

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

ROBERTA CASTRO CAMPOS BORBA

O ESTRESSE OCUPACIONAL EM UM CAPS III

São Luís
2013

ROBERTA CASTRO CAMPOS BORBA

O ESTRESSE OCUPACIONAL EM UM CAPS III

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde Mental da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Orientador (a): Prof^a. Aracy Palhano

São Luís
2013

Borba, Roberta Castro Campos

O ESTRESSE OCUPACIONAL EM UM CAPS III - São Luís, 2013.

16 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Saúde Mental) –
Curso de Especialização em Saúde Mental, Universidade Federal do
Maranhão/UNASUS, 2013.

1. Estresse. 2. CAPS. 3. Saúde mental. I. Título.

CDU 331.442

ROBERTA CASTRO CAMPOS BORBA

O ESTRESSE OCUPACIONAL EM UM CAPS III

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde Mental da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Orientador (a): Prof^a. Aracy Palhano

Aprovado em: / /

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Aracy Bezerra Palhano
Doutora em Sociologia
Universidade de Brasília

1º Examinador

2º Examinador

RESUMO

O trabalho em Saúde Mental, por sua complexidade e especificidade, pode causar uma sobrecarga emocional. Entre os estressores ocupacionais identificados por profissionais de Saúde Mental estão o cuidar de pessoas que sofrem de transtornos mentais severos, sobrecarga de trabalho, falta de pessoal e conflitos com colegas. O estresse ocupacional pode afetar os cuidados ao paciente, pois o profissional pode apresentar prejuízos em seu desempenho profissional, menor motivação para o trabalho bem como agravos em sua própria saúde. Uma intervenção em profissionais da saúde com sintomas de Estresse traria benefícios proporcionando melhora em sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Estresse ocupacional. CAPS. Saúde Mental.

ABSTRACT

Working in Mental Health for its complexity and specificity, can cause emotional overload. Between occupational stressors identified by mental health professionals are caring people who suffer from severe mental illness, work overload, staff shortages and conflicts with colleagues. Occupational stress can affect patient care because the professional may be deleterious in their professional performance, lower motivation to work as well as diseases in their own health. Intervention in health care workers with symptoms of stress would benefit providing improvement in their quality of life.

Keywords: Occupational stress. CAPS. Mental Health.

SUMÁRIO

1	IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO.....	06
1.1	TÍTULO.....	06
1.2	EQUIPE EXECUTORA.....	06
1.3	PARCERIAS INSTITUCIONAIS.....	06
2	INTRODUÇÃO.....	06
3	JUSTIFICATIVA.....	08
4	OBJETIVOS.....	08
4.1	Geral.....	08
4.2	Específicos.....	09
5	METODOLOGIA.....	09
6	METAS.....	10
7	CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.....	10
8	IMPACTOS ESPERADOS.....	10
9	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	11
	REFERÊNCIAS.....	12
	ANEXOS.....	13

1. IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 TÍTULO

O Estresse Ocupacional em um CAPS III.

1.2 EQUIPE EXECUTORA

- Roberta Castro Campos Borba
- Aracy Bezerra Palhano

1.3 PARCERIAS INSTITUCIONAIS

CAPS III de Imperatriz – MA.

2. INTRODUÇÃO

O pesquisador Hans Selye (1956) conceitua o termo Estresse como uma “Síndrome Geral de Adaptação” (SGA), em que um indivíduo necessita de esforço extra para se ajustar a uma nova situação, ocorrendo um desequilíbrio interno e alterando a capacidade do organismo de manter a homeostase.

As respostas psicológicas mais frequentemente associadas ao Estresse Ocupacional são ansiedade, insatisfação e depressão (PASCHOAL; TAMAYO, 2004).

A saúde dos trabalhadores é afetada, além de prejuízos organizacionais, resultando em perda de produtividade e diminuição da qualidade dos produtos e dos serviços prestados.

O trabalho em Saúde Mental, por sua complexidade e especificidade, pode causar uma sobrecarga emocional. Entre os estressores ocupacionais identificados por profissionais de saúde mental estão:

- o cuidar de pessoas que sofrem de transtornos mentais severos;
- sobrecarga de trabalho;

- falta de pessoal e conflitos com colegas (SANTOS; CARDOSO, 2010).

A presença do Estresse e o sentimento de incapacidade para enfrentá-lo podem levar ao adoecimento físico e mental, além de prejuízos organizacionais, como insatisfação e desmotivação no trabalho (CAMELO; ANGERAMI, 2004).

