



THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND RESILIENCE OF PROFESSIONAL NURSING

A RELAÇÃO ENTRE ESTRESSE E A RESILIÊNCIA DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

LA RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y LA RESISTENCIA DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Jorge Luiz Lima Silva¹, Fabiano Bittencourt Lima², Emanoele Amaral Machado³,
Felipe dos Santos Costa⁴, Rosana Araújo Gomes⁵

ABSTRACT

Objective: To identify literature on content and stress resilience relate to the practice of nursing care. **Method:** This is a descriptive and exploratory research that used the review of literature as a source of information. **Results:** The stress in the life of professional nursing is a present reality, owning several determining factors and consequences for their health and well-being. **Conclusion:** It was concluded that the pace of life in a globalized world, as well as the expertise, workload and extensive accumulation of functions within the nursing led the nurses to take on multiple jobs, becoming a highly stressful profession, which may lead the even developed major health problems caused by excessive stress due to their functions. **Descriptors:** Occupational health, Stress, Nursing.

RESUMO

Objetivo: Identificar em literatura conteúdos que relacionem estresse e resiliência ao à prática assistencial de enfermagem. **Método:** Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória que utilizou a revisão de bibliografia como fonte de informações. **Resultados:** O estresse na vida do profissional de enfermagem é uma realidade presente, possuindo fatores condicionantes diversos e consequências importantes para sua saúde e bem-estar. **Conclusão:** Pôde-se concluir que o ritmo de vida do mundo globalizado, bem como a especialização, a carga horária de trabalho extensa e o acúmulo de funções dentro da enfermagem levaram o enfermeiro a assumir múltiplas tarefas, tornando-se uma profissão altamente estressante, podendo levar o mesmo a desenvolver problemas de saúde importantes decorrentes do excesso de estresse decorrente de suas funções. **Descritores:** Saúde do trabalhador, Estresse, Enfermagem.

RESUMEN

Objetivo: Identificar la literatura sobre el contenido y la resistencia de estrés se relacionan con la práctica de los cuidados de enfermería. **Metodo:** Este es un estudio descriptivo y exploratorio que utiliza la revisión de la literatura como fuente de información. **Resultados:** El estrés en la vida del profesional de enfermería es una realidad presente, ser dueño de varios factores determinantes y las consecuencias para su salud y bienestar. **Conclusión:** Se concluyó que el ritmo de la vida en un mundo globalizado, así como la experiencia, la acumulación de carga de trabajo y amplia de funciones dentro de la enfermería dirigido a las enfermeras a adoptar el pluriempleo, convirtiéndose en una profesión altamente estresante, que puede llevar a la incluso a desarrollar problemas de salud causados por el estrés excesivo debido a sus funciones. **Descritores:** La salud ocupacional, Estrés, Enfermería.

¹ Enfermeiro. Mestre em Enfermagem/ UNIRIO. Professor Assistente do Departamento de Enfermagem Materno-infantil e Psiquiátrica da Escola de Enfermagem/UFF. E-mail: jorgeluzlima@gmail.com. ² Enfermeiro. Pós-graduado em Enfermagem do Trabalho/UNIPLI. Residente de Enfermagem no Hospital Federal de Bonsucesso/UNIRIO. E-mail: fabianobitencourt@msn.com. ^{3,4} Acadêmicos de Enfermagem do 8º período do Centro Universitário Plínio Leite/UNIPLI. Monitores da Disciplina de Semiologia e Semiotécnica em Enfermagem I. E-mails: emanoelemachado@gmail.com, felipedosantoscosta@gmail.com. ⁵ Enfermeira. Pós-Graduada em Enfermagem do Trabalho pelo Centro Universitário Plínio Leite/UNIPLI. E-mail: zanagomes@gmail.com

INTRODUÇÃO

Na busca por melhores condições de vida um contingente maior de pessoas se concentra, a cada dia nos grandes centros urbanos. Criando um ambiente de constante mudança e adaptação, de cunho social, moral e laboral. E essas transformações interferem diretamente no estilo de vida dessas pessoas. Tornando a adaptação a esse novo contexto de vida algo inevitável.

