



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO - IE
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO - PPG
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA - PPGPSI

FLÁVIO JOSÉ FERREIRA

O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DO SETOR
DE CLÍNICA MÉDICA DO HOSPITAL SANTA CASA
NO MUNICÍPIO DE BARRA MANSA

Seropédica
2024



FLÁVIO JOSÉ FERREIRA

**O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DO SETOR
DE CLÍNICA MÉDICA DE UM HOSPITAL PARTICULAR NO MUNICÍPIO DE
BARRA MANSA**

Dissertação submetida como requisito parcial para
obtenção do Grau de Mestre em Psicologia, do
Programa de Pós-Graduação em Psicologia – PPGPSI
da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.
Orientadora: Prof.^a- Dr.^a- Sílvia Maria Melo
Gonçalves

Seropédica

2024

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro Biblioteca
Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

F383e Ferreira, Flávio José, 1975-
 O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE
ENFERMAGEM DO SETOR DE CLÍNICA MÉDICA DO HOSPITAL
SANTA CASA
 NO
MUNICÍPIO DE BARRA MANSA / Flávio José Ferreira. - Barra
Mansa, 2024.
 40 f.

 Orientador: Sílvia Maria Melo Gonçalves.
Dissertação(Mestrado). -- Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro,
PPGPSI, 2024.

 1. O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE
ENFERMAGEM DO SETOR DE CLÍNICA MÉDICA DO HOSPITAL
SANTA CASA NO MUNICÍPIO DE BARRA MANSA. I. Gonçalves,
Sílvia Maria Melo, ---, orient. II Universidade Federal Rural
do Rio de Janeiro. PPGPSI III. Título.

É permitida a cópia parcial ou total desta Dissertação desde que seja citada a fonte.

**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA - PPGPSI**

FLÁVIO JOSÉ FERREIRA

**O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DO
SETOR DE CLÍNICA MÉDICA DO HOSPITAL SANTA CASA
NO MUNICÍPIO DE BARRA MANSA**

**Trabalho Final de Dissertação submetida
como requisito parcial para obtenção do
grau de Mestre no Programa de
Pós-graduação em Psicologia – PPGPSI.**

Trabalho final de Dissertação aprovada em 10 de julho de 2024.

BANCA EXAMINADORA:

Prof.^a Dr.^a Sílvia Maria Melo Gonçalves
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
(Orientadora)



Documento assinado digitalmente
SILVIA MARIA MELO GONCALVES
Data: 10/09/2024 23:27:01-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Documento assinado digitalmente
DENIS GIOVANI MONTEIRO NAIFF
Data: 10/09/2024 09:48:33-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Denis Giovanni Monteiro Naiff
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro



Documento assinado digitalmente
ADRIANA VASCONCELOS DA SILVA BERNARDINI
Data: 10/09/2024 23:49:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.^a Dr.^a Adriana Vasconcelos da Silva Bernardino
Universidade de Vassouras

DEDICATÓRIA

Dedico a Deus que me concedeu saúde, força e sabedoria para chegar até aqui.

A minha esposa Aila pelo apoio, companheirismo e compreensão.

Aos meus filhos Flaila e Alan Flávio pela paciência e compreensão.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus. Pois sem Ele eu não teria chegado até aqui.

Agradeço a minha esposa, por me motivar sempre e em compreender e estar ao meu lado.

Agradeço aos meus pais Fabiano e Leni pelas orações pela minha vida.

Agradeço a minha orientadora professora Sílvia Maria Melo Gonçalves pelas importantes orientações e supervisão.

Agradeço aos avaliadores da banca examinadora

Aos irmãos e amigos, Ângela, Luís, Érica, Júnior Lourenço, Neidimar e Sérgio.

Agradecimentos a CAPES:

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

“This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Finance Code 001.”

A Deus toda Glória!

RESUMO

FERREIRA, F. J. O ESTRESSE NA CONCEPÇÃO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DO SETOR DE CLÍNICA MÉDICA DO HOSPITAL SANTA CASA NO MUNICÍPIO DE BARRA MANSA. 40 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia), Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2024.

