

O ESTRESSE DO ENFERMEIRO: ANÁLISE DAS PUBLICAÇÕES SOBRE O TEMA

STRESS OF THE NURSE: ANALYSIS OF THE LITERATURE ON THE THEME

Luciane Ruiz Carmona FERREIRA¹

Milva Maria Figueiredo De MARTINO²

RESUMO

Este estudo propõe analisar os trabalhos publicados sobre o estresse do enfermeiro, e contribuir para a compreensão das implicações do estresse no cotidiano desse profissional. Realizou-se uma análise dos artigos de revistas brasileiras de Enfermagem e Psicologia indexadas pelo Lilacs, Medline e SciELO, artigos de revistas internacionais indexadas de acesso livre na Internet, bem como livros, dissertações e teses nacionais que tratam do assunto estresse. Constatou-se um crescente interesse sobre o tema, assim como um aumento de publicações, porém ainda com poucas referências específicas dos enfermeiros, uma vez que a maioria dos autores exerce atividades acadêmicas, por apresentarem maior proximidade com as atividades de pesquisa. Para a coleta dos dados têm sido utilizados vários instrumentos: Inventário de Sintomas de Estresse LIPP, Escala Analógica Visual e Inventário sobre o Traço de estresse. Os principais fatores causadores de estresse apontados foram a dupla jornada de trabalho, alta responsabilidade, trabalho com pacientes graves, falta de pessoal qualificado e alta demanda de pacientes, entre outros. Dessa forma, deve haver das instituições uma crescente preocupação quanto à atuação dos enfermeiros, profissionais que desenvolvem suas atividades em diferentes turnos de trabalho. Fazem-se necessárias a investigação dos agentes causadores de estresse no ambiente de trabalho e medidas para o enfrentamento de tais situações,

¹ Mestranda, Curso de Pós-Graduação em Enfermagem, Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP, Brasil.

Professora Doutora, Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas. Cidade Universitária Zeferino Vaz, 13081-970, Campinas, SP, Brasil. Correspondência para/Correspondence to: M.M.F. MARTINO. E-mail: <milva@unicamp.br>.

promovendo benefícios não só para os enfermeiros, mas para todos os indivíduos por eles assistidos.

Termos de indexação: *burnout*; enfermeiro; estresse; síndrome de adaptação geral.

ABSTRACT

This work aims to analyze the published works on nurse stress and contribute to the understanding of stress implications in the routine of this professional. An analysis was done on the articles found in Brazilian journals of Nursing and Psychology indexed by Lilacs, Medline and SciELO, articles of international journals indexed by free internet access as well as national books, dissertations and theses that discuss stress. We found a growing interest on the theme as well as a rising number of publications yet with few references specifically aimed at nurses once that most authors are involved in academic activities since they are more oriented to research. Many instruments were used to collect data: LIPP Stress Symptom Inventory, Visual Analogical Scale, and the Stress Profile Inventory. The main factors causing stress were the double work shift, high responsibility, work with severe patients, lack of qualified personnel and high patient demands among others. Thus, institutions should be more concerned regarding the activities of the nurse, professionals who carry out their activities in different work shifts. It is necessary to investigate stress causing agents in the workplace and measures to face such situations, promoting benefits not only to the nurses but to all individuals to whom they attend.

Indexing terms: *burnout*; nurses; stress; general adaptation Syndrome.

INTRODUÇÃO

O termo estresse foi usado primeiramente como um conceito da física e da engenharia, referindo-se a quanto uma barra de metal resistia ao estresse (força ou tensão) a ela aplicado, antes que se deformasse ou rompesse¹⁻⁴.

Esse termo foi utilizado pela primeira vez na área da saúde em 1916 pelo médico endocrinologista Hans Selye, sob influência de dois fisiologistas Bernard e Cannon que estudavam os mecanismos de equilíbrio interno do organismo^{1,5}.

Ainda cursando a faculdade de Medicina, Selye sentia-se incomodado ao perceber que havia algo em comum entre os seres humanos doentes, independentes da doença existente, denominando esse conjunto de sintomas como Síndrome de Estar Doente^{1,2,3,6}.