A insatisfação em relação ao trabalho afeta negativamente a autoestima de um indivíduo, podendo resultar em conflitos familiares, pois o indivíduo pode se sentir inseguro quanto à sua contribuição para a manutenção da família.

Na pesquisa realizada por Rebouças, Legaly e Abelha (2007) com trabalhadores de saúde mental, precárias condições de trabalho - como instalações físicas inadequadas e falta de recursos humanos e materiais - constituíram os fatores que mais contribuíram para a menor satisfação com o trabalho e maior impacto sobre a saúde do trabalhador.

Silva e Costa (2008) apontam o despreparo dos profissionais, cuja formação, pautada no modelo biomédico, não os atualiza e prepara para as novas possibilidades de intervenção na atenção em saúde.

Conforme Ishara (2007), o contato com usuários em sofrimento mental evidencia a necessidade de desenvolver competências profissionais para enfrentar os desafios da prática clínica direcionadas à construção de condições e disponibilidades internas, a fim de propiciar trocas afetivas, aprofundamento e utilização dos vínculos.

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são considerados serviços estratégicos para a organização da rede de atenção à Saúde Mental em um determinado território e para a consolidação da Reforma Psiquiátrica Brasileira.

Sua implantação e qualificação vêm sendo incentivadas pelo Ministério da Saúde (2007), de tal modo que o número de Centros mais do que dobrou nos últimos cinco anos. Os CAPS são serviços que atendem uma clientela composta de portadores de transtornos mentais graves, como neuroses e psicoses, bem como egressos de internações psiquiátricas.

Este tipo de clientela, por si só, é um dos fatores estressores para trabalhadores da Saúde Mental (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2007).

3. JUSTIFICATIVA

Por sua complexidade e especificidade, o trabalho em saúde mental é considerado de acentuada vulnerabilidade à sobrecarga emocional. Silva e Costa (2008) realizaram estudo considerando o modelo psicossocial de atenção, e encontraram indicadores de sofrimento psíquico entre os profissionais, envolvendo dificuldades nas relações em equipe, com o usuário e com a organização.

Para Santos e Cardoso (2010), entre as profissões que demandam intenso contato interpessoal destacam-se as relacionadas à saúde e, mais especificamente, à saúde mental. Tais profissionais se encontram cotidianamente em intenso contato com usuários com dificuldades emocionais, oferecendo-lhes atenção e cuidado às suas necessidades.

O estresse ocupacional pode afetar os cuidados ao paciente, pois o profissional pode apresentar prejuízos em seu desempenho profissional, menor motivação para o trabalho bem como agravos em sua própria saúde.

Uma intervenção em profissionais da saúde com sintomas de Estresse traria benefícios proporcionando melhora em sua qualidade de vida. Espera-se que os resultados deste trabalho forneçam aos profissionais, clínicos e cuidadores melhores recursos teóricos e práticos para lidar com o Estresse.

À comunidade acadêmica pretende-se promover ampliação de conhecimentos quanto ao Estresse Ocupacional. Seria útil a realização de mais estudos com esta clientela.

Assim, torna-se claro a necessidade de implantação de um Plano de Ação acerca do Estresse Ocupacional, realizado com profissionais de um Centro de Atenção Psicossocial – CAPS.

4. OBJETIVOS

4.1 Geral

Investigar a ocorrência de Estresse Ocupacional nos profissionais de um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS III) da cidade de Imperatriz – MA.

4.2 Específicos

- Verificar manifestações físicas e ou psicológicas de Estresse entre profissionais da Saúde Mental;
- Avaliar a autopercepção de Estresse em profissionais da Saúde Mental;
- Descobrir fatores estressores do trabalho em profissionais da Saúde Mental.

5. METODOLOGIA

O local de execução do Projeto será em uma Unidade do CAPS III (Centro de Atenção Psicossocial) da cidade de Imperatriz. Este CAPS trata-se de um serviço de saúde mental público, aberto, comunitário e que oferece atendimento diário a pessoas com transtorno mental grave (severo) e persistente, pessoas com transtornos mentais egressas de internação psiquiátrica e pessoas com transtornos convulsivos (epilepsia).