Esta pesquisa avaliou como os técnicos de enfermagem concebem o estresse no setor de clínica médica do hospital Santa Casa de Barra Mansa. Neste setor, composto de 59 leitos, ficam pacientes hospitalizados atendidos pelo SUS (Sistema Único de Saúde), divididos em ala masculina e feminina. Este trabalho parte do pressuposto de que cada pessoa tem uma forma de conceber e de reagir aos eventos estressores e que os técnicos de enfermagem estão entre as profissões consideradas as mais estressantes. A pesquisa objetivou analisar, na concepção dos técnicos de enfermagem, os fatores estressantes no cuidado de pacientes, os estressores presentes no ambiente da clínica médica e como o estresse no trabalho impacta nos afazeres na clínica médica, na satisfação no trabalho e na vida. Para se chegar aos resultados foi utilizado o método qualitativo, e foram aplicados aos 39 participantes um questionário aberto contendo 19 perguntas. As respostas foram analisadas *a posteriori* pela análise de conteúdo de Laurence Bardin. A investigação centrou-se nas concepções do estresse e em suas reações emocionais, psicológicas e físicas; e em suas consequências no trabalho e na vida pessoal. Como resultado, foi percebido que 76,92% dos participantes sentem que seu trabalho na clínica médica é estressante, sendo as relações com os pacientes o que mais se destaca dentre os fatores estressores. O que se concluiu com a pesquisa foi que o estresse para os técnicos de enfermagem gera impactos na saúde emocional, física e no relacionamento interpessoal, afetando a satisfação no trabalho e na vida. Apesar de os resultados apontarem para essa conclusão, esta pesquisa não é conclusiva e abre espaço para novas discussões sobre o tema do estresse no ambiente hospitalar da clínica médica para técnicos de enfermagem.

Palavras-chave: saúde; estresse; técnico de enfermagem

ABSTRACT

FERREIRA, F. J. STRESS IN THE CONCEPTION OF NURSING TECHNICIANS IN THE MEDICAL CLINIC SECTOR OF HOSPITAL SANTA CASA IN THE MUNICIPALITY OF BARRA MANSA. 40 p. Masters Dissertation (Master in Psychology), Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2024.

This research evaluated how nursing technicians perceive stress in the medical clinic sector of the Santa Casa de Barra Mansa hospital. In this sector, made up of 59 beds, there are hospitalized patients cared for by the SUS (Unified Health System), divided into male and female wards. This work is based on the assumption that each person has a way of conceiving and reacting to stressful events and that nursing technicians are among the professions considered the most stressful. The research aimed to analyze, in the nursing technicians' view, the stressful factors in patient care, the stressors present in the medical clinic environment and how stress at work impacts the tasks at the medical clinic, satisfaction at work and in life. To obtain the results, the qualitative method was used, and an open questionnaire containing 19 questions was applied to the 39 participants. The responses were analyzed a posteriori by Laurence Bardin content analysis. The investigation focused on conceptions of stress and its emotional, psychological and physical reactions; and its consequences on work and personal life. As a result, it was noticed that 76.92% of participants feel that their work in the medical clinic is stressful, with relationships with patients being the most prominent among the stressors. What was concluded from the research was that stress for nursing technicians impacts their emotional, physical health and interpersonal relationships, affecting satisfaction at work and in life. Although the results point to this conclusion, this research is not conclusive and opens up space for new discussions on the topic of stress in the hospital environment of the medical clinic for nursing technicians.

Keywords: health; stress; nursing technician

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	09
CAPÍTULO I	14
CAPÍTULO II	16
CAPÍTULO III	18
REFERÊNCIAS	24

INTRODUÇÃO

A presente dissertação teve como objetivo avaliar como os técnicos de enfermagem, que trabalhavam no setor de clínica médica de um hospital particular no município de Barra Mansa, concebem o estresse em seu ambiente de trabalho. É possível que os técnicos de enfermagem possam sofrer consequências negativas em suas tarefas de cuidar do paciente e em suas vidas pessoais em decorrência do estresse ocupacional presente em seu ambiente de trabalho.

Este trabalho surgiu a partir dos meus estudos na pós-graduação em psicologia organizacional e do trabalho e como palestrante sobre o tema do estresse para equipes da área de saúde, em especial para os profissionais de enfermagem.