Após longo período de pesquisa, baseando-se nos princípios da fisiologia, definiu-se estresse

como sendo "um estado manifestado por uma síndrome específica, constituída por todas as alterações produzidas num sistema biológico", descrevendo-o em duas etapas: Síndrome de Adaptação Geral (SAG) - definida como um conjunto de respostas não específicas de defesa - e de Adaptação Orgânica ao Causador, dividindo-se em três fases:

- *Fase de alarme ou alerta*: momento inicial no qual o organismo identifica o causador e mobiliza uma resposta orgânica rápida para o enfrentamento. Se o organismo superar o agente estressor, retornará à homeostase, caso contrário, evoluirá para a segunda fase;

- *Fase de resistência*: desaparecem os sinais da fase de alarme, independente da permanência ou não do estressor, podendo evoluir para a homeostase ou para a terceira fase;

- *Fase de exaustão*: o agente causador permanece e o organismo não é capaz de eliminá-lo ou adaptar-se adequadamente, podendo os sinais

da fase de alarme retornarem mais acentuados, tornando o organismo mais susceptível a doenças. Pode-se observar sintomas específicos dos órgãos afetados e da doença que nele se instalar, podendo ocorrer enfarte, úlceras, psoríase, depressão e outros, ou até a morte em casos mais graves^{3,5,7}.

Embora Selye tenha dividido a SAG em três etapas, num estudo de Lipp⁸, após quinze anos de pesquisa, identificou-se uma quarta fase, que se desenvolve entre a fase de resistência e a de exaustão, denominada de quase-exaustão. Nessa fase há enfraquecimento e incapacidade do indivíduo em resistir ou adaptar-se ao estressor, podendo surgir leves problemas de saúde, que não o incapacitam.

Quanto aos sinais e sintomas mais comuns observados no estresse podemos destacar o aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão arterial, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios. Em termos psicológicos, vários sintomas podem ocorrer, tais como ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação excessiva, dificuldade de concentração em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldade de relaxar, ira e hipersensibilidade emotiva^{1,3,5-9}.

Sabe-se que alto nível de estresse continuamente, além da possibilidade de desencadear doenças físicas, pode gerar um quadro de esgotamento emocional, caracterizado por sentimentos negativos, como pessimismo, atitudes desfavoráveis em relação ao trabalho, mudança de comportamento com os colegas, ignorando novas informações, tornando-se insubordinado e resolvendo os problemas de forma cada vez mais superficial^{2,10}.

Os distúrbios de conduta podem resultar em atitude de retração e ausência de contatos sociais ou ainda em irritabilidade, com perda de controle emocional, gerando prejuízo nos relacionamentos profissionais ou familiares^{1,9,10}.

De acordo com Lipp¹⁰, o desgaste causado pelo estresse pode levar o indivíduo ao estado de *burnout*, termo muito usado atualmente nos Estados Unidos, que descreve uma realidade de estresse

crônico em profissionais que desenvolvem atividades que exigem um alto grau de contato com as pessoas.

Os sinais e sintomas dessa síndrome demonstram exaustão física, psíquica e emocional, com redução da realização pessoal no trabalho e despersonalização, que são observadas quando há exigência de grande qualificação intelectual, com importantes decisões a serem tomadas, de peso emocional intenso, principalmente em indivíduos que exercem sua profissão durante muitos anos, com carga horária excessiva e em ambiente potencialmente estressante^{7,10-12}.

Alguns autores afirmam que a síndrome de *burnout* tem sido evidenciada principalmente em profissionais que atuam na educação fundamental e básica, na prestação de cuidados a pessoas carentes, crianças e grupos sociais carentes^{2,7,13}.

Sabe-se, porém, que diferentes pessoas podem reagir a um mesmo estressor de maneira diferente, ou seja, a capacidade de lidar com os eventos estressores pode variar conforme a herança genética, estilo de vida, estratégias de enfrentamento utilizadas pelo indivíduo, bem como a experiência de aprendizado adquirida durante a vida^{7,14-16}.

A idéia do caráter exclusivamente negativo do estresse foi abandonada quando Selye afirmou que o estresse não se origina apenas como resposta a uma ameaça ou agente agressor, mas também pode resultar de situações agradáveis, saudáveis e necessárias, como uma promoção no emprego, casamento ou nascimento de um filho^{1,2}.

Nas últimas décadas tem se observado um crescente interesse pelo estudo do estresse, com conseqüente aumento das publicações, que em sua maioria investiga os eventos de vida produtores de estresse, tensão crônica e imprevistos diários, com pouca ênfase na prevenção primária ou secundária do estresse¹⁶⁻¹⁸.

