

**CENTRO PAULA SOUZA
ETEC PADRE CARLOS LEÔNIO DA SILVA
TÉCNICO EM SEGURANÇA DO TRABALHO**

**OS IMPACTOS DAS DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS EM
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM E SEU ENFRENTAMENTO**

***THE IMPACTS OF PSYCHOSOMATIC ILLNESSES ON NURSING
PROFESSIONALS AND THEIR COPING***

**Alexandra Kauani Oliveira da Silva¹
Cauã Ferreira Sebastião²
Glauca Lemes Barbosa³
Waldir Santos Amorim⁴
Prof. Me. Bruno Leandro Cortez de Souza⁵**

Resumo: As doenças psicossomáticas são desordens emocionais ou psiquiátricas que provocam várias queixas físicas, podendo afetar diferentes partes do corpo. Os profissionais da enfermagem vivenciaram experiências significativas nos últimos anos que podem ter causado desequilíbrios mentais. O presente trabalho visa coletar informações sobre como essas doenças vêm sendo tratadas em ambiente laboral, tendo a percepção de como ocorrem, os seus fatores motivadores internos e externos e o que de fato deve ser feito para se ter uma gestão mais eficaz, sob o ponto de vista de redução de afastamentos do trabalho e qualificação do serviço prestado. A metodologia de pesquisa foi exploratória, utilizando como procedimentos técnicos a pesquisa bibliográfica e o estudo de campo em um Hospital na cidade de Guaratinguetá-SP, além de entrevista estruturada com um Técnico em Segurança e Saúde no Trabalho que já trabalhou em um Hospital na Cidade de Aparecida/SP, mas não tem vínculo profissional com o Hospital alvo da pesquisa de campo, e com uma Psicóloga, que tem realizado inúmeros atendimentos de casos desses profissionais em sua clínica particular. Concluiu-se que existe evolução por parte do hospital que busca oferecer melhor qualidade de vida em ambiente laboral, porém, faz-se necessário maior investimento em mecanismos ou ferramentas que busquem reabilitação gradativa do estado mental de seus colaboradores, visando também a atuação prévia no diagnóstico e prevenção desses males.

Palavras-chave: Doenças Psicossomáticas, enfermagem, tratamento.

¹ Técnico em Segurança do Trabalho – Etec Pe. Carlos Leônio da Silva alexandra.kauani19@gmail.com

² Técnico em Segurança do Trabalho – Etec Pe. Carlos Leônio da Silva cauaferreira2211@gmail.com

³ Técnico em Segurança do Trabalho – Etec Pe. Carlos Leônio da Silva grazielaglauciabarbosa@gmail.com

⁴ Técnico em Segurança do Trabalho – Etec Pe. Carlos Leônio da Silva waldiramorim2@gmail.com

⁵ Engenheiro de Segurança do Trabalho. Mestre em Ciências. Professor da Etec Pe. Carlos Leônio da Silva bruno.souza295@etec.sp.gov.br

1 INTRODUÇÃO

O estresse é considerado um processo psicofisiológico que pode resultar em sintomas desagradáveis e deletérios à saúde do homem contemporâneo e, de maneira especial, aos trabalhadores que executam atividades de risco, constituindo-se na atualidade em um problema de saúde pública.

Irritabilidade, enxaqueca, gastrite, alergias alimentares ou de pele são alguns dos sintomas que atingem a grande maioria de profissionais que sofrem de doenças psicossomáticas. Nesse contexto, os sintomas físicos acabam se tornando uma consequência dos sintomas emocionais e psicológicos. Ou seja, as doenças psicossomáticas estão relacionadas ao controle das emoções, sentimentos e ao modo de pensar. As emoções incontroláveis e os pensamentos negativos que desencadeiam desequilíbrios mentais que, conseqüentemente, sobrecarregam as funções orgânicas e atrapalham o funcionamento do corpo. Esse tipo de doença se caracteriza pela manifestação de sintomas causadores de aflição e perturbação no seu dia a dia, potencializados por comportamentos, sentimentos e pensamentos relacionados aos sintomas somáticos (ligados ao corpo, excetuando vísceras e cabeça), que tendem a aparecer de forma intensa e constante, podendo variar de suaves, moderadas e graves.

Diante desse quadro, várias pesquisas têm sido realizadas a fim de mapear tal problemática com o intuito de identificar fatores causadores que contribuam para a potencialização dessas enfermidades.

Com isso, se faz necessário buscar identificar como vem sendo tratado tal problemática sob a ótica laboral. Isto é, identificar a que nível de nocividade ao colaborador e às empresas tais implicações vem ocasionando e, se o formato atual de enfrentamento, por parte dos gestores, é adequado e se tem surtido efeito aceitável para o colaborador e, por conseguinte, à produtividade.

Uma das profissões que mais exige comprometimento profissional e equilíbrio mental é a enfermagem. Diariamente esses profissionais lidam com a vida e a morte. O ambiente hospitalar, por si só, cercado de riscos biológicos, teve os seus protocolos reforçados com a pandemia de Covid-19 em curso. Isso deixou em

evidência os problemas de saúde mental enfrentados pelos profissionais da enfermagem. Contudo, salienta-se que este problema sempre existiu, porém não era tratado com a devida importância.

Dessa forma, o objetivo deste trabalho é buscar informações mais detalhadas de como esses profissionais são tratados por suas empresas e como lidam com esses desequilíbrios mentais, visando propor novas discussões ou indicar possíveis programas a serem implementados, com o intuito de eliminar ou minimizar tal problemática.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A fim de compor o referencial teórico deste artigo, inicialmente será apresentado o conceito de doenças psicossomáticas. Na sequência será feito um recorte dessas doenças no campo da enfermagem e de outros profissionais da saúde. Com isso pretende-se fundamentar o surgimento de doenças psicossomáticas no campo da área da saúde, identificando fatores causadores e possíveis meios de tratamento.

