



Avaliação do estresse de enfermeiros assistenciais no ensino à distância

Evaluation of stress of nurses in the educational process of distance learning

Evaluación de la estrés de las enfermeras en la educación a distancia

Sérgio Henrique Simonetti¹, Marina Ferraz de Arruda Dedini², Estela Regina Ferraz Bianchi³,
Rika Miyahara Kobayashi⁴

RESUMO

Descritores:

Enfermagem; Educação à Distância; Estresse

Objetivos: Identificar o nível de estresse percebido e no trabalho de enfermeiros assistenciais que atuaram como educadores na construção, desenvolvimento e avaliação da educação à distância (EaD). **Métodos:** Estudo descritivo e exploratório realizado com 16 enfermeiros, utilizando as escalas de Estresse no Trabalho (EET) e Estresse Percebido (PSS). **Resultados:** O escore de estresse obtido para PSS foi 17,9 e para EET de 50,7, considerando o perfil de enfermeiras, mulheres (93,8%), casadas (37,5%), com filhos (31%), pós-graduadas (93,8%), formadas há 6 anos (50%) e com idade média de 30 anos. **Conclusão:** O nível de estresse das enfermeiras assistenciais foi médio, tendo em vista um perfil de profissionais com vários papéis sociais que acumularam atribuições em serviço, mas que foi equilibrado pela motivação para inovar, atualizar-se no uso de tecnologias educacionais e domínio do conhecimento.

ABSTRACT

Keywords: Nursing;

Distance Learning; Stress

Objectives: To identify the level of perceived and work stress of clinical nurses who worked as educators in the construction, development and evaluation of distance education (DE). **Methods:** A descriptive, exploratory study performed with 16 nurses, using the Work-Related Stress Scale (WSS) and Perceived Stress Scale (PSS). **Results:** The stress score obtained by PSS was 17.9 and 50.7 by WSS. Regarding the nurses' profile, 93.8% were women, 37.5% married, 31% had children, 93.8% were post graduated, 50% graduated for 6 years with a mean age of 30 years. **Conclusion:** The stress level of clinical nurses was medium, considering the profile of professionals with several social roles, that have accumulated assignments in service, but have been balanced by motivation to innovate, update on the use of educational technologies and knowledge domain.

RESUMEN

Descriptores:

Enfermería; Educación a Distancia; Estrés

Objetivos: Identificar el nivel de estrés percibido y estrés en el trabajo de los enfermeros clínicos que trabajaron como educadores en la construcción, desarrollo y evaluación de la educación a distancia (DE). **Métodos:** Estudio descriptivo, exploratorio hecho con 16 enfermeros, utilizando la Escala de Estrés relacionado con el trabajo (EET) y la Escala de Estrés Percibido (EEP). **Resultados:** La puntuación obtenida por la EEP fue 17,9 y 50,7 por la EET. Con respecto al perfil de los enfermeros, 93,8% eran mujeres, 37,5% casados, 31% tenían hijos, 93,8% tenían post grado, 50% graduados hace 6 años, con una edad media de 30 años. **Conclusión:** El nivel de estrés de los enfermeros clínicos fue medio, teniendo en cuenta el perfil de los profesionales con varias funciones sociales, que han acumulado tareas de servicio, pero se han compensado con la motivación para innovar, para actualizarse en el uso de tecnologías de la educación y dominio del conocimiento.

¹ Doutorando pelo Programa Interunidades de Doutorado da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo e Ribeirão Preto - USP, São Paulo (SP), Brasil.

² Residência em Enfermagem Cardiovascular no Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia - IDPC, São Paulo (SP), Brasil.

³ Livre Docente pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo - USP, São Paulo (SP), Brasil.

⁴ Professora do Departamento de Enfermagem de Orientação Profissional da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo - USP, São Paulo (SP), Brasil.

INTRODUÇÃO

Na enfermagem, o ritmo de trabalho costuma ser intenso, onde são necessários altos níveis de atenção para a realização dos cuidados prestados aos pacientes. Além disso, existe a concordância de que ser enfermeiro é pertencer a uma profissão estressante⁽¹⁾.

O estresse, neste estudo, é conceituado como “uma complexa série de fenômenos subjetivos experienciados quando a demanda de um evento taxa ou excede os recursos de adaptação da pessoa”, sendo o resultado da interação entre indivíduo e ambiente, conforme o Modelo Interacionista do Estresse proposto por Lazarus e Folkman.

Usualmente, frente a uma situação de estresse o sujeito deve realizar a identificação dos fatores estressores, buscar recursos próprios para realizar o enfrentamento e superação desta condição desencadeante do estresse, ou seja, o indivíduo avalia quais recursos de enfrentamento serão necessários para lidar com a situação estressante.