Para Marziali¹⁹ o ambiente hospitalar pode ser apontado como gerador de estresse tanto aos pacientes e seus familiares, devido à enfermidade e à situação de internação, como aos profissionais que ali atuam.

Goffman²⁰ afirma que o fato de a internação no hospital exigir que as pessoas permaneçam afastadas da sociedade por um período de tempo considerável, sendo submetidas a uma estrutura rígida com normas e regras e, na maioria das vezes, inflexível, torna o ambiente hospitalar semelhante aos conventos e prisões.

Essa inflexibilidade pode facilitar o surgimento de ansiedade e estresse, justamente pela dificuldade dos indivíduos adaptarem-se às instituições, de acordo com suas próprias demandas psíquicas⁶.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) reconhece que praticamente todas as profissões padecem de estresse, porém a enfermagem é apontada como uma das mais estressantes, sendo, por isso, alvo de estudos²¹.

Os enfermeiros encontram-se expostos a fatores de risco de natureza física, química e biológica, o que justifica a inclusão da profissão de enfermagem no grupo das profissões desgastantes⁶.

A história da enfermagem revela problemas relacionados à profissão que surgiram já no início de sua implementação, no Brasil e em outros países, e que ainda hoje são latentes, como a marginalização, que leva o enfermeiro a buscar, constantemente, sua afirmação profissional perante outros profissionais. Além disso, existem vários outros problemas relacionados ao estresse na enfermagem, como o número reduzido de enfermeiros na equipe, a falta de reconhecimento profissional e os baixos salários que levam o profissional a atuar em mais de um local de trabalho, desempenhando uma longa carga horária mensal^{9,22-24}.

Diante do exposto, este estudo propõe analisar os trabalhos publicados sobre o estresse do enfermeiro, e contribuir para a compreensão das implicações do estresse no cotidiano desses profissionais.

MÉTODOS

Trata-se de pesquisa bibliográfica realizada no período de janeiro de 2004 a agosto de 2005,

que selecionou artigos de revistas brasileiras de Enfermagem, de Psicologia e Psiquiatria indexadas, pesquisadas nas bases de dados SciELO, Lilacs e Medline, artigos de revistas internacionais indexadas de acesso livre na Internet, bem como livros, dissertações e teses nacionais que tratam do assunto estresse. Para acessá-los foram usadas como indexador as palavras estresse, enfermagem e *burnout*. Foram consultadas um total de cem referências e citadas apenas 50 conforme o texto.

RESULTADOS

Quanto ao ano de publicação dos estudos selecionados optou-se por mesclar a amostra com alguns estudos mais antigos, dando-se ênfase, porém, à literatura atual, que trata do assunto nos dias de hoje.

Os estudos se dividem da seguinte forma: no período que antecede 1990 foram analisados apenas dois (4%) estudos; no período de 1990 a 1995, quatro (8%); no período de 1996 a 2000, sete (16%) estudos e, no período de 2001 a 2005, quando se observou aumento crescente do interesse pelo assunto, selecionamos para análise 37 (74%) estudos.

Nos últimos anos o estudo sobre o estresse, a fim de melhor compreendê-lo e de desenvolver mecanismos de controle das suas manifestações, passou a ser motivo de maior preocupação para os profissionais, principalmente aqueles cujas atividades estão diretamente relacionadas ao cuidado do ser humano, como os enfermeiros.

Os 50 estudos analisados tiveram 103 autores, com uma média de dois autores por trabalho. Quanto às atividades profissionais, a maioria dos autores apontou exercer atividades acadêmicas, por ser aqueles que normalmente apresentam maior proximidade com atividades de pesquisa e muitas vezes maior disponibilidade, além de sofrer maior exigência em relação à produção científica.

Dos estudos analisados, 22 (44%) citaram a utilização de um instrumento para identificação e

avaliação da presença do estresse. Dentre os instrumentos utilizados, destacam-se o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp, a Escala Analógica Visual, a Escala de Faces e o Inventário sobre o Traço de Estresse.

Em algumas pesquisas com abordagem quantitativa das características do trabalho de enfermagem, vários fatores foram apontados como geradores de estresse: a dupla jornada de trabalho, o trabalho em turnos, a alta responsabilidade, o trabalho com pacientes graves, a falta de pessoal qualificado, a alta demanda de pacientes, entre outros^{2,25-31}.

Quanto aos dados qualitativos, foi possível confirmar a importância da abordagem do tema estresse, que vem sendo amplamente explorado não só pela Psicologia como também pela Enfermagem, Medicina do trabalho, Neuropsiquiatria e Fisiologia^{1-3,5,6,13,15,32-34}.