O hospital onde foi realizada a pesquisa está localizado na cidade de Barra Mansa – RJ. É um hospital referência no município em atendimento médico hospitalar pelo SUS (Sistema Único de Saúde). Trata-se de um hospital particular com 164 anos de existência com característica filantrópica, pois destina 60% de seus atendimentos aos pacientes do SUS (Sistema Único de Saúde) e os 40% são para pacientes particulares ou planos de saúde. Em média esse hospital realizava, na ocasião da pesquisa, 21 mil atendimentos por mês. Trabalhavam neste hospital 350 médicos e 1100 pessoas divididas entre profissionais de saúde, equipe administrativa etc., somando-se um total de 1450 funcionários. No setor de clínica médica, onde foi realizada a coleta de dados, trabalhavam 53 técnicos de enfermagem. Esses técnicos atendiam 59 leitos de um total de 229 existentes no hospital. No setor de clínica médica ficavam os pacientes adultos, separados por alas masculina e feminina. Eram pacientes que não precisavam passar por procedimentos cirúrgicos ou provenientes do pós-cirúrgico. Ali ficavam somente pacientes com problemas de hipertensão arterial, diabetes, acidente vascular cerebral (AVC), entre outras patologias além dos pacientes terminais.

Esta pesquisa se situa no contexto da psicologia organizacional e do trabalho em organização hospitalar, pois procura investigar a relação do estresse ocupacional e os seus efeitos no trabalho, na saúde e na vida do técnico de enfermagem. Para isso, examinamos as rotinas do trabalho desses técnicos, os fatores organizacionais como carga de trabalho, integração da equipe, ambiente de trabalho na clínica médica, entre outros. Também examinamos a relação desses profissionais com o estresse no trabalho, a saúde mental e a satisfação pessoal.

A psicologia organizacional e do trabalho como área do estudo científico do comportamento humano, com foco no comportamento humano no local de trabalho, pode

contribuir com as organizações hospitalares, seja avaliando, seja identificando soluções que visem melhorar o bem-estar psicológico, o desempenho de uma organização e de seus funcionários. Vale destacar que a partir da perspectiva psicológica, o estresse no trabalho pode influenciar o estado psicológico do funcionário, além de gerar problemas de saúde física e comprometer o desempenho do profissional.

Como qualquer outra disciplina, a psicologia organizacional pode atuar nessa área de trabalho hospitalar através de uma atuação multidisciplinar. Apoiando a equipe de técnicos de enfermagem sobre como lidar com estresse e suas consequências, além de propor ações de prevenção como palestras, dinâmicas de grupo e treinamentos que ajudariam a diminuir o nível de estresse nesse ambiente de trabalho. Sobre isso alguns autores dizem:

Em organizações de saúde, como o hospital, o profissional de psicologia no contexto do trabalho e das organizações desempenha o papel de facilitador das relações de trabalho dos funcionários, para que dessa forma se compreenda a instituição de maneira integral, avaliando o que pode afetar no desempenho da qualidade do trabalho, e suas possíveis consequências para a vida do trabalhador (CAMPOS et al., 2011 apud DOURADO, LOPES, FORMA, 2024).

O estresse é um problema de saúde presente tanto no âmbito profissional como no pessoal. De modo geral, a palavra “estresse” é usada para descrever uma variedade de cenários e situações diferentes. E o conceito varia de uma pessoa para outra, pois o que pode ser considerado estressante para alguém pode não ser para o outro. Estresse é um conceito antigo e que no século XIV se relacionava com as “dificuldades, adversidades ou aflições” (LUMSDEN, 1981 apud LAZARUS, FOLKMAN 1984, p.2). De forma geral, o estresse vem sendo utilizado para descrever as reações que as pessoas sentem quando estão sob pressão. “O estresse é um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo” (LIPP, 2000 p.12). O que gera o estresse são os estressores.

O estresse organizacional é o presente no local de trabalho, sendo uma resposta do profissional no âmbito psicológico ou fisiológico a aspectos adversos relacionados ao trabalho e ao ambiente organizacional e que podem afetar a saúde mental, física e social do profissional, além dos prejuízos para a organização. A causa para isso são os estressores que, em relação ao organizacional, podem ser eventos relativos ao ambiente, a uma demanda de trabalho, a um calor extremo, à insegurança no emprego, à carga de trabalho etc., que perturbam significativamente o organismo, o sistema fisiológico, a satisfação profissional e pessoal.

Segundo Prado (2016), o estresse ocupacional é um estado em que ocorre desgaste do organismo humano e/ou diminuição da capacidade de trabalho. Em se tratando do trabalho no ambiente hospitalar, o estresse vivido pelos técnicos de enfermagem pode ser muito maior

comparado a outro profissional.