No cotidiano de trabalho, os enfermeiros atuam simultaneamente na assistência, gestão e em educação, evidenciando que são muitas as demandas e propostas de trabalho. As várias dificuldades, então emergentes, são enfrentadas por profissionais que acabam requerendo acesso à formação continuada, ou à educação permanente de forma que consiga se manter competente para o trabalho. A considerar o ritmo, a dinâmica, a competitividade, o foco em resultados no mundo do trabalho capitalista, estes fatores podem se configurar como potenciais estressores.

Uma das formas de favorecer a otimização do tempo para a educação permanente pode ser a adoção do Ensino à Distância (EaD) que pode ser uma estratégia frente às novas tecnologias, assim como uma inovação pedagógica na educação⁽²⁾.

Entenda-se como o EaD, o processo de ensino-aprendizagem no qual professor e aluno podem atuar de forma assíncrona⁽³⁾.

Na área da saúde, o EaD está em fase de implementação. Muitos debates sobre sua utilização tem sido realizados, principalmente considerando as necessidades de desenvolvimento de habilidades motoras e afetivas para o exercício das práticas profissionais em saúde e como alcançar este objetivo à distância⁽⁴⁾.

Nesta instituição, local do estudo, os enfermeiros exercem suas atividades assistenciais, gerenciais, de pesquisa e ensino. Participam ainda de comissões diversas e dentre estas a Educação que desenvolve atividades de treinamento e desenvolvimento admissional, setorial, institucional, cursos de extensão, entre outras atividades, favorecendo a educação permanente.

Os membros da Comissão de Educação, preocupados com a atualização permanente dos profissionais de enfermagem, optaram por adotar o EaD como uma das estratégias para educação permanente realizando desta forma a construção do ambiente virtual de aprendizagem e implementação do EaD neste serviço.

Entretanto este desafio proposto por estes enfermeiros assistenciais que acumularam as atribuições de assistência e ensino simultaneamente, exigiria deste profissional, o compromisso de estudar sobre o EaD, o domínio da

ferramenta tecnológica, e a atuação como docente ou tutor neste processo, desenvolvido em serviço em seu horário de trabalho assistencial.

Frente a este cenário, o estudo objetivou identificar o nível estresse percebido e o estresse no trabalho, dos enfermeiros assistenciais que implementaram o EaD.

MATERIAL E MÉTODO

Este estudo descritivo, exploratório, transversal foi realizado em um hospital público e governamental especializado em cardiologia do Município de São Paulo e de referência para as unidades básicas, hospitais e ambulatorios gerais, de todo o país.

A população foi composta por 20 enfermeiros do grupo de estudos de Educação representantes dos setores do Hospital e que foram convidados para participar deste projeto de construção de um ambiente virtual de aprendizagem e implementação do EaD neste serviço. Compuseram a amostra deste estudo, 16 enfermeiros que efetivamente construíram, implantaram e avaliaram a EaD, participando de todas as etapas deste projeto educativo.

O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob protocolo n.º 3973.

Para a coleta de dados, foi elaborado um questionário composto pelo perfil sócio demográfico e duas escalas de avaliação do estresse: Escala de Estresse Percebido (PSS) e a Escala de Estresse no Trabalho (EET).

A Escala de Estresse no Trabalho⁽⁵⁾ trata do estresse vivenciado dentro das condições e organização do trabalho e é composta por 23 itens que abordam estressores variados e reações emocionais; as questões são assertivas onde o participante concorda ou não, em escala tipo Likert com variação de pontuação de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente). Quanto maior a pontuação, maior será o nível de estresse.

A Escala de Estresse Percebido⁽⁶⁾ discorre sensações e sentimentos vivenciados na vida em geral diante de uma situação estressante e permite avaliar os pensamentos e sentimentos experienciados na vida, independente de ocorrer no ambiente de trabalho ou não. São questões simples composta por 10 itens, tipo Likert, com variação de 0 (nunca) a 4(quase sempre). Para a obtenção de escores, as questões 4, 5, 7 e 8 têm pontos positivos, sendo que 0 vale 4 pontos e 4 vale 0 pontos, invertendo os valores apresentados na escala em geral. O escore será obtido pela soma dos valores dos 10 itens, sendo que valores altos significam alto nível de stress.

Os dados foram coletados, entre os meses de novembro a dezembro de 2010 e as respostas foram transcritas para o MS Excel XP para análise dos dados.

Para análise dos dados referentes à caracterização (perfil) dos enfermeiros do grupo de educação, foi utilizada a estatística descritiva.