Nos estudos analisados utiliza-se o termo estresse como sinônimo de cansaço, dificuldade, frustração, ansiedade, desamparo, desmotivação.

Segundo Ferreira⁶, as pesquisas nacionais das décadas passadas abordavam o tema somente sob a ótica do paciente hospitalizado, fato que tem mudado atualmente, pois há várias pesquisas que tratam do estresse do enfermeiro de atuação hospitalar, nas diversas áreas, como centro cirúrgico e unidade de terapia intensiva, em diferentes turnos de trabalho^{29,30,34-38}.

Em estudos realizados com outros profissionais, pode-se identificar vários eventos de vida capazes de produzir estresse, como a ocorrência de morte e doença na família, separação conjugal, roubo, etc. Ainda foram pesquisados fatores ambientais como altas temperaturas e elevados níveis de ruído, capazes de alterar a homeostase interna dos indivíduos, com elevação dos níveis da pressão arterial^{7,10,39-41}.

DISCUSSÃO

As pesquisas sobre estresse de um modo geral mostram que a irritabilidade causada pelo estresse

ocupacional tende a se estender à família, gerando relações tensas e conflituosas e afetando tanto as áreas afetiva e social como a saúde, com somatização e doença, culminando assim em diminuição da qualidade de vida^{7,9}.

No contexto organizacional, observa-se que trabalhadores estressados na equipe estão mais susceptíveis à ocorrência de acidentes e doenças ocupacionais, bem como podem provocar o desenvolvimento das atividades com ineficiência, desorganização do trabalho, insatisfação, diminuição da produtividade, o que trará certamente conseqüências ao indivíduo e/ou à população assistida^{1-4,23}.

Pode haver perda de parâmetros de ordem moral e emocional, surgindo a labilidade emocional, depressão e sensação de desamparo, com diminuição da auto-estima, alterações do padrão de sono e possivelmente a instalação do uso de drogas².

A falta de profissionais qualificados e a alta demanda de pacientes foram apontadas por enfermeiras como um importante fator gerador de estresse, tendo algumas pesquisas apresentado sinais de síndrome de *burnout*, em termos de exaustão emocional^{26,42,43}.

Já Bartram et al.⁴³, em estudo realizado com 157 enfermeiras de hospital privado de Melbourne, na Austrália, citam que o apoio das enfermeiras supervisoras e o bom relacionamento da equipe diminuíram consideravelmente o estresse, enquanto aumentaram a satisfação no trabalho. Alguns itens como autonomia, competência e autodeterminação também foram apontados como positivos e estimulantes ao trabalho⁴⁴.

Todos os indivíduos estão expostos à influência do estresse, seja na esfera orgânica, psíquica ou social, como tem sido mostrado por pesquisas recentes, porém os enfermeiros possuem atribuições inúmeras designadas pelo Ministério da Saúde, exigindo-lhes atividades de apoio, supervisão de trabalho dos auxiliares e técnicos de enfermagem, bem como assistência direta às pessoas enfermas, estando sempre atentos ao trabalho realizado por outros membros da equipe para que todos os cuidados sejam precisos^{22,24}.

O enfermeiro pode ser considerado como o mediador entre a equipe de enfermagem, os outros profissionais e o cliente/família assistida, buscando o equilíbrio entre as relações desenvolvidas, o que pode vir a ser um dos fatores desencadeantes do estresse.

Alguns autores consultados^{2,9,26,45} e tantos outros demonstraram em suas pesquisas com equipes de enfermagem, especialmente com enfermeiros, que a maioria dos profissionais apresentava sinais e sintomas de estresse, principalmente das fases de resistência e exaustão, com predominância dos sintomas psicológicos como angústia e ansiedade diária e vontade de fugir de tudo, seguidos pelos sintomas físicos, sendo o mais citado a insônia. Pafaro & De Martino²⁵ e Chaves⁴⁶ também citam que os enfermeiros que praticam dupla jornada de trabalho estavam mais estressados em relação aos que têm jornada única.