Autores como Matos, Araújo (2021) explicam a razão do estresse ocupacional em hospital como sendo consequência de um local insalubre, penoso e perigoso para os seus trabalhadores, com potencial para adoecimento físico, risco de acidentes e sofrimento psíquico de seus profissionais.

A avaliação que o profissional faz de sua relação com o seu trabalho é determinante para definir o estresse ocupacional como ameaça ou não. A pesquisa mostrou que essa avaliação pode variar de acordo com as condições de trabalho e as percepções e características individuais de cada profissional. O que sugere que o estresse ocupacional para ser uma ameaça ao ponto de afetar negativamente no trabalho e na vida do profissional dependerá da avaliação pessoal frente às demandas de trabalho e aos recursos disponíveis para o enfrentamento (SILVA, et al. 2017).

Diferentes autores apontam fatores que podem fazer parte do processo de avaliação do estresse. Aspectos socioculturais, crenças e comportamentos relacionados à saúde também fazem parte desta avaliação (STRAUB, 2014), sendo a resposta ao estresse, de maneiras diferentes por pessoas diferentes, conforme os traços de personalidade de cada um (ZHU et al., 2022). Por esta razão que, em muitos textos, autores vão dizer que o estresse é subjetivo, pois depende da pessoa que recebe as informações, interpreta, atribui significado e reage de acordo com sua avaliação pessoal. Sendo esse reconhecimento da presença do estresse no trabalho essencial para promover um ambiente de profissional saudável.

A pesquisa apresenta muitas consequências do estresse ocupacional para o técnico de enfermagem e também como afeta a qualidade do seu serviço prestado ao paciente. Muitos autores citam: “um estresse compromete a capacidade profissional em prestar assistência e cuidados com qualidade aos pacientes, em virtude do desgaste profissional e episódios depressivos recorrentes” (CARSON; FAGIN, 1995; COFFEY, 1999 apud KOINIS et al., 2015, p.13).

O estresse psicológico crônico, por exemplo, aumenta o risco de problemas de saúde. Entre as consequências psicológicas do estresse, a pesquisa apresenta problemas relacionados à memória, como esquecimentos das atividades, dificuldades de concentração, agitação e inquietação, pensamentos mais acelerados, preocupação excessiva, entre outros. Vale destacar que altos níveis de estresse ocupacional podem produzir ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático e comportamentos sociais negativos, o que pode prejudicar a eficácia da jornada de trabalho dos profissionais da saúde (BEZERRA, 2020 p. 3). Sem contar os problemas de saúde física que podem variar conforme as reações biológicas das pessoas ao

estresse conforme explica a SAG (Síndrome de Adaptação Geral) de Hans Selye. No âmbito organizacional, o estresse afeta o bem-estar dos funcionários, o desempenho no trabalho e a eficácia geral da organização.

Os técnicos de enfermagem têm o seu trabalho sob a supervisão do enfermeiro e apoiam os cuidados e as necessidades básicas de cuidados médicos, sendo responsáveis por algumas atribuições próprias conforme resolução do COFEM (Conselho Federal de Enfermagem). Eles atuam na linha de frente do cuidado com o paciente internado e isso os expõe a certos estressores que são específicos do seu ambiente de trabalho, como ter que lidar com a dor, a doença, o sofrimento e a morte.

Alguns estressores organizacionais são comuns nesse ambiente de trabalho, tais como: as longas jornadas de trabalho, os turnos (plantões), a fragmentação das tarefas, a falta de reconhecimento profissional, os problemas de relacionamento entre as equipes multidisciplinares e a baixa remuneração (CAVALHEIRO, 2008).

No primeiro capítulo desta dissertação, o trabalho discorre sobre o estresse presente na vida de forma geral. Trata do estresse como conceito geral, fazendo parte da vida de todos e podendo estar presente em qualquer ambiente. E através de alguns autores, a pesquisa procura compreender o que é o estresse e suas consequências para a saúde física e mental conforme a resposta ou reação de cada pessoa. A resposta ao estresse depende de como o percebemos e avaliamos um evento como estressor. O capítulo também sugere, formas de perceber e avaliar o estresse.