RESULTADOS

O nível de **estresse** percebido e no trabalho, os resultados obtidos junto aos enfermeiros são apresentados no Quadro 1.

Quadro 1 - Escalas de estresse segundo os dados obtidos nos questionários. São Paulo 2011.

Escalas de estresse	Média	Mínimo	Maximo	Desvio Padrão
PSS (0 – 40)*; (20)**	17,94	9	27	4,97
EET (23 – 115)*; (69)**	50,75	26	73	13,10

*(variação possível dos escores)

**(Valor médio possível de obtenção)

Durante a experiência dos enfermeiros na construção e implementação de EaD o nível de estresse percebido foi de 17,94 (mínimo de 9 e máximo de 27) e no trabalho foi de 50,75 (mínimo de 26 e máximo de 73), o que permite considerar que o nível de estresse destes enfermeiros foi médio nesta experiência.

Para melhor análise do nível de estresse dos enfermeiros, foi necessária a caracterização da amostra das 16 enfermeiras que implementaram o EaD.

O perfil das 16 enfermeiras foi de serem assistenciais (100%), do sexo feminino (93,8%), casadas (37,5%), com filhos (31,5 %), com idade média de 30,9 anos (mínima de 21 anos e máxima 49 anos).

Em relação ao trabalho, as enfermeiras informaram trabalhar em único emprego (75%), nesta instituição, atuando na unidade em média por 3,6 anos (mínimo 1 ano e máximo 19 anos), em áreas não críticas (43,7%),

A formação acadêmica mostrou que o tempo médio de formação foi de 6,5 anos (mínimo 1 ano e máximo 25 anos) e que 68,75% tinham concluído cursos de Pós Graduação e 31,25% estavam em curso. Caracterizando os cursos de Pós Graduação, verificou-se que 62,50% fizeram cursos de Pós-Graduação Lato Sensu prevalentes nas áreas de cardiologia e de UTI e 6,25% Pós-Graduação Stricto Sensu em diferentes linhas de pesquisa.

DISCUSSÃO

As enfermeiras apresentaram nível médio de estresse percebido e no trabalho, podendo este resultado ter sido decorrente de vários fatores.

A inserção da mulher no mercado de trabalho, que tem conquistado independência econômica além das responsabilidades pela educação dos filhos e manutenção do lar agregando diferentes papéis sociais (mãe, mulher e profissional) pode configurar-se como situação desafiadora^(1,4,7-9).

A concomitância do trabalho assistencial das enfermeiras pertencentes ao quadro funcional e estrutural da instituição, com o cargo de enfermeiras assistenciais em unidades hospitalares atuarem envolvidas em atividade educativa pode ter contribuído para o nível de estresse.

As situações estressantes, vividas pelas enfermeiras, em sua atuação profissional, têm exigido delas, o saber lidar com os avanços tecnológicos⁽¹⁰⁾. Na perspectiva do mercado competitivo e a necessidade de buscar inovações tecnológicas na prática do cuidar seja na assistência direta ou que se estenda à educação, gestão e pesquisa têm sido um desencadeador de tensões ao profissional de saúde.

A proposição de construir os ambientes virtuais de aprendizagem e implementar o Ensino a Distância de forma que pudesse ser utilizado como um meio para educação permanente aos trabalhadores foi o desafio

proposto por estas enfermeiras assistenciais, em serviço.

O ensino a distância (EaD) envolvendo professores e alunos, muito antes de ser inserido em processos de ensino-aprendizagem na enfermagem, esteve presente na realidade brasileira desde 1904 quando teve início o oferecimento de cursos por correspondência, em seguida com utilização do rádio e televisão. Posteriormente, a utilização da WEB mostrou-se meio para obtenção de aperfeiçoamento profissional através de curso a distância para capacitação profissional mostrando-se como recurso para educação continuada dos profissionais de enfermagem⁽³⁾.

Para as enfermeiras, a experiência em EaD além de exigir as competências e habilidades de manuseio de ferramentas tecnológicas, pode ter sido uma experiência potencialmente estressante também por ser uma estratégia de ensino, pouco desenvolvida na instituição.

Ser enfermeiro atuante em EaD tem exigido da profissional busca pelas inovações impostas pelo avanço técnico-científico⁽¹¹⁾ uma vez que além de competências de gestão de equipes e do processo de aprendizagem foi necessário ter conhecimento de técnicas e recursos adequados a cada evento de ensino⁽¹²⁾. Soma-se a estas exigências, a dificuldade de acesso e de utilização das ferramentas tecnológicas de comunicação compatibilizadas com questões familiares que podem se configurar como desafios no desenvolvimento do EaD⁽²⁾.