Acredita-se, assim, que pessoas que estejam estressadas, na fase de resistência e exaustão, devam receber especial atenção por parte da instituição por meio de programas educativos que alertem sobre os riscos a que estão expostos e de desenvolvimento de programas para detectar precocemente o estresse⁴⁷⁻⁴⁹.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com as análises dos artigos verificou-se que as pesquisas sobre estresse estão bastante desenvolvidas até o momento, pois o tema relaciona-se muito com o momento em que vivemos, com o crescimento do capitalismo e do consumo, e com a busca incessante pelo homem da satisfação pessoal e profissional.

É de extrema importância para a Enfermagem o desenvolvimento de estudos futuros a fim de descobrir os agentes causadores de estresse presentes no ambiente de trabalho, bem como estimular o desenvolvimento das capacidades individuais para melhor preparar os indivíduos para enfrentar as situações consideradas negativas^{47,49,50}.

Estas pesquisas são como orientações para os enfermeiros, constituindo uma alternativa relevante para gerenciar o estresse, assim como para trazer benefícios às equipes e aos indivíduos por eles assistidos.

REFERÊNCIAS

1. Miranda AF. Estresse ocupacional: inimigo invisível do enfermeiro [dissertação]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo; 1998.
2. Pafaro RC. Estudo do stress do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas [dissertação]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2002.
3. Areias MEQ. Saúde mental, estresse e trabalho dos servidores de uma universidade [tese]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 1999.
4. Vieira LC. Estresse ocupacional em enfermeiros de um hospital universitário da cidade de Campinas [dissertação]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2001.
5. Lipp MEN. Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2003.
6. Ferreira FG. Desvendando o estresse da equipe de enfermagem em terapia intensiva [dissertação]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 1998.
7. Lipp MEN. Pesquisas sobre stress no Brasil. Campinas: Papirus; 1996.
8. Lipp MEN. Manual do inventário de sintomas do stress para adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo; 2000.
9. Carmelo SHH, Angerami ELS. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. Rev Latinoam Enfermagem. 2004; 12(1):14-21.
10. Lipp MEN, Tanganelli MS. Stress e qualidade de vida em magistrados da Justiça do trabalho: diferenças entre homens e mulheres. Psicol: Reflex Crit. 2002; 15(3):537-48
11. Lipp MEN. Como enfrentar o stress. São Paulo: Ícone; 1994.
12. Borges LO, Argolo JCT, Pereira ALS, Machado EAP, Silva WS. A síndrome de Burnout e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. Rev Psicol: Reflex Crit. 2002; 15(1): 189-200.

