

Estresse: fatores desencadeantes, identificação e avaliação de sinais e sintomas no enfermeiro atuante em UTI neonatal*

Stress: precipitating factors, identification and assessment of signs and symptoms in active nurse at neonatal ICU

Daniela Rodrigues dos Anjos**
Edna Alves da Silva**
Heliana Jesus de Almeida Falqueiro**
Patrícia Maria Puggina de Freitas****
Vânia Paziano de Matos Peres**
Viviane Cristine Massruhá**
Viviane Fontes de Souza***

Resumo

Introdução – O estresse é um dos fatores responsáveis por alterações do estado de saúde e bem estar do indivíduo que podem levar à doença e à morte. O objetivo deste trabalho foi o de identificar as fontes geradoras de estresse, bem como os sinais e sintomas característicos em enfermeiros de uma UTIN. **Material e Método** – Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e exploratória. Participaram da pesquisa uma amostra de dezoito enfermeiros atuantes nesse setor há pelo menos um ano. Foi utilizado um questionário adaptado, auto-aplicável com questões sobre fatores estressantes, sinais e sintomas e hábitos de vida. **Resultados e Conclusões** – Dentre os fatores estressantes que mais acometem os enfermeiros está: convencer os membros da chefia, incompatibilidade com superior hierárquico, incompetência de superior hierárquico, sentir-se desvalorizado, falta de funcionários e acúmulo de funções, com 50% das respostas. Quanto aos sinais e sintomas, 28,89% responderam dores na nuca ou região lombar. O consumo de álcool, tabaco e soníferos apareceram com maior incidência no plantão vespertino. Em média os enfermeiros se apresentam enfrentando a fase de alerta descrita por Selye, porém para se diagnosticar o estresse, outros fatores devem ser levados em consideração como dupla jornada de trabalho e problemas presentes na unidade, dados esses que não foram questionados. Através dos resultados desta pesquisa os enfermeiros podem identificar os fatores de estresse ou até mesmo prevenir os seus agravos, não permitindo que ele se eleve através da extensão dos fatores e do tratamento precoce dos sintomas.

Palavras-chave: Estresse; Estresse psicológico; Enfermagem neonatal

Abstract

Introduction – Stress is one of the responsible factors of the alterations of health and well being of the individual in which can conduce the individual to sickness and death. This quantitative, descriptive and exploratory research aimed identify the generating sources of stress, as well as its signs and symptoms in UTIN nurses. **Material and Method** – A number of 18 nurses currently active in their professions participated for at least one year in this research. An adapted questionnaire, self-applicable with questions about stressing factors, signs and life habits was applied. **Results and Conclusions** – The stressing factors mentioned are: convincing leading members, incompatibility with superior ranked professionals, lack of recognition in the job, lack of employees and too much work, were 50% of the answers. Concerning symptoms and signs, 28% answered pain in the neck and back. The consumption of hard liquor, tobacco and sleeping pills were noticed in the afternoons. The nurses in average face the alert fase mentioned by Selye. However, in order to diagnose stress, other factors must be taken into consideration as double shift work and problems on to the facilities and by the way they were not surveyed. Through the results of this research, the nurses can identify the stress factors or even prevent its aggravation not allowing the increasing of the extension of factors as well as the early treatment of its symptoms.

Key words: Stress; Stress, psychological; Neonatal nursing

* Trabalho de conclusão do Curso de Enfermagem na Universidade Paulista (UNIP) Campus Swift, Campinas, 2007.

** Graduandas do Curso de Enfermagem da UNIP.

*** Professora Especialista do Curso de Enfermagem da UNIP – Campus Swift, Campinas. E-mail: vifontes@hotmail.com

**** Enfermeira Mestre em Enfermagem do Centro de Atenção Integral à Saúde da Mulher, Universidade Estadual de Campinas (Unicamp).

Introdução

Devido à necessidade das empresas em ter profissionais motivados e comprometidos com a filosofia da empresa, há uma grande preocupação em conhecer suas percepções frente à qualidade de vida no trabalho¹⁵.

Riscos ocupacionais, quantidade de horas trabalhadas, turnos, locais de trabalho e estressores ocupacionais têm recebido uma atenção especial. Um fator muito pesquisado hoje em dia é o estresse no trabalho. É cada vez maior o número de pessoas que se definem como estressadas ou conheçam alguém que se defina nessa situação. Estressor é uma situação ou experiência que gera sentimentos de tensão, ansiedade, medo ou ameaça que pode ser de origem interna ou externa²¹.