2.1. Estigmas, conceitos e sintomas das doenças psicossomáticas

“Fracasso, fraqueza, frescura”. Durante anos, pessoas que sofriam de doenças psicossomáticas foram estigmatizadas com tais adjetivos por conta dos sintomas que sentiam sem a aparente constatação de causalidade com o ambiente de trabalho. O desconhecimento do assunto causa um agravamento em quem é estigmatizado, pois não recebe a atenção devida e acaba agravando seu estado ou dificultando o diagnóstico e tratamento. Damásio (2006, p. 114) nos revela que “*o organismo é constituído pela parceria cérebro-corpo que interage com o ambiente como um conjunto*”.

“As doenças do trabalho referem-se a um conjunto de danos ou agravos que incidem sobre a saúde dos trabalhadores, causados, desencadeados ou agravados por fatores de risco presentes nos locais de trabalho. Manifestam-se de forma lenta, insidiosa, podendo levar anos, às vezes até mais de 20 anos, para manifestarem o que, na prática, tem demonstrado ser um fator que dificulta no estabelecimento da relação entre uma doença sob investigação e o trabalho” (SILVA, 2017).

Rufino e Martins (2018) trazem um conceito resumido de doença psicossomática, que pode ser definida como:

doenças causadas no organismo, onde há um sintoma e este sintoma não pode ser detectado por exames médicos, ou seja, a dor é real, que advém de um estado emocional em que a pessoa se encontra, sendo que se isso for tratado em terapia podemos obter a cura, e em alguns casos até mesmo sem o uso de medicação.

Para Fiorelli e Malhadas Júnior (2003), o mascaramento de transtornos mentais por sinais e sintomas somáticos faz com que se investem grandes somas no combate a manifestações secundárias.

2.2. Atividade laboral dos profissionais de enfermagem e sua exposição às doenças psicossomáticas

Com o surgimento da Pandemia da Covid-19, ocorreram mudanças radicais de comportamento profissional e social, restringindo as relações interpessoais entre profissionais em ambiente laboral e fora dele. Dentre os que mais sofreram tais influências estão os de enfermagem, recebendo grande pressão por um atendimento de maior complexidade técnica, exigindo maior empenho e desgaste, além de terem que lidar com o “inesperado”, pois o desconhecimento sobre a eficácia de protocolos de prevenção e proteção em ambiente laboral frente à um novo vírus, impôs a todos a rápida adaptação a uma nova forma de se comportarem tanto profissionalmente quanto socialmente.

Devido ao estatuto laboral *sui generis*, com o passar dos anos, o serviço desempenhado pela enfermagem desencadeia sinais e sintomas de doenças ocupacionais. Estes afetam enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem alterando sua capacidade de trabalho e propiciando o surgimento de exaustão emocional, irritabilidade, síndrome da fadiga crônica, distúrbios do sono, transtornos depressivos, síndrome de esgotamento profissional e estresse ocupacional” (LLAPA-RODRIGUEZ et al, 2018).

2.3. Proporcionalidade dos profissionais de enfermagem acometidos por tais patologias em relação a outros profissionais da área de saúde

No período de dezembro de 2020 a abril de 2021, foi realizada uma pesquisa pela Fiocruz MS, juntamente com a Fiocruz Brasília e pesquisadores da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS) e Escola de Saúde Pública (ESP) do estado de MS, com intuito de mensurar os impactos que a pandemia de Covid-19 causou a profissionais de saúde.

De acordo com Marques (2022), o estudo com profissionais da área da saúde mostrou que dos 831 entrevistados, a grande maioria eram da área da enfermagem (72,4%). E os dados da pesquisa indicaram a manifestação de sintomas diversificados, tais como “leve” a extremamente “severo”, conforme escala DASS-21, nos transtornos de “estresse” (65%), “ansiedade” (61,6%) e “depressão” (61,5%). Ou seja, uma parcela significativa dos profissionais vivenciou problemas mentais por

causa da pandemia.

Um dos resultados obtidos neste estudo foi relacionado ao aumento de profissionais em tratamento ou acompanhamento, acometidos por doenças psicossomáticas, com o surgimento da Pandemia da Covid-19, trazendo dados referente ao público-alvo desta pesquisa.

Antes da pandemia de COVID-19, estavam em tratamento/acompanhamento psicológico ou psiquiátrico 24,1%, tendo esse percentual aumentado em 13,9% entre os profissionais, durante a pandemia (FIOCRUZ / DF, 2022).

2.4. Fatores que colaboram para o surgimento dessas doenças em ambiente de trabalho

Segundo Tesck (1982), os fatores de estresse a que uma equipe de enfermagem que trabalha em UTI está exposta, aponta indicadores que se caracterizam em três níveis: ambiente, equipe e relação enfermeiro-paciente-família.

Partindo da mesma premissa, pode-se vislumbrar que se aplicada a outras áreas de atuação da enfermagem, esses indicadores apontam como facilitadores para o desenvolvimento dessas doenças, ambientes fechados, com ventilação e iluminação artificial, formatação arquitetônica muitas das vezes desfavoráveis ao acondicionamento desses profissionais, equipamentos deficientes, inexistentes ou em escassez, a constante cobrança por bons resultados e por redução de falhas, a convivência com pacientes e seus familiares, que tem suas particularidades e cobranças, que muitas das vezes não está ao alcance desses profissionais de enfermagem, além da falta de reconhecimento explícito por parte da chefia, como forma de motivação e reconhecimento ao esforço aplicado em suas atividades.

Estudos indicam que ambientes conturbados por aglomerações de pessoas em estado de agonia, alterações repentinas de rotinas e a necessidade de se produzir sem que se tenha prazer ou satisfação, também colaboram para o aumento do estresse.

A apreensão, o conflito, as aglomerações humanas, os transtornos da vida das pessoas, a mudança rápida e a necessidade do trabalho como meio de sobrevivência, provocam níveis de estresse que ameaçam a saúde e o bem-estar (BOLLER, 2002).