13. Mendes R. *Patologia do trabalho*. Rio de Janeiro: Atheneu; 1995. p.287-310.
14. Murta SG, Tróccoli BT. Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. *Rev Psicol: Teoria e Pesq*. 2004; 20(1):39-47.
15. Sparrenberger F, Santos I, Lima RC. Epidemiologia do distress psicológico: estudo transversal de base populacional. *Rev Saúde Pública*. 2003; 37(4):434-9.
16. Thoits PA. Stress, coping and social support process: Where are we? what next? *J Health Social Behav*. 1995; 35(Extra Issue):53-79.
17. Martins MCA. Situações indutoras de stress no trabalho dos enfermeiros em ambiente hospitalar. *Rev Millenium on line [periódico online]* 2004. [acesso em fev. 2005]. Disponível em: <http://www.ipv.pt/millenium/millenium30>
18. Sparrenberger F, Santos I, Lima RC. Associações de eventos de vida produtores de estresse e mal-estar psicológico: um estudo de base populacional. *Cad Saúde Pública*. 2004; 20(1):249-58.
19. Marziale MHP. Estudo da fadiga mental de enfermeiras atuantes em instituição hospitalar com esquema de trabalho em turnos alternantes [dissertação]. Ribeirão Preto: Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras, Universidade de São Paulo; 1990.
20. Goffman E. *Manicômios, prisões e conventos*. São Paulo: Perspectiva; 1974.
21. Ayres KV. Stress e fatores de competitividade: uma análise em empresas incubadas da Região Nordeste [tese]. João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba; 2001.
22. Stacciarini JMR, Tróccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latinoam Enfermagem*. 2001; 9(2):17-25.
23. Farias SNP, Mauro MYC, Zeitoune RCG. Questões Legais sobre a saúde do trabalhador de enfermagem. *Rev Enf UERJ*. 2000; 8(1):28-32.
24. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Rev Latinoam Enfermagem* 2005; 13(2):255-61.
25. Pafaro RC, De Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev Escola Enfermagem USP*. 2004; 38(2):152-60.
26. Jenkins R, Elliot P. Stressors, Burnout and social support: nurses in acute mental health settings. *J Adv Nurs*. 2004; 48(6):622-31.
27. Han K, Kim NS, Kim JH, Lee KM. Influencing factors symptoms of stress among hospital staff nurses. *Taehan Kanho Hakhoe Chi*. 2004; 34(7):1307-14.
28. Hernandez JR. Estrés y Burnout en profesionales de la salud de los niveles primario y secundario de atención. *Rev Cubana de Salud Pública*. 2003; 29(2): 103-10.
29. Guido LA. Stress e coping entre enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica [tese]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2003.
30. De Martino MMF, Cipolla-Neto J. Repercussões do ciclo vigília-sono e o trabalho em turnos de enfermeiras. *Rev Ciênc Méd*. 2001; 10(1):19-25.
31. Albadejo R, Villanueva R, Ortega P. Síndrome de Burnout em el personal de enfermería de um hospital de Madrid. *Rev Española de Salud Pública*. 2004; 78(4):505-16.
32. Sapolsky R. Assumindo o controle do estresse. *Rev Scientific Am Brazil*. 2003; 17:79-87.
33. Servilha AM. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. *Rev Ciênc Méd*. 2005; 14(1):43-52.
34. Jacques MG, Codo W, organizadores. *Saúde mental e trabalho*. Petrópolis: Vozes; 2002.
35. Mann S, Cowburn J. Emotional labour and stress within mental health nursing. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2005; 12(2):154-62.
36. Meirelles NF, Zeitoune RCG. Satisfação no trabalho e fatores de estresse da equipe de enfermagem de um centro oncológico. *Esc Anna Nery Rev Enfermagem*. 2003; 7(1):78-88.
37. Evangelista RA, Hortense P, Sousa FAEF. Estimativa de magnitude do estresse pelos alunos de graduação quanto ao cuidado de enfermagem. *Rev Latinoam Enfermagem*. 2004; 12(6):913-7.
38. Vinaccia Alpi S, Alvaran Florez L. El síndrome Del burnout em una muestra de auxiliares de enfermería: um estudio exploratório. *Ter Psicol*. 2004; 22(1): 9-16.
39. Barros MVG, Nahas MV. Comportamentos de risco, auto-avaliação do nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. *Rev Saúde Pública* 2001; 35(6):554-63.
40. Rocha R, Porto M, Morelli MYG, Maestá N, Waib PH, Burini RC. Efeito de estresse ambiental sobre a pressão arterial de trabalhadores. *Rev Saúde Pública*. 2002; 36(5):568-75.
41. Margis R, Picon P, Cosner AF, Silveira RO. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Rev Psiq Rio Grande do Sul*. 2003; 25(Supl 1):65-74.
42. Tamayo MR, Troccoli BT. Exaustão emocional: relação com percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho. *Est Psicol (Natal)*. 2002; 7(1):37-46.
43. Rafii F, Oskouie F, Nikravesh M. Factors involved in nurses responses to burnout grounded theory study.

- BMC Nurs. 2004. [cited 2004 Dec]; 3:6. Available from: www.biomedcentral.com
44. Bartram T, Joiner TA, Staton P. Factors affecting the job stress and job satisfaction of Australian nurses: implications for recruitment and retention. *Contemp Nurse*. 2004; 17(3):293-304.
45. Ogino K, Takigasaki T, Inaki K. Effects of emotion work on burnout and stress among human service professionals. *Shinrigaku Kenkiu*. 2004; 75(4): 371-7.
46. Chaves EC. *Stress e trabalho do enfermeiro: a influência de características individuais no ajustamento e tolerância ao turno noturno [tese]*. São Paulo: Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo; 1994.
47. Chang EM, Hancock KM, Johnson A, Daly J, Jackson D. Role stress in nurses: review of related factors and strategies for moving forward. *Nurs Health Sci*. 2005; 7(1):57-65.
48. Albar Marin MJ, Garcia-Ramirez M. Social support and emotional exhaustion among hospital nursing staff. *Eur J Psychiatry*. 2005; 19(2):96-106.
49. Ordenes DN. Prevalência de Burnout em trabalhadores del hospital Roberto de Río. *Rev Chil Pediatr*. 2004; 75(5):449-54.
50. Guimarães LAM, Grubits S. *Saúde mental e trabalho*. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2000. p.49-57.

Recebido em: 27/4/2005

Versão final reapresentada em: 27/9/2005

Aprovado em: 25/3/2006