É cada vez maior a preocupação com os fatores estressantes na atividade profissional do enfermeiro. O estresse pode desencadear uma série de outras complicações à saúde, inclusive a morte. Reconhecido como um importante fator desencadeante de sérias patologias, o estresse tem gerado grande preocupação, devido ao impacto que o ambiente de trabalho e sua especificidade podem causar ao profissional¹⁶. Um fator que influencia muito no surgimento do estresse é a quantidade e o tipo de trabalho realizado¹⁷.

Utilizada primeiramente na física, a palavra estresse se referia ao desgaste sofrido por materiais expostos a pressões ou forças⁹. Spilberger foi quem a utilizou no sentido psicológico no século XVIII, porém utilizada na área da saúde em 1926 por Hans Selye, este endocrinologista caracterizou o estresse como uma síndrome em resposta das situações que influenciam nas condições do organismo e o levam a adoecer¹⁶.

O sistema nervoso simpático, também é estimulado pelo estresse, o que causa uma liberação de catecolaminas, esse processo faz com que a resistência periférica aumente, devido à constrição provocada, ao mesmo tempo, o estresse afeta o ritmo cardíaco e a quantidade de sangue expelida pelo coração a cada batimento¹³.

Atualmente o estresse significa pressão, insistência e estar estressado significam estar sob pressão ou estar sob ação de um determinado estímulo insistente. Tem sido considerado como um dos problemas que mais frequentemente age sobre o ser humano, interferindo na homeostase de seu organismo, devido à grande quantidade de tensões que enfrenta diariamente¹⁶.

O estresse é hoje um conceito muito importante para as ciências psicobiológicas, embasando várias pesquisas sobre doenças como: doenças articulares, cardiovasculares, hipertensão arterial sistêmica e o desenvolvimento de neoplasias malignas, dentre outras⁹.

Segundo Selye¹⁸ (1959) as manifestações do estresse envolvem três fases que, em conjunto, caracterizam a Síndrome de Adaptação Geral, que consiste em fase de defesa ou alarme, fase de resistência ou fase de exaustão ou esgotamento.

Embora Selye¹⁸ (1959) tenha identificado três fases do estresse, Lipp¹² (1996), no decorrer de seus estudos, identificou outra fase do processo de estresse, tanto clínica como estatisticamente. "A essa nova fase foi dado o

nome de quase-exaustão, caracterizada por um enfraquecimento da pessoa que não está conseguindo adaptar-se ou resistir ao estressor. As doenças começam a surgir, porém, ainda não são tão graves como na fase de exaustão"².

Diversas pesquisas buscam avaliar o ambiente de trabalho de cada profissional. Na enfermagem tem sido relacionado à dor e sofrimento dos pacientes. O trabalho do enfermeiro, por sua própria natureza e características, revela-se especialmente susceptível ao fenômeno de estresse ocupacional, este é determinado pela percepção que o trabalhador tem das demandas existentes no ambiente de trabalho e por sua habilidade para enfrentá-las²¹.

Muitos profissionais são expostos aos fatores desencadeantes do estresse, que geralmente os leva a um excessivo consumo de café, álcool e tabaco. Especificamente tratando-se de enfermagem, existem no trabalho do enfermeiro de Unidade Terapia Intensiva (UTI), inúmeras fontes geradoras de estresse, entre as quais se incluem as condições ambientais, socioeconômico, cultural, organizacional e a própria assistência de enfermagem¹⁴.

Uma enfermeira, responsável por uma Unidade Terapia Intensiva Neonatal (UTIN) responde por todas as ações realizadas por sua equipe no atendimento de cada paciente, e vivencia momentos de dor, morte, ansiedade, expectativa somada às responsabilidades inerentes à profissão¹⁷.

"O Enfermeiro precisa buscar o autoconhecimento a fim de que o seu papel dentro do processo de cuidar seja constantemente discutido, assim como, a instrumentalização da sua prática em relação ao cuidado humano"⁶.

"Estudos comprovam que as complexidades existentes em uma UTIN, podem levar a um desgaste geral do organismo e ao estresse"¹.