Diante essa realidade tão imprevisível a busca em se adequar, o mais rápido possível, remete o homem a um ambiente de incertezas e insegurança, em sua vida pessoal, social e profissional.

Como essas pessoas estão inseridas em uma organização social, conseqüentemente acompanham sua trajetória e estão sujeitas aos problemas que a afligem. E como as condições de vida dessas pessoas nem sempre são satisfatórias, torna-se incessante a busca por melhores condições de vida.

Como ser produtivo, o homem busca essa melhoria de vida com seu trabalho. Isso torna o mercado de trabalho cada vez mais exigente, competitivo e em constante transição. Fazendo com que os profissionais se mantenham em permanente estado de atenção a essas mudanças o que faz aumentar diariamente o número de pessoas se dizendo estressadas. Tornando o estresse um dos grandes distúrbios e um dos temas mais estudados atualmente^{1,2}.

E esse estresse, atualmente, quase sempre é visto como algo negativo. Podendo ser definido como a interação entre o homem e o ambiente, uma relação em que o homem julga difícil ou que vá além dos seus recursos, e que coloca em risco seu bem-estar³.

Todavia, o estresse não deve ser interpretado como uma condição estática, mas um fenômeno complexo e dinâmico¹. Visto que não é simplesmente a situação ou a resposta do indivíduo que definem o estresse, mas sim a percepção do mesmo acerca do ambiente no qual está inserido. Logo, o estresse se origina das reações advindas da adaptação e defesa desse indivíduo frente aos agentes estressores.

E esses agentes estressores podem ser considerados todo agente ou demanda de natureza física, química, biológica ou emocional que gera sentimentos de tensão, ansiedade, medo ou ameaça ao indivíduo^{3,4,5}.

No que se refere à vida profissional, esse estresse pode ser definido como estresse ocupacional. Considerando sua conceituação semelhante ao estresse comumente falado. Tendo como particularidade a incapacidade do indivíduo em lidar com os agentes estressores relacionados ao trabalho, comprometendo não apenas o indivíduo, de forma física e mental, como também a organização na qual se insere¹.

Porém, o estresse não deve ser interpretado apenas como algo negativo, principalmente no que se refere à vida profissional. Podendo ser um elemento motivador, ao crescimento profissional no ambiente de trabalho. Estimulando o desenvolvimento intelectual e emocional, visando melhor adaptação e desenvolvimento de uma nova tarefa. E essa resposta positiva recebe nome de “eustresse”⁶.

Algumas profissões, mediante a complexidade das atividades desenvolvidas e ao ambiente laboral no qual estão inseridas, estão mais expostas aos agentes estressores e propensos a essa ambigüidade sobre o estresse. E o profissional de saúde é um exemplo desse tipo de

profissional.

E dentre esses profissionais, o de enfermagem pode ser considerado como uns dos mais expostos aos agentes estressores e um dos mais estressados¹. O estresse neste tipo de profissional tem se tornado uma realidade cada vez mais presente.

Desde a inserção do homem no espaço de trabalho, o profissional de enfermagem vem acompanhando o processo de desenvolvimento no mundo. E através dos tempos, segue mudando e se adaptando a cada momento histórico. Expondo-se, com isso, aos problemas de cada época.⁽⁷⁾ Sobrecarga de trabalho, excesso de horas trabalhadas, trabalho por turnos, mudanças de posto, risco à saúde física e mental, são alguns exemplos das dificuldades encontradas pelo profissional de enfermagem.

Nesse contexto, de mudanças e adaptações, as pessoas lidam de diferentes formas aos desafios enfrentados. Uns se abatem e se deixam destruir pelas dificuldades, porém, outros não se abatem, mostrando-se capazes de aproveitar a situação para seu crescimento. Neste caso um termo operativo, atual e inovador vêm à tona, resiliência.

Conceito este extraído da física é a capacidade de um material suportar, até certo ponto, um impacto e não se alterar⁸.

Ao ser humano este termo é aplicado no sentido de equilíbrio, de um lado as condições adversas ao bem-estar humano e do outro a capacidade de enfrentamento e reação desse indivíduo. Resiliência é uma balança equilibrada: de um lado, os eventos estressores, perigos, sofrimentos, e do outro, as forças, as competências, o sucesso e capacidade de reação e enfrentamento⁹.