2.5. Formas de enfrentamento e prevenção em ambiente laboral

O diálogo entre equipe, de forma descontraída e descomprometida, em momentos de descanso durante seu turno de serviço, com assuntos variados, além

de estímulos audiovisuais que venham a contribuir para a recreação do profissional, são, notoriamente, medidas que colaboram para esse enfrentamento, pois tem o objetivo de mudança de foco, tirando-o não somente de um ambiente fisicamente estressante, mas também ativando o lado emocional de um momento de maior descontração e que seja renovador.

Nesse sentido, foi aprovada em 03 de janeiro de 2020 a Lei nº 17.234, na Assembleia Legislativa de São Paulo, que obriga Hospitais Públicos e Privados no Estado de São Paulo a disponibilizarem ambientes de “Descompressão” para os profissionais de Enfermagem (DOE de 04Jan20).

Portanto, podemos constatar que a aplicação das atividades do lazer no ambiente profissional, poderá favorecer a distração, a recreação e o entretenimento, como meio de refazimento das energias, como forma de reeducação e alívio de tensões, contribuindo para a promoção da saúde individual e de toda equipe, bem como, favorecendo a melhoria da qualidade total do serviço em questão (PEREIRA, BUENO, VILLELALAZER, 1997).

Incentivar atividades que visem a busca do equilíbrio emocional e o fortalecimento da resistência às intempéries que a atividade laboral ocasiona, também auxilia na formação de um ambiente mais salutar e prazeroso. O autoconhecimento, onde cada um pode identificar suas limitações e valores, aprendendo a lidar com as adversidades tendo a certeza de que vivemos de bons e maus momentos, certamente colabora para que sentimentos de ansiedade e frustração se amenizem.

É fundamental a adoção de medidas que minimizem esses quadros, como, por exemplo, o treinamento admissional, que tem por finalidade preparar os profissionais, capacitando-os para prestação de uma assistência coerente as normas da instituição, respeitando as visões, missões e princípios da mesma (BUCCHI; MIRA, 2010).

3 METODOLOGIA

Como método, foram coletados dados através de pesquisa exploratória em artigos científicos sobre as doenças psicossomáticas e suas causas em ambiente hospitalar especificamente para profissionais de enfermagem. Foram pesquisadas as possíveis medidas de prevenção e tratamento, buscando-se, primeiramente, conhecer e entender sobre o assunto. Em seguida, com base nas pesquisas exploratórias realizadas, iniciou-se uma pesquisa de campo através de questionário estruturado, no período de 21 a 25 de setembro de 2022, que possuíam dez (10) quesitos a serem respondidos, sendo oito (08) de múltipla escolha e duas (02)

dissertativas intuitivas. A população pesquisada foi de vinte (20) profissionais de enfermagem de um Hospital particular da Cidade de Guaratinguetá/SP.

Questionário aplicado aos colaboradores

1. Qual seu sexo ou orientação sexual?
a) *Masculino; b) Feminino; c) Não binário*
2. Qual função ocupa na área de saúde?
a) *Enfermeiro; b) Médico; c) Psicólogo; d) Outros*
3. A quanto tempo ocupa a função?
a) *Entre 1 e 5 anos; b) Acima de 5 anos*
4. O que mais lhe causa estresse em seu ambiente de trabalho?
a) *Falta de meios; b) Excesso de atendimento; c) Percepção do sofrimento das pessoas; d) Atividades repetitivas*
5. Consegue separar problemas pessoais dos profissionais?
a) *Sim, sempre; b) Algumas vezes; c) Somente quando tenho muita ocupação; d) Não*
6. Consegue separar problemas profissionais dos pessoais?
a) *Sempre; b) Quase sempre; c) Não; d) Não, mas sem prejuízo*
7. Na sua opinião, um ambiente laboral com mais diálogo entre chefia e colaboradores, onde impere o convencimento através do entendimento das tarefas, colabora para uma diminuição nas causas de estresse?
a) *Sim; b) Não; c) Talvez; d) Pouca influência*
8. Na sua opinião, quais virtudes um profissional de saúde, que estiver à frente de situações extremas de atendimento deve buscar ou adquirir?
a) *Agir com maior racionalidade; b) Com equilíbrio entre razão/emoção; c) Não conter sentimentos, sem perder a razão; d) Num primeiro momento agir com a razão, depois, com empatia.*
9. Você realiza alguma compensação emocional como forma de desabafo da pressão que sofre no trabalho? Se sim, qual?
10. Ter um profissional de saúde mental à disposição dos colaboradores da saúde em seu ambiente de trabalho, na sua opinião, é importante? Porquê?

Na construção deste questionário, tomou-se cuidado em não realizar perguntas que pudessem colocar o colaborador em situação de “desconforto” com a Direção do Hospital, que foi quem aplicou e monitorou a pesquisa de campo, evitando “contaminar” o resultado da pesquisa com respostas pouco realistas. Dessa forma, buscamos construir perguntas que pudessem nos fornecer, também, entendimento de forma indireta de algumas respostas pertinentes. .

De posse do resultado da pesquisa de campo, foi aplicado questionário semi estruturado, no período de 26 a 29 de setembro de 2022, a um técnico em segurança do trabalho com experiência no ramo hospitalar, objetivando coletar informações específicas sobre a ótica desse profissional frente à sua atuação, percepção sobre essa problemática, dificuldades encontradas pela falta de programas específicos de prevenção a essas doenças, meios que utilizava para detectar indivíduos com tais sintomas e as possíveis sugestões a serem aplicadas a um futuro planejamento de ação a ser indicado neste trabalho.

Por fim, no período de 03 a 05 de outubro de 2022, tendo como base os resultados coletados do questionário respondido por profissionais de enfermagem, foi solicitado a uma psicóloga, a análise das respostas do questionário aplicado ao público alvo, objetivando melhor entendimento do assunto e possíveis caminhos a serem sugeridos neste trabalho.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Gerência do Hospital da cidade de Guaratinguetá -SP forneceu dados referentes à população alvo do objetivo deste trabalho, onde tem-se a equipe de enfermagem composta por vinte e cinco (25) enfermeiros, sessenta e cinco (65) técnicos de enfermagem e dois (02) auxiliares de enfermagem.