Muitas vezes os profissionais enfermeiros sofrem com as condições de trabalho que lhes são oferecidas, algumas de forma precária, prejudicando assim o seu trabalho e o desmotivando³.

Além de sua função assistencial, ele realiza atividades administrativas que incluem também orientação, coordenação e supervisão da equipe de enfermagem, de outros profissionais da equipe, do ambiente e dos materiais⁶.

Frente a essas informações, pode-se verificar que a função dos enfermeiros é extremamente estressante, uma vez que o profissional possui uma enorme responsabilidade no desenvolvimento de sua profissão e atividades diárias, agravadas pelas condições de trabalho, por vezes deficientes, e em contrapartida não possui a autonomia ou mesmo o poder de decisão compatível com suas responsabilidades perante a organização³.

Pode-se ressaltar que cada indivíduo apresenta maneiras diferentes de sentir e interpretar as fontes que geram o estresse, pois as características pessoais e a forma de interagir com essas fontes estressoras, as quais estão expostas, determinará os níveis de estresse sentidos pelos enfermeiros atuantes em UTIN⁵.

Busca-se, com este estudo, identificar as fontes geradoras de estresse que acometem os enfermeiros atuantes em UTIN e identificar os sinais e sintomas característicos de estresse desses profissionais.

Material e Método

Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória, não-experimental e não-probabilística, foi realizada dentro de uma UTIN, de uma maternidade filantrópica de médio porte, situada na cidade de Campinas. A amostra foi composta por 18 enfermeiros que aceitaram participar do estudo e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. A coleta de dados foi realizada através de um instrumento proposto e autorizado por Lauter *et al.*⁸ (1999), e adaptado pelos autores deste trabalho.

O instrumento contém 81 perguntas fechadas, sendo dividido em dois blocos. O primeiro bloco é composto por 43 perguntas, abordando diversas situações que possam desencadear o estresse; o segundo bloco é composto por 38 perguntas, que abordam sinais e sintomas que possam caracterizá-lo.

Na sequência do segundo bloco estão as questões de informações profissionais, são questões relacionadas aos dados pessoais, turno de trabalho e tempo de atuação na enfermagem.

A coleta de dados foi realizada após autorização do responsável pela instituição e do Comitê de Ética e Pesquisa da UNIP, conforme o protocolo n° 069/07 CEP/ICS/UNIP e está de acordo com os princípios éticos, seguindo diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos, conforme a Resolução n° 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

Assim sendo, os dados foram obtidos pelas próprias pesquisadoras que realizaram uma entrevista com os enfermeiros da UTIN em estudo, no mês de julho/2007.

Após a coleta, os dados de caráter quantitativo foram tabulados e analisados de acordo com sua distribuição numérica e percentual.

Resultados e Discussão

De uma amostra de 18 enfermeiros, 94,44% são do sexo feminino e 5,56% do sexo masculino, nove trabalham no plantão diurno e nove no plantão noturno, a idade varia entre 23 e 42 anos, sendo a média de 29 anos, desse grupo 33,33% são casados, 55,56% são solteiros e 11,11% são divorciados, 33,33% tem filhos.

Com relação ao tempo de trabalho nesta instituição o mínimo é de 45 dias e o máximo é de 9 anos, a média (48,67%) é de 4 anos, já com relação a pós-graduação 55,56% possuem o título e 44,44% não fizeram pós-graduação.

Para analisar as questões referentes às fontes geradoras de estresse, estas foram subdivididas e agrupadas de acordo com sua semelhança em quatro grupos: sobrecarga de trabalho, relacionamento interpessoal, gerenciamento de pessoal e situações críticas.

Para análise dos fatores desencadeantes de estresse nos enfermeiros atuantes em UTIN, os quatro grupos descritos foram transformados em porcentagem, perfazendo um total de 100%. Foram analisados todos os fatores e computados um a um.

As situações críticas foram os fatores desencadeantes de estresse de maior frequência 54%, autores colocam que esse fator pode estar relacionado à ansiedade e a in-

segurança que desencadeia, causando desconforto e ameaça ao bem-estar físico⁵.

O gerenciamento de pessoal vem logo a seguir com 31%, atividades relacionadas à administração de pessoal, número reduzido de funcionários, cumprimento de tarefas burocráticas de enfermeiros, apresentou os maiores escores, com um indicativo para alto nível de estresse¹.