Visto a importância e a amplitude deste tema para o profissional de enfermagem, indagou-

se o porquê da escassez de obras na área da enfermagem acerca do tema.

O objetivo: Identificar em literatura conteúdos que relacionem estresse e resiliência ao à prática assistencial de enfermagem.

Justificativa

Como ser social, o homem influencia e é influenciado pelo meio. Desta forma, a sociedade, família e a profissão são fatores de grande importância e influência na vida do ser humano. Visto que a profissão é considerada, por vários autores, como um fator de importante relevância na vida do homem. Onde preocupações como estabilidade, segurança e mudanças no posto de trabalho, são elementos que causam estresse a esse indivíduo. Este trabalho se limitará à vida profissional, em particular do profissional de enfermagem.

Há uma íntima relação entre as dificuldades apresentadas pelo meio e o poder de superação e adaptação, fazendo com que o profissional valorize as atividades por ele desenvolvidas, principalmente o profissional de enfermagem, o que confere notoriedade a esta profissão¹⁰.

O estudo mostra-se relevante, pois se compromete a demonstrar a importância da relação existente entre a resiliência e o estresse do profissional de enfermagem. Este, mesmo diante a uma rotina e um ambiente adverso, que pode por em risco seu bem-estar, consegue superar as dificuldades e desenvolver adequadamente suas atividades.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva realizada através do levantamento bibliográfico

baseada em obras que abordassem a temática em questão.

O estudo se baseou no tipo de pesquisa descritiva, pois este fornece um conhecimento aprofundado a respeito do tema, exigindo uma série de informações acerca do que se deseja estudar¹¹. Foi concentrado no método de revisão bibliográfica, onde se levanta e analisa dados relativos ao que já foi publicado em relação a um ou mais tópicos, capazes de construir um tema de pesquisa de cunho científico¹².

O levantamento foi realizado em ambiente virtual na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), na base de indexados: Lilacs, BDenf e Scielo e em uma busca livre de textos completos atendendo aos critérios do Qualis Capes,

Na pesquisa realizada em ambiente virtual, foram encontrados artigos relacionados ao processo do estresse, a relação entre o estresse e a atividade de enfermagem, e as consequências do estresse para a saúde do enfermeiro. Todos estes foram lidos pelos autores e avaliado sua relevância com a finalidade deste estudo, na consultada a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizaram-se como descritores: "saúde ocupacional", "estresse" e "enfermagem". Os termos descritos foram utilizados isolados de forma conjunta e isolada para melhor caracterização de materiais que respondessem ao objeto de pesquisa.

Além da pesquisa em ambiente virtual foi realizado levantamento bibliográfico efetuado em um centro universitário onde foram consultados de livros, revistas de enfermagem impressas, entre outros, que por sua relevância foram incluídos nesta pesquisa. Os livros que abordassem o processo de estresse e sua relação com saúde ocupacional em enfermagem, em seu sumário ou índices remissivos foram acrescentados.

Em seguida, os artigos encontrados em

ambiente virtual foram submetidos à leitura

seletiva de seus resumos, onde se buscou a relação entre o conteúdo, título, resumo, e se atendiam ao objeto do presente estudo.

As obras selecionadas foram lidas na íntegra pelos autores e discutidas de acordo com sua relevância bem como se poderiam atender ao objetivo do presente estudo. As obras que não mantivessem qualquer relação com o objeto deste estudo foram excluídas da análise.

O total de obras encontradas, bem como as que foram excluídas, por não apresentarem relevância a este estudo, e as aproveitadas para confecção da discussão acerca da temática, constituem bibliografia potencial desta pesquisa e seguem na tabela abaixo (tabela 1).

Tabela 1: Relação quantitativa de obras utilizadas.

Tipo de material	Encontrados		
	Total	Excluídos	Aproveitados
Artigos	45	27	18
Monografias	0	0	0
Livros	7	2	5
Total			23

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

O estresse vivido pelo profissional de enfermagem

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 rompesse¹³.