No tocante a estrutura oferecida a seus colaboradores quanto a condições de conforto e descanso, foi informado que possuem área reservada com poltronas e TV, setores com climatização térmica, refeitório com geladeiras e micro-ondas e café e lanche para a equipe noturna. Referente ao reconhecimento motivacional, informaram que realizam eventos comemorativos como por exemplo: “Dia dos Pais, das Mães, Páscoa, Natal e Fim de ano”, além de ofertarem folga na data natalícia do colaborador.

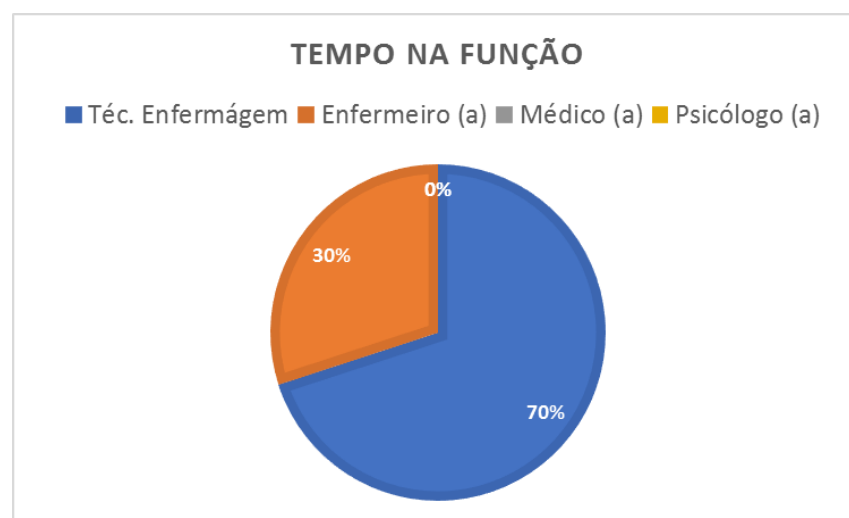
Infelizmente, não foi possível anexar imagens da área de “descompressão” que o Hospital disponibiliza a seus colaboradores por estar passando por reformas. Porém, segue imagem ilustrativa de como deve ser tal ambiente:



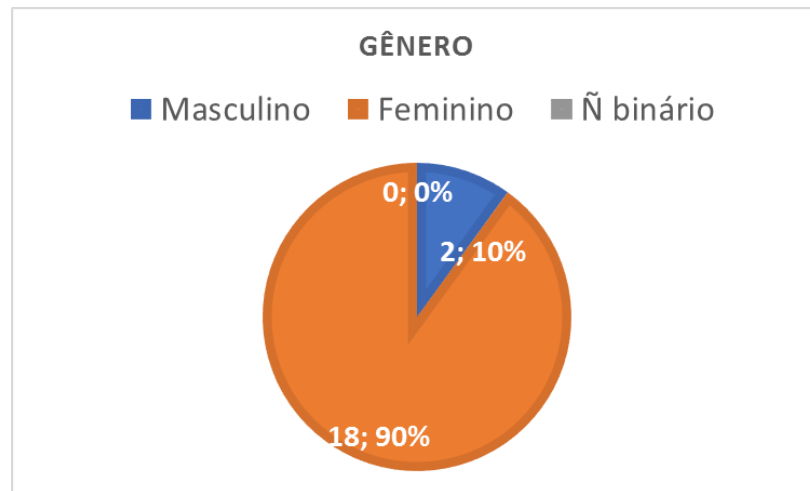
Fonte: www.ghc.com.br

4.1. Questionário aos colaboradores e discussão

Do público-alvo da pesquisa, 70% são técnicas(os) de enfermagem e 30 % enfermeiras(os).

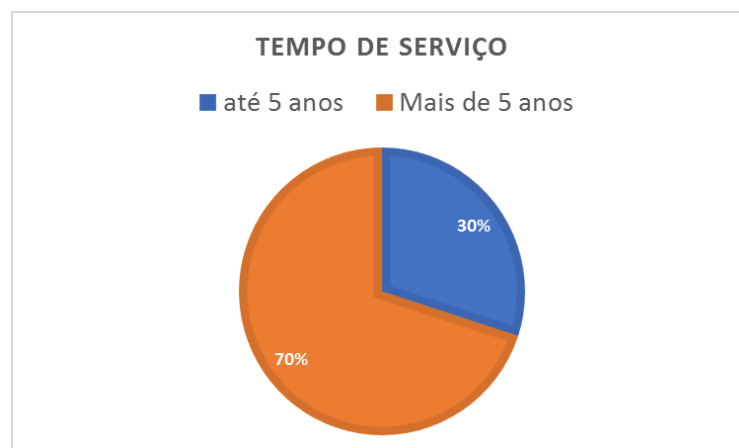


De todos os profissionais, 90% dos entrevistados são do sexo feminino, indicado a predominância do gênero na profissão, o que sinaliza necessidade de identificar meios mais adequados de ação preventiva, visto que, conforme estudos, há diferença na reação e comportamento frente a essas adversidades conforme o gênero.

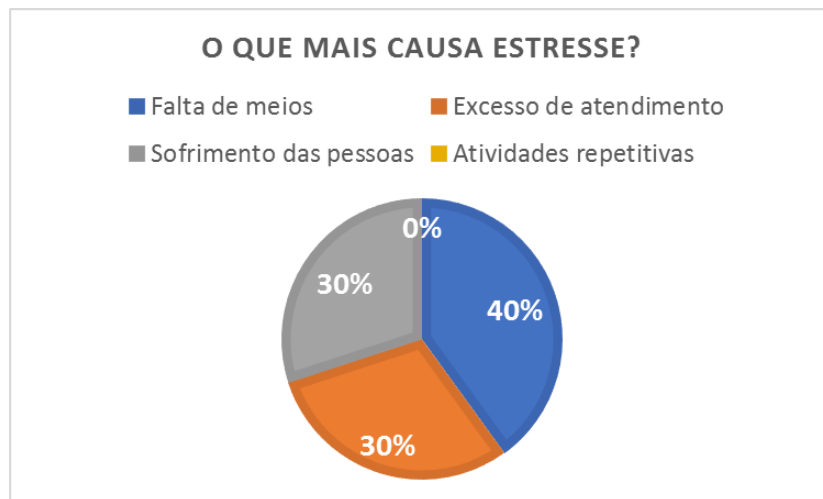


A clarificação do que é válido e relevante nas diferenças de gênero para as depressões pode ser importante para várias ações científicas e assistenciais, inclusive com melhora da capacidade diagnóstica e maior adequação de tratamentos. Até o presente momento, as controvérsias ainda são mais freqüentes do que as conclusões bem fundamentadas (JUSTO e CALIL, 2006).