De acordo com Batista e Bianchi¹ (2006), o número reduzido de funcionários e a falta deles é fonte considerável de estresse, pois o ritmo acelerado de trabalho relacionado ao fato dos profissionais realizarem um grande aporte de tarefas que deveriam ser divididas com outros membros da equipe repercute na qualidade do cuidado, causando confronto frequente entre os enfermeiros, pacientes e familiares.

A sobrecarga de trabalho 15% vem na sequência, ela talvez não gere um sentimento tão agudo quanto às situações críticas, porém sendo mantida continuamente ela determina o estresse no enfermeiro, causando insatisfação pessoal e até mesmo abandono de carreira⁵.

O relacionamento interpessoal não apresentou risco de estresse significativo nesta pesquisa, porém de acordo com Stacciarini e Tróccoli²¹ (2001), as relações interpessoais são fatores desencadeantes de estresse entre enfermeiros de diferentes cargos ocupacionais.

Analisando as respostas do questionário, observa-se que 50% dos enfermeiros responderam nível máximo de estresse para as seguintes questões: convencer os membros da chefia, incompatibilidade com superior hierárquico, incompetência de superior hierárquico, sentir-se desvalorizado, falta de funcionários e acúmulo de funções.

Quando questionados 10,08% responderam ausência de estresse para os fatores desencadeantes, 14,21% pouco estresse, 19,77% estresse moderado, 23,64% nível muito alto e 28,29% nível máximo, conforme Gráfico 1.

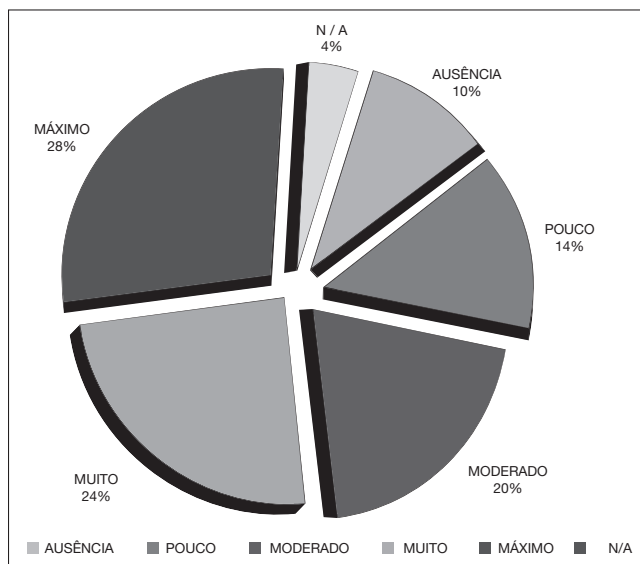


Gráfico 1. Fatores desencadeantes de estresse dos enfermeiros. Campinas, 2007

Os fatores desencadeantes com menor incidência de estresse foram os seguintes: disputa com colegas para

assumir cargos de chefia, executar tarefas inferiores ao seu nível de competência, orientar e treinar pessoal, entrosamento com a equipe e processo de admissão e/ou internação do recém-nascido.

Esses dados levam a crer que há um bom relacionamento interpessoal entre a equipe de enfermagem, porém em relação à questão orientar e treinar pessoal, é possível que os enfermeiros desse setor não sejam responsáveis por tal tarefa, ou ainda, que a mesma não seja realizada nessa enfermaria, uma vez que tais dados não foram questionados.

Com relação aos sinais e sintomas de estresse, pode-se destacar que estresse é conhecido como a capacidade de adaptação de um indivíduo frente a uma determinada situação e são diversos os sinais e sintomas que podem ser apresentados^{4,17}. Nesse estudo as alterações foram agrupadas em seis divisões: cardiovascular, gastrintestinal, respiratórias, sono e repouso, musculares/articulares e reprodutivo-sexuais. Todas essas alterações quando agravadas podem desencadear sérias doenças.

A intensidade da natureza estressora é variável a cada indivíduo, ou seja, a resposta a um fator estressante dependerá de cada organismo¹⁶. Pode-se observar melhor esse fato ao analisar as respostas do questionário entregue aos enfermeiros.

Ao analisar o questionário pode-se observar que aos sinais e sintomas apresentados, a população de enfermeiros no geral, os qualifica quanto a sua incidência como "ausente" com 39,05%, seguido por "médio" com 20,32%, "baixo" com 18,25%, "alto" com 20,40% e "excessiva" com 11,27% das respostas, conforme Gráfico 2.

