

O estresse e o trabalhador de saúde: aspectos contemporâneos



Janici Therezinha dos Santos

Graduação em Enfermagem pelo Centro Universitário São Camilo. Docente do curso de graduação em enfermagem pelo Centro Universitário Anhanguera de São Paulo-Vila Mariana, SP. Especialização em geriatria. Universidade Federal de São Paulo, UNIFESP. Mestrado em Gerontologia- Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, PUC. Doutorado em Biotecnologia e Inovação em Saúde- Universidade Anhanguera de São Paulo, UNIAN.

Ultimamente o assunto mais discutido é o estresse. As demandas da vida moderna e as muitas exigências que os profissionais enfrentam no ambiente de trabalho geram inúmeras doenças consideradas incapacitantes especialmente aquelas que tem repercussão na saúde mental do trabalhador que propiciam para o desenvolvimento dos transtornos mentais.

Frequentemente os profissionais devem se ajustar as mudanças. As empresas nas buscas por liderança, maior visibilidade no mercado, extrapolam ao utilizar a sua força de trabalho no intuito de ganhar em competitividade e nos lucros. A todo momento profissionais devem se ajustar as mudanças e estar prontos para adaptações que fogem dos limites de tolerância tanto mental quanto físicas do ser humano.

Refletindo sobre os profissionais de saúde e suas experiências frente a pandemia, atualmente pode-se pensar no que ficou como resultado da avalanche de trabalhos impostos de forma repentina e crucial e que somada ao que já possuíam e que tinham que dar conta foram acrescidos de medo, incertezas e situações de solidão.

Assim, o estresse foi intensificado e visto como algo que acompanhou e acompanha os momentos de atividades laborais desses profissionais continuamente. Aos que conseguiram passar pela fase crítica das situações impactantes da atualidade, intactos mentalmente, fica uma alerta para que identifiquem dentro de si mesmos se há resquício de comprometimentos mentais pelo fato de viverem os desafios da atualidade.

Foram intensos momentos de escuri-

dão que pareciam não ter uma luz no final do túnel. Desta forma, reflexos surgiram e muitos questionamentos sobre o trabalho e a vida acompanharam os momentos difíceis no ambiente laboral dos trabalhadores de saúde, que se estenderam para a vida fora deste ambiente, de maneira não intencional. O que a pandemia está deixando como legado é que, mesmo em tempos difíceis e vivendo uma carga sobre-humana de fatores estressores no ambiente laboral, seguem cumprindo seus deveres frente e sociedade. Entretanto cabe o olhar para si mesmos e ter a percepção sobre suas necessidades para que possam ter o autoconhecimento e entender que podem, porém não devem adoeecer mentalmente. ■

REFERÊNCIAS

MOTA, Gessileide de Susa; ALENCAR, Carolina Maria Soares de; TAPETY, Fabrício Ibiapina. Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde: Uma Revisão Bibliográfica da Literatura, em 2017. Disponível em < http://acervosaud.dominiote mporario.com/doc/S-7_2017.pdf>. Acesso em 22 de novembro de 2021.

NUNES, Damaris dos Santos; RANGEL, Pullyne dos Santos Oliveira; NUNES, Clara dos Reis. Burnout Syndrome and its Relationship with Nursing, em 2016. Disponível em <<http://famescbj.srvroot.com:8081/multaccess/index.php/multaccess/article/view/3/3>>. Acesso em 13 de novembro de 2021.