Quanto ao tempo de atuação na profissão, 70 % dos entrevistados têm mais de 5 anos de profissão, o que demonstra que a grande maioria tem certa experiência na função, indicativo que pode colaborar para um desgaste natural por conta da exposição aos fatores causadores dessas doenças.



Questionados sobre o que mais lhes causa estresse no ambiente laboral, 40% disse ser “falta de meios”, 30% “excesso de atendimento” e outros 30% o “sofrimento das pessoas”.

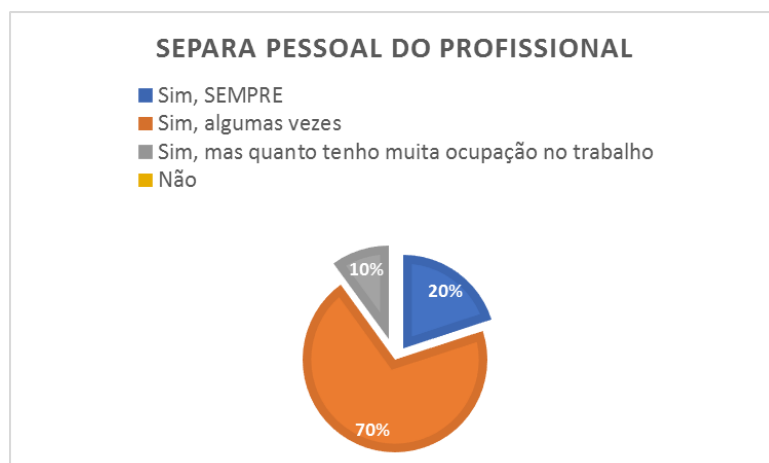


Importante deixar claro que através da resposta deste questionamento percebemos que 100 % da população pesquisada sofre ou sofreu algum sintoma por doenças ligadas ao estresse emocional.

No tocante ao resultado da questão, percebe-se que, se melhor administrado o fornecimento de meios e revezamento de funções, poderia atenuar tais fontes causadoras de estresse.

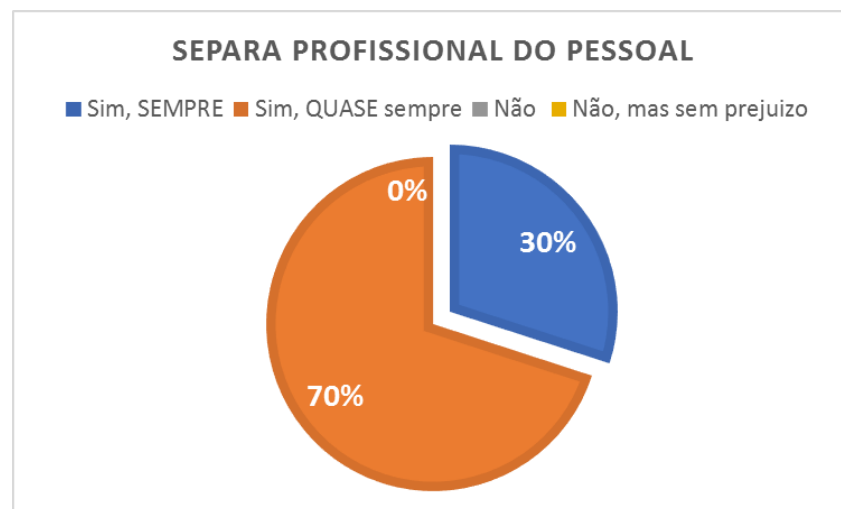
A apreensão, o conflito, as aglomerações humanas, os transtornos da vida das pessoas, a mudança rápida e a necessidade do trabalho como meio de sobrevivência, provocam níveis de estresse que ameaçam a saúde e o bem-estar (BOLLER, 2002).

Sobre conseguir se desligar de assuntos particulares em ambiente laboral, 70% responderam que “sim, sempre” conseguem, 20% “algumas vezes” e 10% “quando tem muita atividade”.



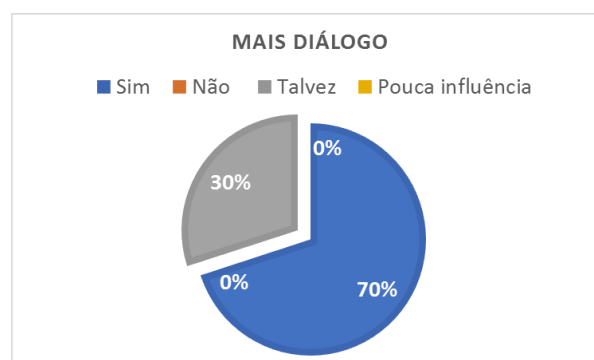
Percebe-se então que 30% dos colaboradores demonstram dificuldade em se “desligar” de assuntos particulares em ambiente laboral. O que se levarmos em consideração a junção com um ambiente carregado por conta de situações normais de trabalho que, notadamente, exigem máxima atenção e compromisso, esses colaboradores terão maior probabilidade de adquirirem algum sintoma das doenças psicossomáticas.

Quando questionados sobre o inverso, separar assuntos profissionais em momentos de folga, 70% responderam “quase sempre” e 30% “sempre”.



Podemos então compreender que entre aqueles que apresentam certa dificuldade em relaxar em momentos de folga, tendem a carregar consigo grande carga emocional que deveria ser atenuada em momentos de folga da atividade laboral.