Atualmente esta palavra teve seu significado banalizado, sendo visualizado quase sempre como um fator negativo, que traz prejuízo ao desempenho global do indivíduo¹. Tornando-se a causa e/ou a explicação para inúmeros

problemas da sociedade moderna. Esta utilização sem critérios busca simplificar os problemas existentes na sociedade, porém oculta os reais significados do estresse e suas implicações na vida do homem¹⁴.

Durante décadas este tema tem sido exaustivamente estudado e pesquisado, sendo focado sob vários aspectos. Na área da saúde, por exemplo, o termo estresse foi utilizado pioneiramente por Hans Selye, aproximadamente em 1926, após várias pesquisas médicas. Definindo-o como resultado inespecífico a qualquer agente ou demanda que cause um desgaste geral do organismo¹⁴.

Vários autores concordam que esse desgaste do organismo é causado por alguns fatores que são preponderantes ao desencadeamento do estresse, os agentes estressores. Esses agentes podem vir a serem fatores etiológicos de problemas físicos e emocionais em diversas dimensões, social; biológica e profissional, comprometendo a qualidade de vida do homem^{3, 13, 14, 15}.

E diante a uma exposição prolongada esses agentes estressores geram um conjunto de reações ao indivíduo denominado Síndrome Geral de Adaptação (SAG)⁴. Esta síndrome pode apresentar três fases ou estágios: fase de alerta, que há o confronto com o agente estressor, se estabelece a “luta ou a fuga”. Fase de resistência, onde há o contato prolongado com o agente estressor exigindo um gasto maior de energia para adaptação, favorecendo o surgimento de doenças. E terceira e última, a fase de exaustão onde as energias físicas e mentais se exaurem e há manifestação das doenças, acrescentam¹³.

Todavia, para Camelo e Angerami (2004) diretamente não é o estresse o causador das doenças. Mas um facilitador que proporciona um meio favorável ao desencadeamento de doenças

as quais as pessoas já estão previamente dispostas, tais como: úlceras, hipertensão, herpes entre outras. Ou diminuindo a imunidade do indivíduo favorecendo as doenças oportunistas. E se nada for feito para minimizar a exposição aos agentes estressores, cada vez mais esses indivíduos se sentirão exauridas, sem energias e depressivos⁴.

Porém, nem sempre o estresse pode ser visto como um fator negativo. Tornando-se importante e necessário ao organismo, quanto encarado como desafio e em um determinado nível, pois colabora com o bom desempenho das funções orgânicas e psíquicas, como o crescimento e a criatividade^{14,15, 16}.

Quando o ambiente de trabalho torna-se uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no seu plano pessoal e profissional, surgindo demandas maiores que seu poder de enfrentamento. A este tipo de estresse vários autores classificam como estresse ocupacional^{1, 14, 15, 16}.

Vários tipos de atividades são consideradas estressantes por serem desenvolvidas em ambientes que contribuem para o aparecimento de desgaste físico e mental do trabalhador. E a enfermagem está incluída no grupo dessas atividades desgastantes, não apenas pelo ambiente em que desenvolve suas atividades, como também pelos problemas históricos vividos por esta profissão.

Porém, não são estes os únicos agentes que causam estresse ao profissional de enfermagem. A complexidade das atividades realizadas, assim como o ambiente de trabalho no qual este profissional está inserido, são outros aspectos que contribuem para o estresse desse profissional.

Estudos demonstram que alguns aspectos podem favorecer ao estresse e influenciar na realização da atividade laboral do profissional de enfermagem. Um refere-se ao potencial dos

estressores ocupacionais. Sendo este distribuído em dois grupos: os relacionados ao ambiente e os relacionados às demandas de trabalho. E outro está relacionado às características individuais do profissional, no que se refere a sua percepção do ambiente^{5, 17}.

Em relação às características do ambiente laboral, o profissional de enfermagem, está exposto constantemente a riscos de ordem física, biológica, química, ergonômica e psicológica. O que favorece a ocorrência de acidentes de trabalho e o surgimento de doenças ocupacionais. Causando o afastamento do profissional, consequentemente prejudicando a qualidade da assistência de enfermagem prestada e influenciando negativamente a instituição na qual está inserido^{14, 18}.