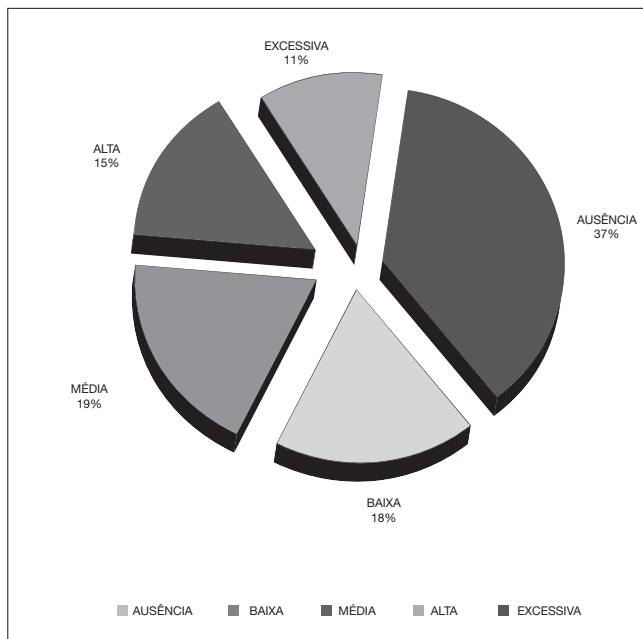


Gráfico 2. Sinais e sintomas de estresse dos enfermeiros. Campinas, 2007

Quanto às alterações cardiovasculares responderam como "ausente" ou "baixo" para os sintomas palpitações, arritmias cardíacas, hipertensão, dor no peito, tontura,

suor frio e respiração muito rápida, contradizendo alguns autores como Lipp¹¹ (1996) que define hipertensão e demais sintomas característicos ao estresse; o mesmo ocorre quanto à falta de apetite com 38,89% e insônia com 61,11% presentes em alterações gastrintestinais e sono e repouso respectivamente.

Os sintomas foram qualificados como "ausente" ou "baixo", no entanto os que obtiveram maiores porcentagens de "ausência" foram hemorragias intermenstruais e amenorréia, presentes em alterações reprodutivo-sexual.

De acordo com Dias *et al.*³ (2005), na situação das condições de trabalho realizado pelos enfermeiros em um ambiente hospitalar a ação dos enfermeiros é extremamente estressante devido a fatores como complexidade das ações que realiza; da relação entre superiores, colegas e pacientes; morte; além das influências externas ao seu ambiente de trabalho, ou seja, toda sua vida pessoal.

No entanto, após um análise comparativa atenta-se para a baixa incidência de sinais e sintomas na população estudada. De todos os sinais e sintomas as respostas quanto à "baixa" ou "ausência" incidência são de 57,30%, quanto a soma de "alta" ou "excessiva" é de 26,67%, trata-se, portanto de uma apresentação relativamente baixa de sinais e sintomas.

Dos enfermeiros pesquisados 33,33% apresentam sinais e sintomas como gastrite e pirose, estes presentes em alterações gastrintestinais; 33,33% apresentam necessidade excessiva de dormir, presente em alterações de sono e repouso e 77,33% apresentam dores musculares, na nuca cervical ou lombar, estes contidos em alterações musculares/articulações.

Mesmo sendo sintomas de estresse, somente com essa pesquisa não se pode definir esses profissionais como estressados, ou diagnosticá-los segundo as fases de Selye¹⁸ (1959), já que essa pesquisa não analisou outras fontes geradoras dos mesmos sinais e sintomas, inerente a vida pessoal de cada enfermeiro. Para poder detectar de forma fidedigna o estresse nessa equipe deve-se pesquisar outras fontes desses sintomas. No caso específico desses profissionais seria necessário conhecer seus hábitos alimentares, uma vez que uma ingesta alimentar inadequada poderia acarretar sintomas como a gastrite. Outro fator importante a essas alterações é o uso regular de bebidas alcoólicas e o fumo. Deve-se atentar também ao uso de técnicas corretas para realização de suas atividades diárias, entre outros fatores que poderiam acarretar problemas na coluna e consequentemente algias lombares, cervicais e outras.