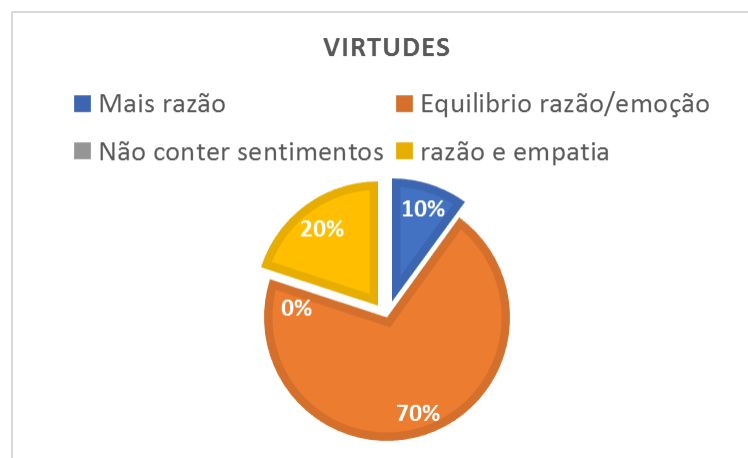
Em um questionamento induzido, foi perguntado se em um ambiente laboral com mais diálogo entre chefia e colaboradores, que impere o convencimento através do entendimento das tarefas, colaboraria para redução nas causas de estresse, tendo como resultado 70 % “sim”.



Percebemos que, mesmo deparando-se com situações que não foram aprendidas na academia, os enfermeiros encontram uma maneira de enfrentá-las, realizando as atividades da melhor forma possível, com bom senso, generosidade, sabendo ouvir e tentando conhecer um pouco do que o outro pensa. Acreditamos que a formação de profissionais competentes necessita estar alicerçada em abordagens que valorizem, não só a racionalidade, mas principalmente a subjetividade, porque é com ela que a enfermagem está diretamente envolvida ao trabalhar com seres humanos, que são imprevisíveis por natureza (MATTOSINHO; COELHO; MEIRELLES; SOUZA; ARGENTA, 2010).

O resultado do questionamento acima nos apresenta uma percepção de que o estabelecimento de um relacionamento mais franco e participativo, onde todos entendam as ordens ou metodologias aplicadas pela instituição e quais objetivos devem ser alcançados, gera maior satisfação e senso de valorização desses profissionais. Isso nos faz concordar com a citação acima, visto a importância da humanização na forma de se administrar pessoas.

Foi perguntado quais as virtudes um profissional de saúde, que esteja a frente de situações extremas de atendimento, deve buscar ou adquirir. Como resposta, para 70% dos colaboradores, o equilíbrio entre razão e emoção foi apontado como resposta.



Segundo Rodrigues e Gondim (2014), para saber lidar com as nossas próprias emoções e as dos outros, é importante ter autocontrole, de modo que o resultado seja o equilíbrio.

Diante do resultado do questionamento acima, podemos concordar com a citação de que ter equilíbrio entre “razão e emoção” é fator preponderante e de consenso de que deva ser de maior importância entre esses profissionais para que possam exercer a função.

Questionados se realizam alguma compensação emocional como forma de descompressão da carga emotiva que sofrem durante o turno de serviço, 90% responderam que não têm qualquer tipo de atividade com essa intenção. Porém, dois entrevistados (dos dois gêneros) responderam que “passeiam com suas famílias” com essa finalidade.



Devemos levar em consideração que muitos desses profissionais, devido a necessidade da complementação de renda, muitos dos entrevistados executam dupla jornada de trabalho. Muitas vezes abrindo mão de horas de descanso, motivo que pode explicar tal resultado.

O período dedicado ao trabalho, decorrente do aumento da jornada, contribui para a redução do tempo de convivência do trabalhador com sua família. Contribuindo, a centralidade que o trabalho assume na vida cotidiana dos indivíduos diminui a disponibilidade, tanto do homem quanto da mulher, para a vida familiar, inclusive no que concerne a sua relação com os filhos (SARTI, 1997).

Diante da constatação de que a prevenção de doenças psicossomáticas é necessária, foi perguntado aos colaboradores se são favoráveis a ter um profissional de saúde mental à disposição em seu ambiente de trabalho e porquê. A resposta foi, na sua totalidade, positiva, tendo várias justificativas, tais como: “devido a tanto estresse; ajuda a trabalhar nossas emoções; ajuda na saúde mental e melhorar outros aspectos; porque trabalhamos com nosso psicológico diariamente e muitas vezes deixamos o dia a dia influenciar em nossos pensamentos; trabalhar com o sofrimento dos outros não é tarefa fácil; por que todos nós precisamos trabalhar nossos sentimentos, reações e emoções; suporte básico na vida e no dia a dia; nunca estamos prontos, e a vida exige isso de nós; é um profissional preparado para nos acompanhar diante de tantas dificuldades”.

Podemos entender que o diagnóstico de sintomas provocados por transtornos mentais é de difícil parecer, onde tudo se resume a exames tradicionais que só tem capacidade de detectar causas “não” psíquicas.

Os profissionais de enfermagem e demais trabalhadores da saúde por fazerem parte dos serviços essenciais e da linha de frente na pandemia da COVID-19 aumentaram sobremaneira a carga horária de trabalho e ficaram mais expostos ao risco de contaminação. A falta de recursos materiais e humanos nos estabelecimentos de saúde aumenta o risco e gera sobrecarga física e psicológica aos profissionais. Por isso, além das condições de trabalho adequadas o apoio psicossocial e da saúde mental a estes profissionais é de fundamental importância para a qualidade do cuidado. (ENFERMEIRA B).

4.2. Questionário ao Técnico em Segurança e Saúde no Trabalho e discussão

Visando trazer a experiência de um profissional da área de Segurança e Saúde no Trabalho que exerceu sua função em unidade de saúde similar ao proposto neste trabalho, foi realizado questionamento estruturado junto a um técnico em segurança no trabalho.

