

Instabilidade profissional, a nova causa do stress

Enquanto estudos anteriores sugeriam que os profissionais de saúde sentiam-se essencialmente pressionados pelo stress de lidar com os doentes, estes dados de 2012 evidenciam que agora é a carreira e remuneração que mais pressiona os profissionais de saúde.



Lidar com os doentes, o excesso de trabalho, a carreira e as baixas remunerações estão a levar os enfermeiros portugueses ao limite, pondo em risco não só a sua saúde como a dos doentes que tratam, dada a maior probabilidade de falhas na medicação e nos cuidados. A conclusão é do estudo “Stress and psychological health: testing the mediating role of cognitive appraisal”, realizado na Universidade do Minho e publicado recentemente na revista *Western Journal of Nursing Research*. “A atividade dos profissionais de saúde tem uma natureza stressante, seja pela

natureza intrínseca desta atividade (lidar com pessoas em situações de sofrimento) mas também pela sua natureza extrínseca (relações laborais, carreira profissional). Por isso, estudar os enfermeiros é uma excelente oportunidade para analisarmos o modo como as pessoas percebem uma atividade stressante e como reagem a estas situações”, afirma Rui Gomes, um dos responsáveis pelo estudo. Os investigadores averiguaram a relação entre o stress no local de trabalho e a saúde psicológica e chegaram à conclusão de que estão diretamente relacionados, que mais stress está associado a mais problemas de saúde mental, assim

como a imagem que os enfermeiros têm do seu trabalho afeta o seu estado de saúde.

Segundo o estudo, 86% dos enfermeiros trabalha em stress elevado ou moderado, 36% dos quais com “níveis bastante significativos”, e um em cada cinco sente-se emocionalmente exausto (burnout). “Neste último caso, estamos a falar de pessoas com sentimentos de sobrecarga emocional e exaustão devido às exigências do trabalho, o que naturalmente poderá condicionar a capacidade de prestar serviços de saúde”, salienta o investigador.

Rui Gomes destaca ainda um outro dado: “Para mim, o dado mais interessante prende-se com o facto de assistirmos a uma inversão nos fatores de stress nestes profissionais. Assim, enquanto estudos anteriores a este sugeriam que os profissionais de saúde sentiam-se essencialmente pressionados pelo stress de lidar com os doentes, estes dados de 2012 evidenciam que agora é a carreira e remuneração que mais pressiona os profissionais de saúde. A instabilidade profissional pode representar uma área de incerteza difícil de lidar, com consequências do ponto de vista pessoal, familiar e profissional”.

Sugere, por isso, “mais atenção a este aspeto” por parte das

“entidades políticas e empregadores e os próprios profissionais”. Entre outras medidas, Rui Gomes defende que se estabeleçam sistemas de trabalho “human friendly”, que sejam repensados os ciclos rotativos de trabalho, que sejam melhoradas as relações de trabalho, a capacidade de trabalhar em equipa, a resolução de conflitos e a conciliação trabalho-família. Na sua opinião, as entidades podem oferecer programas de apoio individual, ajudando estes profissionais na gestão do stress e trabalhando a sua componente física e mental. “É desta conjugação que teremos os melhores programas de intervenção; menos do que isto é intervir de forma superficial num problema complexo e com raízes profundas no mundo do trabalho.” Este estudo baseou-se nas respostas de 2.302 enfermeiros a um inquérito enviado, entre 10 de janeiro e 12 de fevereiro de 2012, aos 40 mil inscritos na Ordem. Responderam 1.895 mulheres (82,3%) e 407 homens (17,7%), que trabalhavam no serviço público de saúde, principalmente em contexto hospitalar (57,1%), mas também nos cuidados de saúde primários (15,1%). Rui Gomes considera que esta é “uma amostra muito extensiva”, pois “os dados obtidos representam uma das maiores amostragens da classe da enfermagem”.

EDIÇÃO



Jornal Enfermeiro é uma publicação multiplataforma de informação entre enfermeiros e as comunidades que com eles interagem // **Diretora** Fátima de Sousa (fatimasousa@newsengage.pt) // **Equipa editorial** Ângela dos Vais (angeladosvais@newsengage.pt); Teresa Nunes (teresanunes@newsengage.pt) // **Diretor de Arte** Cátia Tomé (catiatome@newsengage.pt) // **Coordenadora Publicidade** Sónia Coutinho (soniacoutinho@newsengage.pt) // **Redação** Edifício Lisboa Oriente, Av. Infante D. Henrique, 333 H, esc. 37, 1800-282 Lisboa, T. 218 532 916, F. 210 435 935, **E-mail:** jornalnenfermeiro@jornalnenfermeiro.pt // **Edição multiplataforma** Os artigos de opinião são da inteira responsabilidade dos seus autores // **Impressão** RPO // **Depósito legal** 392674/15 // **Publicação** isenta de registo na ERC, ao abrigo do Decreto Regulamentar 8/99, de 9/06, artigo 12º, número 1A