áreas distintas, por vezes sobrepõem-se influenciando o ambiente de trabalho.

Segundo a mesma fonte, o ambiente psicossocial do trabalho compreende a cultura organizacional, os valores, as crenças e as práticas quotidianas da empresa que afectam o bem-estar mental e físico dos trabalhadores. Estes factores podem ser identificados, em determinadas situações, como stressores laborais.

Os profissionais de enfermagem representam uma profissão com elevados níveis de stress. Os stressores são múltiplos e em muitas situações com elevada complexidade, de que é exemplo o fenómeno do bullying (Einarsen, Hoel, Zapf & Cooper, 2011).

Gomes, Cruz e Cabanelas (2009) identificam os seguintes stressores no trabalho, num estudo desenvolvido com uma amostra de enfermeiros: o trabalho de formação e a elaboração de relatórios técnicos, cometer erros e lidar com insucessos e problemas profissionais, excesso de trabalho e envolvimento profissional, instabilidade profissional e na carreira, ambiente de trabalho e relações profissionais, remuneração auferida, falta de reconhecimento, poder e problemas familiares.

É fundamental uma intervenção no stress, esta pode ser desenvolvida com recurso a diferentes estratégias. Ramos (2001) sintetiza estratégias de intervenção no stress em três áreas: eliminar, reduzir ou adequar fontes de stress; reduzir vulnerabilidades/aumentar resistências e, melhorar actos de coping e assistir, cuidar e recuperar pessoas perturbadas pelo stress. Para este autor todas as estratégias podem ser implementadas nos diferentes níveis de prevenção.

METODOLOGIA

Este estudo teve como objectivos descrever os recursos de coping e identificar relações entre factores psicossociais e recursos de coping apresentados pelos enfermeiros.

Trata-se de um estudo transversal, exploratório e descritivo integrado no paradigma de investigação quantitativa.

Participantes

A população alvo são Enfermeiros/Alunos de Cursos de Pós-Licenciatura. A amostra é constituída por todos os enfermeiros (N=151) que aceitaram participar no estudo.

Instrumentos

Utilizamos um questionário para caracterização psicossocial e o Inventário de Respostas e Recursos Pessoais (IRRP), Versão do Brief Personal Survey (BPS) de Major e Webb (1988) traduzida para a língua portuguesa por McIntyre, McIntyre e Silvério (1995). Este, avalia os recursos de coping nos domínios: recursos espirituais/existenciais, coping e o suporte social. Permite, também a avaliação de respostas de stress e índices críticos. É um instrumento de auto-relato, constituído por 99 itens.

Foram solicitadas formalmente as autorizações para a realização do estudo (autorização aos autores do instrumento de recolha de dados, à instituição e o consentimento informado dos participantes).

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Dos resultados obtidos salientamos que numa amostra de 151 enfermeiros 84,8% eram do sexo feminino, com uma idade média de 33,1 anos (DP= 5,659) e tempo médio de serviço na profissão de 10,4 (DP=5,1), na instituição de 8,6 (DP=4,2) e no local de trabalho actual, de 6,6 (DP=3,7). Relativamente à categoria profissional 99 (65,6%) eram enfermeiros graduados e 52 (34,4%) enfermeiro. Integravam o quadro de pessoal 110 (73,3%) e estavam em regime de contrato 40 (26,7%) enfermeiros.

O “suporte social” e os “recursos espirituais/existenciais” foram os recursos de coping mais utilizadas pelos enfermeiros (M= 84,1; DP= 23,1) e (M= 76,8, DP= 25,0), respectivamente. A sub-escala coping foi a que apresentou menor média (M= 66,7, DP= 24,8).

Através da análise de variância de médias encontramos diferenças estatisticamente significativas entre as subescalas de recursos de coping e algumas variáveis psicossociais: os enfermeiros com menos idade apresentam maior percepção de suporte social ($M=90,0$; $DP=16,4$) do que os enfermeiros com mais idade ($M=79,3$; $DP=26,61$, $t(138,775)=3,003$; $p<0,003$; relativamente à categoria profissional os enfermeiros apresentam maior percepção de suporte social ($M=91,6$; $DP=15,8$), do que os enfermeiros graduados ($M=80,3$; $DP=25,4$); $t(148)=2,879$; $p<0,005$.

No que se refere à natureza do vínculo os enfermeiros com contrato apresentam maior percepção de suporte social ($M=90,8$; $DP=17,3$), do que os enfermeiros que pertencem ao quadro ($M=81,7$; $DP=24,6$); $t(147)=-2,168$; $p<0,032$. Por último os resultados evidenciaram que os enfermeiros com menor tempo de serviço na instituição (1- 7 anos) são os que têm maior recurso ao Suporte Social ($M=91,25$; $DP=17,37$) do que os que detêm tempo de serviço igual ou superior a 8 anos ($M=78,6$; $DP=25,7$); $t(134,328)=3,442$; $p<0,001$.