Perguntado qual a sua percepção quanto à incidência de doenças psicossomáticas em profissionais de enfermagem e com qual frequência, respondeu que “ sua percepção era pela mudança de comportamento dos colaboradores e pelo tipo de afastamento que era ligado a sintomas provocados por estresse. Porém, até então, era com baixa frequência de casos, conforme sua análise. Após o surgimento da Pandemia de Covid-19, houve aumento de casos, que foi percebido através do monitoramento de afastamentos e pela sensibilidade de sua observância na mudança comportamental dos colaboradores acometidos pelos sintomas.

A percepção de uma “baixa frequência de casos”, poderia ser explicada também pela falta de medidas de controle, aplicadas por profissional especializado, que visasse identificar tais anomalias, visto que muitas das causas não são detectáveis através de exames clínicos, conforme indica Fiorelli e Malhadas Júnior (2003), o mascaramento de transtornos mentais por sinais e sintomas somáticos faz com que se investem grandes somas no combate a manifestações secundárias.

Questionado se havia algum programa ou medida de controle específico para detecção e prevenção desse tipo de risco, aplicados a esses profissionais citados, e em caso positivo, se poderia relatar como funcionava, respondeu que:

[...] não havia qualquer tipo de programa específico para essa patologia, porém, a equipe de segurança e saúde no trabalho conseguia perceber indicadores da existência desse tipo de comorbidade através dos atestados

médico de afastamento e pela mudança repentina do comportamento dos colaboradores, os quais eram encaminhados a um profissional de psicologia existente na empresa, mas que não tinha essa função primária (TST).

Tal percepção vem ao encontro com o que estudos indicam como forma de lidar com o problema que alguns colaboradores utilizam. De acordo com Ayres, Britto e Torquato (2002), existe também o enfrentamento deficitário, que se dá quando o trabalhador faz uso de estratégias inapropriadas para o contexto, como, por exemplo, tentar desvencilhar-se rapidamente das suas tarefas, ancorar-se em vícios e isolar-se dos demais, comportamento que pode facilitar a presença de fontes de estresse que produzem alterações fisiológicas, tais como a queda da imunidade e aumento ou queda da pressão arterial, tornando o trabalhador mais vulnerável a outros quadros somáticos.

Baseado em sua experiência profissional aqui exposta, o técnico em segurança do trabalho acredita que as empresas precisam dar maior atenção a esses riscos, criando metodologias de controle, prevenção e diagnóstico, previamente elaboradas por profissional da área da saúde mental ou que possua conhecimento na área, com vistas a eficácia nos processos de melhoria das condições de segurança e saúde desses trabalhadores, confirmando inclusive, a importância de um profissional de saúde mental nessas empresas com essa função, pois irá refletir em menos casos de absenteísmo, ambiente mais salutar e melhoria no atendimento de clientes e pacientes.

Segundo Ribeiro (2011), pode-se dizer que através de uma atividade reflexiva e educativa o psicólogo do trabalho pode contribuir para a promoção de um contexto de trabalho saudável, em que o uso da resiliência por parte dos trabalhadores garanta sua proteção e a promoção de sua saúde.

Por fim, o técnico em segurança do trabalho indicou, após questionado sobre sugestões a respeito, a inclusão de profissionais de saúde mental no dimensionamento do SESMT (Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho), como forma de se criar metodologias mais adequadas de diagnóstico e prevenção.

4.3. Análise da Psicóloga referente ao resultado da pesquisa junto aos colaboradores

Conforme análise das respostas do questionário, a Psicóloga apontou que a classe de enfermagem, por ter maior contato com pacientes e familiares, é, dentre os profissionais de saúde, a mais exposta ao acúmulo sentimental das adversidades

encontradas em ambiente laboral. Principalmente no tocante a absorção de frustrações, perdas, insatisfações, reclamações entre outras fontes causadoras de estresse. Neste sentido, Tesck (1982) indica que os fatores de estresse a que uma equipe de enfermagem que trabalha em UTI está exposta, aponta indicadores que se caracterizam em três níveis: ambiente, equipe e relação enfermeiro-paciente-família.

Também foi constatado que a maioria do público participante da pesquisa indica que, além da falta de meios, a deficiência de apoio psicológico periódico com objetivo de lhes preparar para lidar com tais situações ambientais e comportamentais também dificulta o caráter preventivo de combate às doenças psicossomáticas. O que corrobora no entendimento da psicóloga para a necessidade de se haver um profissional de saúde mental à disposição desses colaboradores em especial.

4 CONCLUSÃO

Como objetivo proposto, este artigo apresentou fundamentações que permitem apontar evolução por parte da percepção da importância em amenizar os sintomas provocados pelas doenças psicossomáticas por parte da gestão de um estabelecimento de saúde privada, conforme informado pelo Hospital, na cidade de Guaratinguetá/SP, visto que tem realizado investimentos em uma logística acomodativa mais adequada a seus colaboradores e eventos comemorativos como forma motivacional, mas, não existem medidas ou programas que visem a prevenir a ocorrência de fatores motivadores dessas comorbidades.

Como se pode perceber diante das respostas ao questionário por parte dos colaboradores, fatores emocionais tais como atendimento a pacientes e seus familiares, relacionamento interpessoal em ambiente laboral, além de diversos outros fatores expostos neste artigo através das referências bibliográficas, demandam medidas de prevenção que vão além das apresentadas pela Direção do Hospital alvo da pesquisa de campo.

Também percebe-se evolução por parte do Poder Público, conforme aprovação da Lei Estadual nº 17.234 de 03 de janeiro de 2020, que obriga Hospitais Públicos e Privados no Estado de São Paulo a disponibilizarem ambientes de “Descompressão” para os profissionais de Enfermagem (DOE de 04Jan20)

Em consenso, após analisadas respostas de colaboradores, testemunho do técnico em segurança do trabalho e de parecer de uma psicóloga, fica nítida a

importância da participação de um profissional de saúde mental em ações que busquem construir medidas que visem à eliminação ou a redução desses riscos a profissionais de saúde, principalmente do segmento de enfermagem, além de uma especialização por parte do profissional de Segurança e Saúde no Trabalho em “Relações Humanas”.