Esta pesquisa também revelou que o uso de álcool, tabaco e soníferos na maioria dos resultados obtidos não apresentou associações com os fatores desencadeantes do estresse. Considerando uma amostra de dezoito enfermeiros, 72,22% admitiram beber de tempos em tempos, 22,22% responderam que não bebem jamais, enquanto outros 5,56% admitiram fazer uso de álcool regularmente de 3 a 6 copos por dia. Em relação ao fumo, considerando a mesma amostra, 88,89% responderam que não fumam, 5,56% admitem fumar de 6 a 10 cigarros por dia e 5,56% fumam de 1 a 5 cigarros por dia. No que se refere ao uso dos soníferos, 94,44% responderam que

não usam e 5,56% usam um por dia.

Entre os dados acima referidos, o consumo de álcool, tabaco e soníferos aparecem maior incidência no plantão vespertino, no qual foram entrevistados quatro enfermeiros. Dentre estes, em relação ao uso do álcool, 50% afirmaram que bebem de tempos em tempos, 25% regularmente, enquanto outros 25% afirmaram não beber jamais. Já em se tratando do uso do tabaco, 50% dos enfermeiros responderam que não fumam, 25% fumam de 6 a 10 cigarros por dia e outros 25% fumam de 1 a 5 cigarros por dia. E quanto ao uso de soníferos, 75% responderam que não usam e 25% dos enfermeiros que participaram da pesquisa admitiram fazer uso de uma pílula por dia.

Porém as referências analisadas afirmam que os indivíduos que são acometidos de um alto nível de estresse, apresentam maior probabilidade do uso excessivo de álcool, tabaco e soníferos. No que se referem aos soníferos, eles não atuam na causa real da insônia, que são os hábitos inadequados e o estresse, pois mesmo que o indivíduo consiga dormir por mais algum tempo, esse sono torna-se menos relaxante. Alguns autores^{10,14,20,22}, ainda referem que na tentativa de lidar com esse problema, podem surgir dificuldades interpessoais, ocasionando um uso frequente de álcool, tabaco e soníferos, provocando assim danos à própria saúde. A população estudada, apesar de ser acometida pelo estresse, não utiliza álcool, tabaco e nem soníferos em quantidade representativa, sendo assim, acredita-se que eles devem fazer uso de outras estratégias para aliviar o estresse e seus sintomas.

Conclusões

Nesta pesquisa foram estudados os fatores desencadeantes de estresse e os sinais e sintomas presentes em

um grupo de 18 enfermeiros de uma UTIN.

As maiores fontes geradoras de estresse estão relacionadas à insatisfação dos enfermeiros com as atitudes e relacionamento da chefia, além da falta de funcionários, sendo que 51,93% da população estudada classificaram esses fatores como altamente estressante.

Dentre os sinais e sintomas relacionados no questionário aplicado aos enfermeiros, estão entre os de maior incidência: cefaléia, necessidade excessiva de dormir, dores na nuca ou região cervical, com respectivamente 33,33%, 33,33% e 44,44%.

Os achados desta pesquisa em relação ao consumo excessivo de álcool, tabaco e soníferos é contraditório em relação aos resultados dos autores analisados. O consumo de álcool, tabaco e soníferos somente foram encontrados com maior incidência no plantão vespertino, o qual foi fator determinante em relação aos índices encontrados. Sendo assim as variáveis analisadas não são fatores determinantes para o uso frequente dessas substâncias.

Perante uma análise simples dos resultados dos sinais e sintomas, não se pode diagnosticar o estresse nessa população, diversos outros fatores podem interferir nas respostas dadas ao questionário, são variáveis como dupla jornada ou problemas presentes na unidade que não são de conhecimento das autoras do estudo, e não foram questionados. Outros fatores importantes são as mensurações laboratoriais do estresse descritas por Smeltzer e Bare¹⁹ (2002), que avalia o estresse através dos exames de urina, sangue e clivagem hormonal.

Por estarem em um nível relativamente baixo de estresse os enfermeiros poderão reduzir e até mesmo prevenir os agravos dele, não permitindo que ele se eleve através da extensão dos fatores e do tratamento precoce dos sintomas.