Em síntese, enfermeiros com menos idade, detentores da categoria profissional de enfermeiro, contratados e com menor tempo de serviço na instituição evidenciam maior percepção de suporte social do que: os que têm mais idade, graduados, com vínculo definitivo e com maior tempo de serviço na instituição.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os resultados demonstraram maior recurso ao Suporte Social, seguido do Espírito Filosófico (Recursos Espirituais/Existenciais) e do Coping pelos enfermeiros.

Num estudo desenvolvido com uma amostra de enfermeiros ($n=62$) os recursos mais utilizados e por ordem decrescente foram: os Recursos Espirituais/Existenciais, o Coping e o Suporte Social (McIntyre, McIntyre & Silvério, 1999).

Loureiro (2006) identificou a prevalência do Suporte Social, seguido do Espírito Filosófico (Recursos Espirituais/Existenciais) e do Coping, numa amostra de estudantes de medicina.

Borges (2006, 2009a, 2009b) identificou como recursos de coping utilizados por enfermeiros a exercem actividade num hospital pediátrico ($n=78$), numa consulta externa ($n=20$) e num serviço de doenças infecciosas ($n=34$) o Espírito Filosófico (Recursos Espirituais/Existenciais) e o Coping.

Das subescalas de recursos de coping, a prevalência do Suporte Social está de acordo com a literatura consultada. Para Ramos (2001) percepções positivas de suporte social e boas relações interpessoais caracterizam o Suporte social como um poderoso recurso na gestão do stress. Saroson, Levine, Basham e Saroson (1983) referem que o suporte social promove protecção contra as consequências do stress.

CONCLUSÕES

Os recursos de coping utilizados pelos enfermeiros são diversos e são influenciados por variáveis psicossociais como a idade, a categoria profissional, a natureza do vínculo e o tempo de serviço na instituição. Neste sentido a implementação de programas de gestão do stress laboral, capacita os enfermeiros para a melhoria do coping em situações de stress relacionado com o trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGÊNCIA EUROPEIA PARA SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO - *Inquérito Europeu às empresas sobre riscos novos e emergentes*, 2010 [Em linha]. [Consult. Fev. 2010]. Disponível em http://osha.europa.eu/pt/publications/reports/pt_esener1-summary.pdf
- BORGES, Elizabete. - O Sofrimento dos enfermeiros em pediatria. In P. Marques, J. C. Carvalho, P. Sousa, E. Borges, & S. Cruz (Eds.), *Rumo ao Conhecimento em Enfermagem*. Porto: Escola Superior de Enfermagem de S. João, 2006, p. 248-340.
- BORGES, Elizabete - Enfermeiros e stresse ocupacional: Em contexto de consulta externa. In C. Sequeira, C. Santos, E. Borges, M. Abreu & M. R. Sousa Vida (Eds.), *Saúde e Qualidade de Vida: O Estado da Arte*. Porto: Núcleo de Investigação em Saúde e Qualidade de Vida, 2009a, p. 203-207.
- BORGES, Elizabete - Enfermeiros e stresse ocupacional: Em contexto de doenças infecciosas. In C. Sequeira, C. Santos, E. Borges, M. Abreu & M. R. Sousa (Eds.), *Saúde e qualidade de vida: O estado da arte*. Porto: Núcleo de Investigação em Saúde e Qualidade de Vida, 2009b, p. 209-213
- EINARSEN, S.; HOEL, H.; ZAPF, D.; COOPER, C. L. - *Bullying and harassment in the workplace: developments in theory, research, and practice*. New York: Taylor & Francis, 2011.
- INTERNATIONAL COUNCIL OF NURSES - *ICN on Occupational Stress and the threat to worker health*, 2007 [Em linha]. [Consult. Set. 2008]. Disponível em http://www.icn.ch/matters_stress.htm
- GOMES, A. R. ; CRUZ, J. F.; CABANELAS, S. (2009). Estresse ocupacional em profissionais de saúde: um estudo com enfermeiros portugueses. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Vol. 3, nº 25 (Jul-Set, 2009), p. 307-318.
- LOUREIRO, Elizabete. M. F. - *Estudo da relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de Medicina*. Tese de Mestrado, 2006.
- MCINTYRE, T. M. ; MCINTYRE, S. E. ; SILVÉRIO, J. - Respostas de stress e recursos de coping nos enfermeiros. *Análise Psicológica*. Vol. 17, nº 3 (Set1999a), p. 513-525.
- RAMOS, Marco. - *Desfiar o Desafio: Prevenção do stress no trabalho*. Lisboa: Editora RH, 2001.
- SARASON, I. G., LEVINE, H. M., BASHAM, R. B. & SARASON, B. R. (1983). Assessing social support: the social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 44, nº 1 (1983), p. 127-139.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION - *Healthy workplaces a model for action: For employers, workers, policy-makers and practitioners*, 2010 [Em linha]. [Consult. Fev. 2010]. Disponível em http://www.who.int/occupational_health/publications/healthy_workplaces_model.pdf