Dessa forma, conclui-se que é necessário evoluir em discussões quanto à possível inclusão do profissional de saúde mental no SESMT (Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho), como forma de oficializar essa integração tão importante entre saúde física e mental na busca por ambientes mais saudáveis e menos danosos a colaboradores e estabelecimentos de saúde.

Abstract: *Psychosomatic illnesses are emotional or psychiatric disorders that cause various physical complaints and can affect different parts of the body. Nursing professionals have had significant experiences in recent years that may have caused mental imbalances. The present work aims to collect information about how these diseases have been treated in the work environment, having the perception of how they occur, their internal and external motivating factors, and what should in fact be done to have a more effective management, from the point of view of reducing work absences and qualifying the service provided. The research methodology was exploratory, using as technical procedures the bibliographic research and the field study in a hospital in the city of Guaratinguetá-SP, in addition to structured interviews with a Technician in Occupational Safety and Health and with a Psychologist. It was concluded that there is evolution on the part of the hospital that seeks to offer a better quality of life in the workplace, however, it is necessary to invest more in mechanisms or tools that seek gradual rehabilitation of the mental state of its employees, also aiming at prior action in the diagnosis and prevention of these diseases.*

Keywords: *Psychosomatic illness, nursing, treatment.*

REFERÊNCIAS

DAMÁSIO, Antônio R. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. 2ª ed. Trad. Dora Vicente & Georgina Segurado. São Paulo: **Companhia das Letras**, 2006.

RUFINO, Juliana Vertuan; MARTINS, Luis Antônio Lovo. Doenças psicossomáticas. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, [S.l.], v. 33, n. 64, p. 57-62, jun. 2018. ISSN 2596-2809.

FIORELLI, J.O.; MALHADAS JÚNIOR, M.J.O. Psicologia nas relações de trabalho. São Paulo: LTR, 2003.

Justo, Luís Pereira e Calil, Helena Maria. Depressão: o mesmo acometimento para homens e mulheres?. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)* [online]. 2006, v. 33, n. 2 [Acessado 26 Novembro 2022] , pp. 74-79. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832006000200007>>. Epub 16 Ago 2006. ISSN 1806-938X. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832006000200007>.

BOLLER, E. **O enfrentamento do estresse no trabalho da enfermagem – possibilidades e limites na implementação de estratégias gerenciais.** Florianópolis: UFSC, 2002. Dissertação de mestrado em assistência de enfermagem, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem.

Relatório parcial descritivo do DF, pag. 4, <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/pesquisa-mostra-impacto-da-pandemia-na-saude-mental-de-profissionais-da-saude>.

TESCK, Eunice Carlos de Brito. Convivência contínua com estresse: vida e trabalho de enfermeiros nas UTI. 1982.

SILVA, J. O. da; FERREIRA, S. K. de A.; SILVA, S. F.; BERGAMINI, G. B.; SAMUELSSON, E.; JONER, C.; SCHNEIDER, L. F.; MENZ, P. R. A correlação existente entre o estresse no ambiente de trabalho e doenças psicossomáticas. *Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 177–191, 2017. DOI: 10.31072/rpf.v8i2.552. Disponível em: <https://revista.faema.edu.br/index.php/Revista-FAEMA/article/view/552>. Acesso em: 29 ago. 2022.

E. O. Oliveira, J. K. A. D., Lopes Neto, D., Góis, C. F. L. Campos, M. P. D. A., & Mattos, M. C. T. D. (2018). Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. *Rev Enferm UERJ*, 26, e 19404."

PEREIRA, Maria Elizabeth Roza e BUENO, Sônia Maria Villela Lazer - um caminho para aliviar as tensões no ambiente de trabalho em UTI: uma concepção da equipe de enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* [online]. 1997, v. 5, n. 4 [Acessado 26 Agosto 2022] , pp. 75-83. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-11691997000400010>>. Epub 28 Nov 2005. ISSN 1518-8345. <https://doi.org/10.1590/S0104-11691997000400010>.

BUCCHI, S.M.; MIRA, V.L. Reelaboração do treinamento admissional de enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 1003-1010, 2010. Disponível em < <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n4/21.pdf>>

SILVÉRIO, Maria Regina; PATRÍCIO, Zuleica Maria; BRODBECK, Ingrid May; GROSSEMAN, Suely. O ensino na área da saúde e sua repercussão na qualidade de vida docente. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S.L.], v. 34, n. 1, p. 65-73, mar. 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0100-55022010000100008>.

MATTOSINHO, Mariza Maria Serafim; COELHO, Maria Selo; MEIRELLES, Betina Hörner Schlindwein; SOUZA, Sabrina da Silva de; ARGENTA, Cleonete Elena. Mundo do trabalho: alguns aspectos vivenciados pelos profissionais recém-formados em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.L.], v. 23, n. 4, p. 466-471, 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002010000400004>.

RODRIGUES, Ana Paula Grillo; GONDIM, Sônia Guedes. Expressão e regulação emocional no contexto de trabalho: um estudo com servidores públicos. **Ram. Revista de Administração Mackenzie**, [S.L.], v. 15, n. 2, p. 38-65, abr. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1678-69712014000200003>.

SARTI, Cynthia Andersen. Os filhos dos trabalhadores: quem cuida das crianças. **Trabalho, saúde e gênero na globalização. Goiânia: AB**, p. 51-60, 1997.

AYRES, Kátia Virgínia; BRITO, SMO de; TORQUATO, ARS de. Tecno-Stress em bancários: fontes, sintomas e estratégias defensivas. **Anais do Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração**, v. 26, 2002.

RIBEIRO, Ana Cláudia de Araújo et al. **Resiliência no trabalho contemporâneo: promoção e/ou desgaste da saúde mental**. *Psicologia em Estudo*. 2011, v. 16, n. 4, pp. 623-633. Disponível em: <>. Epub 21 Maio 2012. ISSN 1807-0329.