Os sujeitos da amostra serão selecionados, independente de gênero e função dentro da equipe multiprofissional do serviço. Devem assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Será utilizado, como instrumento, o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp - ISSL. O Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos, validado por Lipp (2000), permite avaliar tanto o estado de estresse do avaliado, a partir da identificação da presença de sintomas característicos, quanto a fase do estresse e o tipo de sintomatologia (se somática ou psicológica). O ISSL, composto por 53 itens divididos em três partes, avalia, primeiramente, os sintomas físicos e psicológicos das últimas 24 horas (15 itens); posteriormente, os sintomas manifestados na última semana (15 itens) e, por fim, os sintomas experimentados no último mês (23 itens);

O presente instrumento será aplicado pela autora deste trabalho, uma vez que somente profissionais da Psicologia estão habilitados a utilizá-lo.

Tem sido utilizado em dezenas de pesquisas e trabalhos clínicos na área do Estresse. Ele permite um diagnóstico que avalia se a pessoa tem estresse, em qual fase se encontra e se o estresse manifesta-se por meio de sintomatologia na área física ou psicológica (CAMELO; ANGERAMI, 2004).

6. METAS

Aplicar o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL em noventa por cento 95% dos profissionais de um CAPS III da cidade de Imperatriz.

7. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	Mês 01/Ano	Mês 02/Ano	Mês 03/Ano	Mês 04/Ano	Mês 05/Ano	Mês 06/Ano	Mês 07/Ano	Mês 08/Ano	Mês 09/Ano	Mês 10/Ano	Mês 11/Ano	Mês 12/Ano
Elaboração do Plano de ação	x	x										
Seleção da amostra			x	x								
Aplicação do instrumento					x	X						
Análise e construção de tabelas e gráficos							x	X				
Discussão de procedimentos e dados									x	X		
Apresentação do trabalho											x	x

8. IMPACTOS ESPERADOS

Através da investigação da ocorrência de Estresse Ocupacional nos profissionais de um CAPS, espera-se propor alternativas para minimizar os efeitos prejudiciais deste, como a realização de grupos terapêuticos, incentivo a atividades de lazer e esporte e maiores investimentos em formação continuada.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio deste estudo, pode-se perceber o quanto os profissionais que trabalham em dispositivos da rede de Saúde Mental, como o CAPS, são suscetíveis ao estresse ocupacional, demonstrando a necessidade de se ter um olhar mais acurado sobre os recursos humanos destes serviços.

Torna-se claro a necessidade de realização de novos estudos dentro do contexto do profissional que atende usuários em sofrimento psíquico, com objetivo de auxiliá-lo no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento às situações ocupacionais vivenciadas como estressoras.

REFERÊNCIAS

CAMELO S. H. H., ANGERAMI E. L. S.; Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. **Rev. Latino Americana de Enfermagem**, janeiro-fevereiro; 12(1):14-21, 2004.

ISHARA, S. **Equipes de saúde mental: avaliação da satisfação e do impacto do trabalho em hospitalização integral e parcial.** Tese de Doutorado, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da USP, Ribeirão Preto. 2007.

LIPP, M. E. N. **Inventário de Sintomas de stress para adultos de LIPP (ISSL).** São Paulo (SP): Casa do Psicólogo, 2000.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Relatório de gestão de saúde mental: 2003-2006.** Brasília (DF), 2007.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estud. Psicol. (Natal)**, 9(1), 45-52, 2004.

REBOUÇAS, D., LEGAY, L. F. & ABELHA, L. Satisfação com o trabalho e impacto causado nos profissionais de serviço de saúde mental. **Revista de Saúde Pública**, 1(2), 244-250, 2007.

SANTOS, A. F. O.; CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais em saúde mental. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p. 245-253, abr./jun, 2010.

SELYE, H. **The stress of life.** New York: Longmans, 1956.

SILVA, E. A.; COSTA, I.I. Saúde mental dos trabalhadores em saúde mental: estudo exploratório com os profissionais dos Centros de Atenção Psicossocial de Goiânia/GO. **Psicologia Rev**, 14(1), 83-106, 2008.

ANEXOS

ANEXO A: Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)

INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL)

MEL.02.8

Marilda Emmanuel Novaes Lipp

Nome: _____

Data de Nascimento: ____/____/____ Local de Nascimento: _____/____/____
dia mês ano Cidade Estado País

Idade: _____ Sexo: M () F () Escolaridade: _____

RG: _____ CPF: _____

Curso/Série: _____ Escola/Instituição: _____ Públ. () Priv. ()

Lateralidade: Destro () Sinistro () Ambidestro () Profissão: _____

Função: _____ Data da Aplicação: ____/____/____
dia mês ano

Aplicador: _____ Início: _____ Término: _____

Autorizo uso sigiloso em pesquisa: _____
assinatura

AVALIAÇÃO

Após a soma dos resultados brutos, verifique as tabelas para as porcentagens.