Já no capítulo seguinte, a pesquisa aponta o estresse no trabalho, os estressores organizacionais presentes nesse ambiente dos técnicos de enfermagem e sua tarefa de cuidar do paciente. Ao longo do capítulo, são apresentados fatores que podem contribuir para o estresse no trabalho dos técnicos de enfermagem na clínica médica e são apresentados alguns estressores que são comuns no trabalho hospitalar. Além disso, este capítulo também mostra como a relação de cuidados entre técnico de enfermagem e paciente pode ser afetada pelo estresse. E ratifica, através das teorias, as reações e consequências do estresse que pode ser vivido no ambiente de trabalho na clínica médica.

O capítulo subsequente apresenta estresse e satisfação no trabalho na clínica médica, discutindo os efeitos que o estresse tem na satisfação laboral e na vida dos técnicos de enfermagem, apontando que, quando elevado, pode ser sinal de pouca satisfação ou de insatisfação. E leva a uma reflexão da importância da satisfação no trabalho desse técnico de enfermagem.

A pesquisa foi realizada por meio do método qualitativo, em que se procurou explorar as compreensões subjetivas das pessoas a respeito de sua vida diária. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário com perguntas abertas contendo 19 questões. Participaram da pesquisa 39 técnicos de enfermagem do setor de clínica médica do Hospital Santa Casa de Barra Mansa –RJ, sendo 36 mulheres e 3 homens. As respostas do questionário foram categorizadas em frequências simples e percentuais de acordo com a análise de conteúdo de Bardin, em categorias a posteriori. De acordo com Bardin, a análise de conteúdo é um conjunto de técnicas e análise das comunicações que não se limita ao conteúdo, podendo ser uma análise de significado, por exemplo, a análise temática (BARDIN, 2016).

Pelas considerações finais, pode-se concluir que os objetivos desta pesquisa foram alcançados.

CAPÍTULO I

O ESTRESSE PRESENTE NA VIDA: UMA VISÃO GERAL

2 CAPÍTULO I: O estresse presente na vida: uma visão geral

RESUMO

O presente capítulo apresenta uma visão geral sobre o estresse, destacando sua presença na vida cotidiana e sua complexidade como fenômeno psicológico, biológico e social. O estresse é compreendido como uma resposta natural do organismo diante de demandas, ameaças ou situações que exigem adaptação, podendo produzir efeitos positivos ou negativos. O chamado eustresse pode favorecer a atenção, a motivação, o desempenho e o desenvolvimento da resiliência, enquanto o distresse, especialmente quando intenso ou prolongado, pode provocar prejuízos à saúde física e mental. O capítulo enfatiza que a experiência do estresse depende da avaliação que cada indivíduo realiza acerca do estressor, considerando sua percepção, seus recursos pessoais, suas experiências, personalidade e suporte social. Nesse sentido, uma mesma situação pode ser percebida como ameaçadora por uma pessoa e como um desafio por outra. São apresentadas as contribuições de Hans Selye, especialmente a Síndrome de Adaptação Geral (SAG), composta pelas fases de alarme, resistência e exaustão, demonstrando como o organismo reage e busca adaptar-se diante de situações estressantes. Também são abordadas as respostas de luta ou fuga descritas por Cannon e os processos de avaliação primária e secundária relacionados ao enfrentamento do estressor. O capítulo evidencia ainda que a exposição prolongada ao estresse pode provocar sobrecarga fisiológica, sofrimento psicológico e aumento da vulnerabilidade a diferentes problemas de saúde. Dessa forma, compreender o estresse exige considerar a interação entre indivíduo, ambiente e recursos disponíveis para enfrentar as demandas, especialmente no contexto profissional. Conclui-se que o estresse não deve ser compreendido apenas como uma experiência negativa, mas como um processo de adaptação cuja repercussão depende da intensidade, duração, percepção e capacidade de enfrentamento diante dos estressores.

Palavras-chave: estresse; estressores; adaptação; saúde mental; Síndrome de Adaptação Geral.