Sobrecarga de trabalho e excesso de horas trabalhadas são outros fatores frequentemente associados ao estresse vivido pelo profissional de enfermagem. Visto que há diminuição da vida social desse profissional, causando descontentamento, tensão e outros problemas de saúde. E aliado à questão salarial há o aumento dessa insatisfação, existindo uma incompatibilidade mediante as funções desempenhadas¹⁹.

O contato frequente com o sofrimento e morte, excesso de atenção e responsabilidade por parte desse profissional, causam um desgaste emocional nesse indivíduo. E somado a falta de coesão e conflito no grupo de trabalho, mudanças de posto e a instabilidade na carreira são outros fatores preponderantes ao surgimento de doenças psicossomáticas. Sendo a frustração, apatia, desânimo e desestímulo uns dos principais sinais dessas alterações psicológicas^{5, 15}.

E as características individuais do profissional também são fatores que favorecem ao surgimento do estresse ocupacional. Pois a forma

como cada indivíduo interpreta ou percebe o ambiente que o rodeia é um fator crucial. Sendo a ansiedade um dos males que afligem esse profissional, interferindo na realização de suas tarefas e dificultando sua aprendizagem³.

Sem dúvida trata-se de uma situação paradoxal, pois os profissionais que tem sua história atrelada à assistência, se comprometendo em manter as pessoas saudáveis, proporcionar conforto e proteção aos doentes. Expõe sua saúde e segurança a condições que são favoráveis a acidentes, ao estresse e ao surgimento de doenças. Colocando em risco sua própria vida em prol do seu próximo.

Resiliência e o profissional de enfermagem

Os crescentes desafios e mudanças vividos pelo homem atualmente, desde sua vida pessoal, familiar, social quanto profissional, vêm sendo frequentemente, fonte de ansiedade, estresse e tensão a esse indivíduo. Requerendo dele também uma postura de mudança e enfrentamento, perante a estes desafios. Diante disso, surge um conceito buscando subsidiar e/ou alicerçar esta nova condição humana, resiliência.

Originária do latim, da palavra *resilio*, tem o significado de saltar para trás, voltar, ser impelido, recuar, encolher-se, romper. No inglês, *resilient*, remete à idéia de elasticidade e capacidade rápida de recuperação²⁰.

Este termo há muito é utilizado pela física e engenharia, sendo definido como a qualidade de resistência de um material ao choque, à tensão, à pressão, a qual lhe permite voltar, sempre que é forçado ou violentado, à sua forma ou posição inicial - por exemplo, uma barra de ferro, uma mola, elástico, etc.²¹.

No campo das ciências da saúde, a partir da década de 70, sua utilização foi adaptada referindo-se à capacidade de um indivíduo traçar

um caminho, construindo uma trajetória positiva e saudável, apesar de viver em um contexto adverso⁸.

Sendo este conceito, fruto do estudo com pessoas que foram submetidas a traumas agudos ou prolongadas. Sofrendo assim alterações de acordo com os avanços dos estudos²².

Inicialmente a resiliência foi aliada as teorias da psicopatologia, desenvolvimento e estresse. Sendo considerada como um traço ou conjunto de traços de personalidade como temperamento fácil, nível elevado de inteligência, auto-estima, senso realístico de esperança e autocontrole, conforme²².

As pessoas dotadas com estas características individuais eram consideradas, como aquelas que não adoeciam mesmo expostas a elevados graus de estresse. Porém, era uma visão limitadora deste termo, pois o restringia às qualidades individuais de uma pessoa e oferecia um parâmetro de distinção entre os indivíduos, classificando-os de capacitadas ou incapacitadas.

Desta forma, com evolução dos estudos, a resiliência teve sua conceituação ampliada. Sendo analisada não apenas sob a óptica das características individuais, admitindo a influência dos fatores ambientais, denominados fatores de riscos, sobre o indivíduo em seu desenvolvimento normal em condições difíceis.

Os fatores de risco foram classificados como aqueles associados à predisposição individual e os fatores ambientais, que precipitavam ou potencializavam o estresse⁹.