Sinais de stress
 P1 + F1 > 6
 P2 + F2 > 3
 P3 + F3 > 8

Quadros	F		P		Total F+P	%
	Result. Bruto	%	Result. Bruto	%		
Q1 Alerta						
Q2 Resistência						
Q3 Exaustão						
Total						

VIDE TABELAS NO VERSO

DIAGNÓSTICO

TEM STRESS () NÃO TEM STRESS (X)

FASE ALERTA () FASE DE RESISTÊNCIA ()

FASE DE QUASE EXAUSTÃO () FASE DE EXAUSTÃO ()

Predominância de sintomas:

FÍSICOS () PSICOLÓGICOS ()

Casa do Psicólogo®

© 2000 Casapsi Livraria Editora e Gráfica Ltda
 É proibida a reprodução total ou parcial desta obra para qualquer finalidade. Todos os direitos reservados.
 Rua Santo Antônio, 1010 - Jd. México - Itatiba/SP - Brasil
 CEP 13253-400 - Tel.: (11) 4524.6997 - www.casadopsicologo.com.br

O presente Caderno de Aplicação é impresso em cores. Caso desconfie de sua autenticidade, ligue para (11) 3034-3600.

Tabela de Correção 1.
Fases do Stress

QUADRO 1		QUADRO 2		QUADRO 3	
Fase 1		Parte I		Fase 4	
Alerta		Resistência		Exaustão	
Resultado Bruto	Porcentagem	Resultado Bruto	Porcentagem	Resultado Bruto	Porcentagem
7	11	4	8	9	7
8	22	5	17	10	13
9	33	6	25	11	20
10	44	7	33	12	27
11	56	8	42	13	33
12	67	9	50	14	40
13	78	Parte II		15	47
		II) Fase 3 Quase Exaustão			
14	89	10	58	16	53
15	100	11	67	17	60
		12	75	18	67
		13	83	19	73
		14	92	20	80
		15	100	21	87
				22	93
				23	100

Tabela de Correção 2.
Tipo de Sintomatologia
Sintomas Físicos

Fase de Alerta		Fase de Resistência		Fase de Exaustão	
Res. Bruto	Porcent.	Res. Bruto	Porcent.	Res. Bruto	Porcent.
1	8	1	10	1	8
2	16	2	20	2	16
3	25	3	30	3	25
4	33	4	40	4	33
5	41	5	50	5	41
6	50	6	60	6	50
7	58	7	70	7	58
8	66	8	80	8	66
9	75	9	90	9	75
10	83	10	100	10	83
11	91			11	91
12	100			12	100

Tabela de Correção 3.
Tipo de Sintomatologia
Sintomas Psicológicos

Fase de Alerta		Fase de Resistência		Fase de Exaustão	
Res. Bruto	Porcent.	Res. Bruto	Porcent.	Res. Bruto	Porcent.
1	33	1	20	1	9
2	66	2	40	2	18
3	100	3	60	3	27
		4	80	4	36
		5	100	5	45
				6	54
				7	63
				8	72
				9	81
				10	90
				11	100

Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp – ISSL

Tabela 1. Método para diagnosticar *stress*. Soma-se os resultados **a** e **b** de cada quadro.

Quadro	Escore bruto por quadro	Resultado significativo?
Quadro 1		() Sim
Quadro 2		() Sim
Quadro 3		() Sim

Tabela 2. Método para diagnosticar a fase do *stress*. Utiliza-se os resultados da Tabela 1 na coluna **Escore bruto** e procura-se a percentagem correspondente tabela de correção 1.

Quadro	Escore bruto	Porcentagem
Quadro 1		
Quadro 2		
Quadro 3		

Tabela 3. Método para diagnosticar predominância de sintomas físicos ou psicológicos. Indica-se na coluna **Quadro**, o quadrante em que se encontrou o maior percentual, referente à Tabela 2.

Quadro	Escore bruto	
	Sintomas físicos	Sintomas psicológicos

Tabela 4. Comparação entre sintomas físicos e psicológicos para averiguar a predominância. A percentagem referente ao escore é encontrada nas tabelas de correção 1 e 2.

Quadro	Sintomas Físicos	%	Sintomas Psicológicos	%

Responda às seguintes questões:

(a) a pessoa apresenta sintomas de *stress*?

() sim () não

(b) em que fase do *stress* a pessoa se encontra?

() alerta () resistência () quase exaustão () exaustão

Obs: _____

(c) qual a sintomatologia predominante?

() sintomas físicos () sintomas psicológicos