CAPÍTULO II

ESTRESSORES PRESENTES NO TRABALHO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DA CLÍNICA MÉDICA

3 CAPÍTULO II: Estressores presentes no trabalho dos técnicos de enfermagem da clínica médica

RESUMO

A atuação dos técnicos de enfermagem em unidades de clínica médica envolve responsabilidades técnicas, físicas, psicológicas e emocionais que podem favorecer o surgimento do estresse ocupacional. O ambiente hospitalar caracteriza-se pela presença de diferentes setores, equipes multidisciplinares, pacientes com necessidades diversas e situações que exigem atenção, agilidade e tomada de decisões. Nesse contexto, os técnicos de enfermagem estão expostos a estressores relacionados à sobrecarga de trabalho, longas jornadas e turnos, número elevado de pacientes, exigências físicas, condições inadequadas de trabalho, falta de equipamentos, riscos biológicos e cobranças provenientes da supervisão, da equipe médica, dos pacientes e dos acompanhantes. O cuidado direto ao paciente também constitui importante fonte de tensão, especialmente diante da dor, do sofrimento, da morte, da piora clínica e de comportamentos agressivos. Além disso, os conflitos interpessoais, a falta de apoio da equipe e as dificuldades de relacionamento com familiares e acompanhantes podem intensificar o desgaste profissional. A exposição prolongada a esses fatores pode produzir consequências físicas, psicológicas e emocionais, como fadiga, exaustão, ansiedade, desmotivação, sofrimento, dificuldades de concentração e comprometimento da qualidade de vida e da assistência prestada ao paciente. A percepção que o profissional desenvolve sobre os estressores e sua capacidade de enfrentamento são elementos importantes para compreender a intensidade das respostas ao estresse. Dessa forma, identificar os fatores estressores presentes na clínica médica constitui uma medida relevante para a prevenção do adoecimento ocupacional e para a promoção da saúde dos trabalhadores. Conclui-se que o enfrentamento do estresse não depende exclusivamente do profissional, sendo necessária também a participação da organização hospitalar por meio de melhores condições de trabalho, dimensionamento adequado da equipe, disponibilidade de recursos, apoio institucional e estratégias de gestão capazes de reduzir as demandas físicas e psicológicas do trabalho.

Palavras-chave: estresse ocupacional; técnicos de enfermagem; clínica médica; estressores ocupacionais.

CAPÍTULO III

O ESTRESSE E A SATISFAÇÃO NO TRABALHO DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM NA CLÍNICA MÉDICA

4 CAPÍTULO III: O estresse e a satisfação no trabalho dos técnicos de enfermagem na clínica médica

RESUMO

Este capítulo aborda a relação entre o estresse ocupacional e a satisfação no trabalho dos técnicos de enfermagem que atuam em clínica médica hospitalar, considerando que esses profissionais estão expostos diariamente a estressores físicos, psicológicos, sociais e organizacionais. A natureza do trabalho, caracterizada pelo contato direto com pacientes e familiares, pela responsabilidade sobre o cuidado, pela exposição à dor, ao sofrimento e à morte, pela carga de trabalho, pela escassez de profissionais e pelas condições institucionais, pode contribuir para o desgaste físico e mental. Nesse contexto, a satisfação no trabalho constitui importante indicador de bem-estar, podendo favorecer atitudes positivas, comprometimento profissional, motivação, qualidade do cuidado, bom relacionamento com a equipe e melhor saúde física e mental. O reconhecimento profissional, a remuneração, as condições adequadas de trabalho, o apoio da supervisão, a comunicação, o trabalho em equipe, as oportunidades de crescimento e o prazer em realizar as atividades são fatores relacionados à satisfação. Em contrapartida, a insatisfação pode estar associada ao aumento do estresse, à exaustão emocional, à irritabilidade, à redução da motivação, ao comprometimento do desempenho e à diminuição da qualidade da assistência prestada ao paciente. A literatura apresentada evidencia uma relação predominantemente inversa entre estresse e satisfação: quanto maior o estresse percebido, menor tende a ser a satisfação profissional, enquanto a satisfação pode exercer efeito protetor diante dos estressores ocupacionais. Destaca-se, ainda, que a satisfação no trabalho ultrapassa os limites do ambiente hospitalar, podendo repercutir na saúde mental, na vida familiar, nas relações sociais e na satisfação com a própria vida. Conclui-se que promover condições adequadas de trabalho, reconhecimento, apoio institucional, boas relações interpessoais e valorização dos técnicos de enfermagem é fundamental para reduzir os impactos do estresse, fortalecer a satisfação profissional e contribuir simultaneamente para o bem-estar dos trabalhadores e para a qualidade e segurança da assistência aos pacientes.

Palavras-chave: estresse ocupacional; satisfação no trabalho; técnicos de enfermagem.

5. CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa possibilitou compreender como os técnicos de enfermagem que atuam na clínica médica vivenciam o estresse ocupacional, bem como identificar os principais fatores relacionados a essa experiência e suas repercussões sobre a saúde, as relações interpessoais, a satisfação profissional e a vida pessoal. Os resultados evidenciam que o estresse constitui uma realidade relevante no cotidiano desses profissionais e que sua manifestação está relacionada a diferentes dimensões do trabalho.

Os achados demonstraram que o trabalho na clínica médica é marcado por demandas constantes, contato direto com pacientes e acompanhantes, necessidade de respostas rápidas, sobrecarga de atividades, insuficiência de profissionais e exposição frequente a situações de dor, sofrimento, doença e morte. Nesse contexto, diferentes fatores podem atuar simultaneamente como fontes de estresse, tornando o ambiente hospitalar particularmente exigente para os profissionais responsáveis pelo cuidado direto aos pacientes.

Entre os principais estressores identificados destacaram-se a sobrecarga de trabalho, a insuficiência de profissionais, as dificuldades nas relações com pacientes e acompanhantes, os conflitos interpessoais, as condições inadequadas do ambiente físico, problemas relacionados à liderança e situações decorrentes do remanejamento de profissionais. Esses resultados demonstram que o estresse ocupacional não está associado a um único fator, mas resulta da interação entre diferentes condições presentes no cotidiano profissional.

A insuficiência de profissionais merece especial atenção, uma vez que o excesso de pacientes para um número reduzido de trabalhadores pode aumentar significativamente a carga de trabalho e favorecer o desgaste físico e emocional. Da mesma forma, equipamentos inadequados, espaço reduzido, falta de ventilação, desconforto e excesso de ruído evidenciam que as condições materiais e ambientais também interferem na experiência profissional. Dessa maneira, o estresse precisa ser compreendido para além das características individuais do trabalhador, considerando também a organização e as condições concretas em que o trabalho é realizado.

Os resultados também evidenciaram importantes repercussões sobre a saúde física e mental. Foram identificadas manifestações como dores de cabeça, dores musculares e corporais, cansaço, irritabilidade, ansiedade, tristeza, desânimo, medo, frustração e impaciência. A elevada frequência de relatos relacionados à saúde física e mental demonstra que os próprios profissionais reconhecem os efeitos do estresse sobre seu organismo e seu

equilíbrio emocional.

Particular atenção deve ser atribuída às manifestações relacionadas à saúde mental. Alguns participantes relataram ansiedade, cansaço mental, frustração, tristeza e impaciência, além de manifestações de sofrimento psicológico mais intenso. Embora esses relatos não permitam estabelecer diagnósticos clínicos, constituem sinais que merecem atenção e reforçam a necessidade de ações voltadas à prevenção, ao acompanhamento e à promoção da saúde mental dos trabalhadores da enfermagem.

As repercussões do estresse também ultrapassam os limites do ambiente profissional. Os relatos indicaram desgaste emocional, irritabilidade, redução do tempo dedicado à família e dificuldades para realizar atividades fora do trabalho. Esse aspecto demonstra que as experiências vivenciadas no ambiente hospitalar podem permanecer presentes na vida do trabalhador mesmo após o término da jornada, interferindo em outras dimensões de sua existência.

A relação entre estresse e satisfação profissional também se mostrou significativa. Situações de sobrecarga, insuficiência de profissionais, problemas organizacionais e conflitos podem comprometer a satisfação com o trabalho. Entretanto, relações positivas com a equipe, respeito, bom entrosamento, identificação com a profissão e capacidade de estabelecer limites entre a vida profissional e pessoal podem favorecer a manutenção da satisfação. Dessa forma, a satisfação no trabalho não depende exclusivamente da ausência de situações estressantes, mas também da existência de recursos individuais e coletivos que auxiliem o trabalhador a lidar com as dificuldades.

Nesse sentido, as relações interpessoais assumem papel importante. O respeito, a cooperação e o bom relacionamento entre os membros da equipe podem constituir elementos de proteção diante das exigências do trabalho. Por outro lado, as relações com pacientes e acompanhantes apareceram como importantes fontes de desgaste, especialmente em situações envolvendo reclamações, exigências, falta de colaboração, impaciência e insatisfação. Isso demonstra que o trabalho do técnico de enfermagem envolve não apenas procedimentos técnicos, mas também o manejo constante de demandas emocionais e relacionais.