Apesar de essas duas perspectivas elucidarem um conceito promissor de superação, construção e adaptação do indivíduo. A utilização deste termo não implica, em nenhum momento, na anulação ou eliminação da situação de risco. Pelo contrário, valoriza o enfrentamento e a

recuperação do indivíduo perante as situações adversas.

Estudos recentes revelam que a resiliência não é um dom inato de certas pessoas especiais. Ela é, na verdade, um tipo de competência pessoal e social, que pode ser aprendida e desenvolvida nas pessoas, nas comunidades, na vida social e até mesmo nas organizações de trabalho⁸.

Isso demonstra que a resiliência é um fenômeno amplo, dinâmico e complexo. Pois, existem diversos fatores e variáveis que devam ser levados em consideração na análise dos fenômenos humanos como situação de risco, estresse e experiências adversas, tendo como resposta final a adaptação e o ajuste do indivíduo.

Visto a amplitude, complexidade e o dinamismo do tema. A resiliência passou a ser alvo de atenção e motivo de reflexão das organizações de trabalho e de seus gestores. Pois, diante a mutabilidade do mercado de trabalho e das dificuldades enfrentadas pelos trabalhadores diariamente, a resiliência demonstrou ser um instrumento válido e eficaz de aperfeiçoamento profissional.

Esta flexibilidade característica da resiliência é uma das competências requeridas pela dinâmica da modernidade do trabalho nas organizações, capaz de explicar a reação do profissional diante das inúmeras situações de tensão, pressão e ruptura presentes no ambiente de trabalho²³.

Desta forma, nenhuma atividade está isenta de propiciar satisfação ou desgaste físico e/ou mental, mas depende de fatores decorrentes de sua própria natureza, de sua forma de organização e das condições para sua realização, estes poderão estar em maior ou menor grau¹⁷.

Não apenas o enfermeiro com toda sua

equipe, convivem diariamente com atividades e ambientes altamente estressantes e desgastantes. E mesmo diante a situações tão adversas, estes profissionais, almejam oferecer o melhor de si. Buscando com afeto e dedicação realizar uma assistência qualificada.

E como na área da saúde o objetivo maior é manter um elevado padrão de assistência e uma melhoria na qualidade de vida das pessoas. Estar atendo aos profissionais que lidam diretamente com as questões que envolvem todo esse contexto é de extrema importância, se quiser manter a qualidade de seu trabalho.

Vários autores concordam na potencialidade da resiliência na formação dos profissionais de enfermagem. Tornando-os mais sensíveis e perspicazes no processo saúde-doença, como mais resistentes e fortes no enfrentamento relacionada às situações de trabalho^{8, 10}.

O profissional de enfermagem, como visto anteriormente, é a maior força de trabalho na área da saúde. Desta forma, a resiliência deve ser observada e acompanhada com mais seriedade e atenção pelas organizações e seus gestores. Visto a contribuição deste tema na qualidade e produtividade deste profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O mundo globalizado exige energia, disposição, habilidades técnicas, físicas, biológicas e psicológicas para que o mesmo possa desempenhar todas as atividades que o competitivo mercado de trabalho exige.

Este interfere em outros setores da vida do indivíduo família, que antes vista como sistema de apoio, agora se vê fragmentada, tendo que dividir um de seus membros com sua própria profissão, que agora ocupa grande parte, senão todo o cotidiano de vida da pessoa.

Quando se observa este aspecto nas profissões da área de saúde, nota-se que o mesmo se torna agravante, uma vez que se tratam de profissões que exigem maiores demandas deste profissional, em um ambiente que muitas vezes é hostil e rodeado de particularidades que muitas vezes interferem agravando o estado de saúde deste indivíduo.

Percebe-se através disto, que o profissional da área de saúde, dentro dela destacando-se o profissional de enfermagem, carece de medidas que efetivamente diminuam, ou amenizem o grau de estresse enfrentado por este. Entende-se que um profissional menos estressado pode desempenhar sua profissão com melhor qualidade, melhorando efetivamente o andamento das ações dentro dos serviços de saúde, aspecto que de nenhuma forma deve ser ignorado.