Estes avanços podem acarretar benefícios para os profissionais, porém o acompanhamento das inovações e utilização da tecnologia pode se configurar como fatores potencialmente estressantes uma vez que se exige a habilidade em manusear estas tecnologias e ter disponibilidade de horário no acompanhamento contínuo das inovações tecnológicas e do trabalho muitas vezes, fora do seu horário de trabalho habitual.

A junção das demandas relacionadas à prática do enfermeiro envolvido em EaD, atreladas às demandas das atividades inerentes ao processo de trabalho assistencial podem se configurar como atividades estressantes para os enfermeiros que também possuem atividades de docente atuante em EaD pois somente o fato de ser enfermeiro já se configura como situação potencialmente estressante⁽¹⁾.

Mesmo diante de tantos estímulos, situações ou eventos potencialmente estressantes, as enfermeiras participantes do estudo apresentaram níveis de escore de estresse significativamente menor as médias apresentadas nas Escala de Estresse percebido e Escala de Estresse no Trabalho.

Diante deste resultado de análise pode-se afirmar que o enfermeiro mesmo que em sua prática diária, se depara em situações variadas e específicas no exercício de sua profissão, que é o cuidar do paciente e familiar, o interagir

com outros profissionais de saúde e sua própria equipe de trabalho, o coordenar, administrar e liderar a equipe e demais funções, que são atividades inerentes de sua profissão e consideradas extremamente geradoras de estresse, o atuar do enfermeiro nesta perspectiva do ensino à distância não se demonstrou insano a este fenômeno.

A necessidade de aprendizagem e domínio de tecnologia para aplicação de cientificidade e sabedoria no ensino é evidenciada cada vez mais, pela inserção da enfermagem no meio virtual, e o conhecimento construído por meio de pesquisas e acervos científicos podem ser socializados com alunos de graduação e profissionais do campo. E, tais avanços têm contribuído para a qualificação de graduandos e enfermeiros na área da assistência, se estendendo para saúde da sociedade⁽¹³⁾.

Esta afirmativa pode se verificar no o resultado encontrado de 62,50% das enfermeiras terem a formação Lato Sensu e em cardiologia, justificado pela necessidade de aprimorar os conhecimentos por meio de cursos de Pós-Graduação, a sua inserção em hospital de ensino especializado em Cardiologia e que mantém o curso de Residência Cardiovascular para enfermeiros há mais de 30 anos, requerendo de cada enfermeira a competência distintiva para cuidar e educar.

Diante desta perspectiva a enfermagem torna se campo virtual norteador para melhorar na profissionalização qualificada e disseminar informações a partir da Educação à Distância, além de desenvolver estudos inovadores na área repercutindo em propostas estratégicas de educação continuada para profissionais da saúde e de enfermagem⁽¹³⁾.

Para exercer as atividades voltadas ao ensino à distância o educador enfermeiro, além das atividades laborais na assistência, precisou apreender competências para atividades educativas no ambiente virtual de aprendizagem. Esta construção, realizada em horário de trabalho, compartilhado com os pares e sob orientação de outro educador discutindo e conduzindo a construção coletiva, pode ter favorecido a compreensão do contexto em que ocorrem os desafios e como realizar as superações.

Por outro lado, para que se pudessem ser cumpridas as metas, pactuadas coletivamente, precisariam abster se momentaneamente, de suas atividades do lar, o cuidar de filhos e afazeres domésticos, atividades paralelas do dia a dia, para se dispensar das atividades de educação à distância, que consideravelmente, poderiam gerar sentimentos e tensões no trabalho e no seu cotidiano, mas que foram sobrepostos pelo desafio enfrentado diante do conhecimento e facilidade de manuseio da plataforma e recursos disponíveis concomitantes e resultados positivos obtidos.

Outros fatores, como a idade média de 30,9 anos das

enfermeiras, atuantes na instituição em média por 3,6 anos, tendo uma única vinculação empregatícia, também podem ter contribuído favoravelmente para o nível médio de estresse. As enfermeiras já atuantes alguns anos, detinham o domínio do processo de trabalho assistencial, o que lhe permite margem de segurança para se lançarem a outros desafios. A vinculação empregatícia única pode favorecer melhor disponibilidade de tempo para compatibilizar os diferentes papéis sociais assumidos, bem como possibilidades de continuidade de seus estudos.