Referências

- Batista KM, Bianchi ERF. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. *Rev Latinoam Enferm*. [periódico na Internet]. 2006 [acesso 5 jul 2007]; 14(4):534-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
- Camelo SHH, Angerami ELS. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. *Rev Latinoam Enferm*. [periódico na Internet]. 2004 [acesso 23 jun 2007]; 12(1):14-21. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
- Dias SMM, Boas AAV, Dias MRG, Barcellos KCP. Fatores desmotivacionais ocasionados pelo estresse de enfermeiros em ambiente hospitalar. *In: VIII SEMEAD Seminário em Administração FEA-USP*. 11-12 ago 2005. São Paulo; 2005 [acesso 5 jul 2007]. Disponível em: <http://www.ead.fea.usp.br>
- Ferrareze MVG, Ferreira V, Carvalho AMP. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. *Acta Paul Enferm*. [periódico na Internet]. 2006 [acesso 21 set 2007]; 19(3):310-5. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
- Ferreira LRC. Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronotipo. *Sistema Nou-Rau: Biblioteca Digital da Unicamp*; 2006 [acesso 5 jul 2007]. Disponível em: <http://libdigi.unicamp.br>
- Gaíva MAM, Scochi CGS. Processo de trabalho em saúde e enfermagem em UTI neonatal. *Rev Latinoam Enferm*. [periódico na Internet]. 2004 [acesso 31 mar 2007]; 12(3):469-76. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
- Guareschi APDF, Pinto JP. O enfermeiro como cuidador na perspectiva da enfermagem pediátrica. *Nursing (São Paulo)*. 2007;108(9):234-7.
- Lautert L, Chaves EHB, Moura GMSS. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. *Rev Panam Salud Publica*. [periódico na Internet]. 1999 [acesso 24 fev 2007]; 6(6):415-25. Disponível em: <http://www.scielo.org/scielo>
- Lima EDRP, Carvalho DV. Estresse ocupacional – considerações gerais. *Nursing (São Paulo)*. 2000;3(22):30-4.
- Lima FD, Buunk AP, Araújo MJB, Chaves JGM, Muniz DLO, Queiroz LB. Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal de Uberlândia-2004. *Rev Bras Educ Méd*. [periódico na Internet]. 2007 [acesso 23 set 2007]; 31(2). Disponível em <http://www.scielo.br/scielo>
- Lipp MEN. Stress: conceitos básicos. *In: Lipp MEN. Pesquisa sobre estresse no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas: Papirus; 1996. p.17-23.

12. Lipp MEN. Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida: um guia de tratamento para o hipertenso. Campinas: Papyrus; 1996. p.94.
13. Lipp MEN, Guevara AJH. Validação empírica do inventário de sintomas de stress (ISS). *Estud Psicol (Campinas)*. 1994;11(3):43-9.
14. Mangolin EGM, Nunes NA, Zola TRP, Ferreira APP, Andrade CB. Avaliação do nível de estresse emocional na equipe de enfermagem de hospitais de Lins/SP. *Saúde Rev*. 2003;5(10):21-8.
15. Pizzoli LML. Enfermeiras e qualidade de vida no trabalho. *Nursing (São Paulo)*. 2004;72(7):42-7.
16. Roberta CP, Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev Esc Enferm USP*. [periódico na Internet]. 2004 [acesso 13 abr 2007]; 38(2):152-60. Disponível em: <http://www.ee.usp.br/reeusp/upload/pdf/106.pdf>
17. Santini AM, Costenaro RGS, Medeiros HMR, Zaberlan C. Estresse: vivência profissional de enfermeiros que atuam em UTI neonatal. *Cogitare Enferm*. 2005;10(3):14-22.
18. Selye H. Stress: a tensão da vida. São Paulo: Ibrasa; 1959.
19. Smeltzer SC, Bare BG. Brunner & Suddarth: tratado de enfermagem médico-cirúrgico. 9ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002. v.3, p.70-6.
20. Souza ER, Franco LG, Meireles CC, Ferreira VT, Santos NC. Sofrimento psíquico entre policiais civis: uma análise sob a ótica de gênero. *Cad. Saúde Pública*. [periódico na Internet]. 2007 [acesso 23 set 2007]; 23(1):105-14. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
21. Stacciarini JM, Tróccoli BT. Estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latinoam Enferm*. [periódico na Internet]. 2001 [acesso 24 fev 2007]; 9(2):17-25. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>
22. Tortora GJ. Corpo humano: fundamentos de anatomia e fisiologia. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed Editora; 2000. p.243, 399.

Recebido em 30/01/2008

Aceito em 22/4/2008