REFERÊNCIAS

1. Stacciarini JMR, Tróccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. Rev. Latino-am Enfermagem. 2001; 17(2): 17-25.
2. Spindola T, Martins ERC. O estresse e a enfermagem - a percepção das auxiliares de enfermagem de uma instituição pública. Rev. Esc. Anna Nery Enferm. 2007; 11(2):212-219.
3. Lautert L, Chaves EHB, Moura GMSS. O estresse na atividade gerencial do enfermeiro. Rev. Panam Salud Publica. 1999; 6(6):115-125.
4. Camelo SHH, Angerami ELS. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. Rev. Latino-am Enfermagem. 2004; 1(12):14-21.
5. Spindola T, Martins ERC. O estresse e a enfermagem - a percepção das auxiliares de enfermagem de uma instituição pública. Rev. Esc Anna Nery R Enferm. 2007, 2(11):212-219.
6. Azevedo VAZ, Kitamura S. Stresse, trabalho e qualidade de vida. In: Vilatra, Qualidade de

- vida e fadiga institucional. Campinas: IPES Editorial; 2006.
7. Sarquis LMM, Cruz EBS, Hausmann M, Felli VEA, Peduzzi M. Uma reflexão sobre a saúde do trabalhador de enfermagem e os avanços da legislação trabalhista. *Cogitare Enferm.* 2004; 1(9):15-24.
 8. Sória DAS *et al.* A resiliência como objeto de investigação na enfermagem e em outras áreas: uma revisão. *Rev. Esc Anna Nery Enferm.* 2006; 3(10):547-551.
 9. Pinheiro DPN. A resiliência em discussão. *Psicologia em Estudo.* 2004, 1(9):67-75.
 10. Gutierrez BAO, Ciampone MHT. Profissionais de enfermagem frente ao processo de morte em unidades de terapia intensiva. *Acta Paul Enferm.* 2006; 4(19):456-461.
 11. Rudio VF. Introdução ao projeto de pesquisa científica. 29ªed. Petrópolis: Vozes; 2001.
 12. Ruiz JA. Metodologia Científica: Guia para eficiência nos estudos. 5ªed. São Paulo: Atlas; 2002.
 13. Ferreira LRC, Martino MMF. O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema. *Rev. Ciênc. Méd.* 2006; 3 (15):241-248.
 14. Coronetti A, Nascimento ERP, Barra DCC, Martins JJ. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. *Arquivos Catarinenses de Medicina.* 2006; 4(35):11-18.
 15. Batista KM, Bianchi ERF. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. *Rev. Latino-am Enfermagem.* 2006; 4(14):534-539.
 16. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e burnout e a relação com a enfermagem. *Rev. Latino-am Enfermagem.* 2005, 2(12):255-261.
 17. Júnior-Lima JHV, Esther AB. Transições, prazer e dor no trabalho de enfermagem. *Revista de Administração de Empresas.* 2001; 3(41):20-30.
 18. Barboza DB, Soler ZASG. Afastamentos do trabalho na enfermagem: ocorrências com trabalhadores de um hospital de ensino. *Rev. Latino-am Enfermagem.* 2003; 2(11):177-183.
 19. Stacciarini JMR, Tróccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev. Latino-am Enfermagem.* 2001; 2(17):17-25.
 20. Barreira DDD, Nakamura AP. Resiliência e a auto-eficácia percebida: articulação entre conceitos. *Aletheia.* 2006.
 21. Barlach L, França ACL, Malvezzi S. O conceito de resiliência aplicado ao trabalho nas organizações. *Revista Interamericana de Psicologia.* 2008; 1(42):101-112.
 22. Souza SMT. Resiliência: introdução à compreensão do conceito e suas implicações no campo da psicologia. *Rev. Ciênc. Hum.* 2006; 2(12):21-29.
 23. Barlach L, França ACL, Malvezzi S. O conceito de resiliência aplicado ao trabalho nas organizações. *Revista Interamericana de Psicologia.* 2008; 1(42):101-112.
- R. pesq.: cuid. fundam. online 2011. jan/mar. 3(1):1667-75

Recebido em: 07/10/2010

Aprovado em: 11/01/2011