E por fim, a participação em Grupos de Estudos estruturados em serviço, com uma política de educação permanente, acompanhando as inovações no trabalho, buscando recursos estratégicos para subsidiar o processo de trabalho da enfermagem, pode ter contribuído para que as enfermeiras pudessem ao longo do tempo, desenvolver estratégias de avaliação e enfrentamentos dos desafios propostos.

E a experiência do EaD possibilitou o desenvolvimento de novas modalidades de cursos, a incorporação de novos conteúdos, práticas pedagógicas e procedimentos de avaliação, pela qual tem se mostrado adequada e eficaz para educação de indivíduos inseridos no mercado de trabalho e com experiência prévias, pois proporcionará o acesso ao saber de profissionais e alunos da área conforme descrito em literatura⁽¹³⁾.

CONCLUSÃO

Por este estudo, que teve como limitação ter sido realizado com uma amostra específica e restrita, verificou-se que os enfermeiros assistenciais que vivenciaram a experiência do EaD apresentaram escores médios de estresse durante a experiência de construção de um ambiente virtual de aprendizagem e implementação de EaD.

Apesar da limitação do estudo pelo tamanho da amostra, verificou se que necessidade de estar acompanhando as inovações tecnológicas da comunicação e informação atreladas à necessidade de constante atualização do conhecimento técnico-científico para ser tutor em EaD, acumuladas às atribuições assistenciais mostraram indícios de que podem ter sido desencadeantes do estresse.

Da mesma forma, o perfil de maior estabilidade, maturidade pelo tempo de formação profissional e de trabalho na unidade, a condição de ser pós-graduado com apenas um vínculo empregatício podem ter sido contributivos para um melhor desempenho simultâneo dos vários papéis sociais adotados como enfermeiros assistências e tutores equilibrados ainda pela motivação em aprender, inovar estrategicamente e ter domínio do conhecimento para o trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Bianchi ERF. Enfermeiro hospitalar e o stress. Rev Esc Enf USP. 2000;34(4): 390-4.
2. Oliveira MAN. Educação à distância como estratégia para a educação permanente: possibilidades e desafios. Rev Bras Enferm. 2007;60(5):585-9.
3. Rodrigues RCV, Peres HHC. Panorama brasileiro do ensino de Enfermagem On-line. Rev Esc Enferm USP. 2008;42(2):298-30.
4. Ortiz MCL, Ribeiro RP, Garanhani ML. Educação à distância: uma ferramenta para a educação permanente de enfermeiros

- que trabalham com a assistência perioperatória. *Cogitare Enferm.* 2008;13(4):558-65.
5. Paschoal T, Tamayo A. Validação da escala de estresse no trabalho. *Estud Psicol (Natal)*. 2004;9(1):45-52.
 6. Luft CDB, Sanches SO, Mazo GZ, Andrade A. Escala de estresse percebido. *Rev Saúde Pública*. 2007;41(4):606-14.
 7. Merighi MAB, Jesus MCP, Domingos SRF, Oliveira DM, Baptista PCP. Ser docente de enfermagem, mulher e mãe: desvelando a vivência sob a luz da fenomenologia social. *Rev Latino-Am. Enfermagem [Internet]*. 2011 [acesso 2012 ago 03]; 19 (1): [08 telas]. Disponível: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n1/pt_22.pdf
 8. Rodrigues VMCP, Ferreira ASS. Fatores geradores de estresse em enfermeiros de Unidades de Terapia Intensiva. *Rev Latino-Am. Enfermagem*. [Internet]. 2011 [acesso 2012 ago 01]; 19 (4): [09 telas]. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rlae/article/view/4410/5772>
 9. Lima GF, Bianchi ERF. Estresse entre enfermeiros hospitalares e a relação com a variável sócia demográfica. *REME Rev. Mineira. Enferm.* 2010;14(2): 210-8.
 10. Simonetti SH. Stress e valorização no trabalho do enfermeiro de unidade de internação do município de São Paulo [Dissertação]. São Paulo (SP): Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo; 2011.
 11. Christophoro R, Waidman MAP. Estresse e condições de trabalho: um estudo com docentes do curso de enfermagem da UEM. *Acta Scientiar.* 2002; 24(3): 757-63.
 12. Sarmet MM, Abrahão JI. O tutor em educação à distância: análise ergonômica das interfaces mediadoras. *Educação em Revista*. 2007;46:109-41.
 13. Lima MB, Silva CCFS, Pagliuca LMF, Rebouças CBA. Educação à Distância para comunicação entre enfermeiros e cegos. *J. Health Inform.* 2012; (Esp): 226-9. [Acesso 2013 nov 01]. Disponível em: <http://www.jhi-sbis.saude.ws/ojs-jhi/index.php/jhi-sbis/article/view/213/154>