No que diz respeito ao enfrentamento, os profissionais relataram diferentes estratégias para lidar com o estresse, incluindo autocontrole, tentativa de manter a calma, busca pela resolução dos problemas, atenção ao paciente e controle das emoções. Fora do ambiente de trabalho, foram mencionadas atividades como convivência familiar e social, exercícios físicos, alimentação, sono, música, filmes e outras formas de distração. Essas estratégias demonstram

a capacidade dos trabalhadores de buscar recursos que favoreçam a recuperação física e emocional.

Entretanto, os resultados também evidenciaram situações nas quais os recursos individuais parecem insuficientes. Alguns participantes relataram não realizar nenhuma ação diante de determinadas situações estressantes, expressando a percepção de que não há o que fazer ou optando pelo silêncio. Além disso, apareceram manifestações relacionadas à falta de apoio, à insuficiência de profissionais e às dificuldades de saúde mental. Esses dados indicam que determinados estressores ultrapassam a capacidade de controle individual e exigem respostas institucionais.

Dessa forma, o enfrentamento do estresse ocupacional não deve ser colocado exclusivamente sob responsabilidade do trabalhador. Ensinar estratégias individuais de enfrentamento é importante, mas essas ações não são suficientes quando os fatores estressores estão relacionados à organização do trabalho, à sobrecarga, à insuficiência de profissionais, às condições inadequadas ou às dificuldades nas relações institucionais.

Nesse contexto, torna-se necessária a adoção de medidas voltadas à melhoria das condições de trabalho, ao adequado dimensionamento de pessoal, à melhoria das condições físicas e dos equipamentos, ao fortalecimento da comunicação, à preparação das lideranças, à valorização profissional e à criação de espaços permanentes de escuta e diálogo. A prevenção do estresse deve ser compreendida como uma responsabilidade compartilhada entre trabalhadores e instituição.

A atuação da Psicologia Hospitalar também pode contribuir para esse processo, por meio de ações preventivas e interventivas, como espaços de escuta, grupos de apoio, acompanhamento psicológico, mediação de conflitos e desenvolvimento de estratégias coletivas de enfrentamento. A atenção à saúde mental dos trabalhadores deve fazer parte das políticas de cuidado da instituição, não apenas quando o sofrimento já está instalado, mas também como forma de prevenção e promoção da qualidade de vida no trabalho.

Os resultados permitem compreender, ainda, que a saúde dos profissionais está diretamente relacionada à qualidade da assistência prestada. Os técnicos de enfermagem ocupam posição fundamental no cuidado hospitalar e permanecem próximos aos pacientes durante grande parte do processo de internação. Portanto, proporcionar condições adequadas para que esses profissionais desempenhem suas funções significa também favorecer uma assistência mais segura, humanizada e qualificada.

Considerações finais

A partir dos resultados encontrados, conclui-se que o estresse ocupacional vivenciado pelos técnicos de enfermagem da clínica médica é um fenômeno multifatorial, influenciado pelas demandas do trabalho, pelas condições organizacionais e ambientais, pelas relações interpessoais, pelas características individuais e pelas estratégias utilizadas para enfrentar as situações estressantes.

Seus efeitos não se restringem ao ambiente de trabalho. O estresse pode repercutir sobre a saúde física e mental, a satisfação profissional, os relacionamentos interpessoais e a vida familiar e social. Ao mesmo tempo, os profissionais demonstram capacidade de desenvolver diferentes formas de enfrentamento e encontram nas relações de trabalho, na identificação com a profissão e nas atividades realizadas fora do ambiente hospitalar importantes recursos para lidar com as exigências cotidianas.

Entretanto, os resultados mostram que não é suficiente esperar que o trabalhador desenvolva sozinho maneiras de suportar as dificuldades. Quando os fatores que produzem ou intensificam o estresse estão relacionados à própria organização do trabalho, torna-se necessária uma resposta institucional. Cuidar do trabalhador significa também olhar para o ambiente em que ele trabalha, para as condições que lhe são oferecidas e para as relações que estabelece no exercício de sua profissão.

Assim, esta pesquisa reforça a necessidade de uma cultura institucional de cuidado também voltada para aqueles que cuidam. Valorizar os técnicos de enfermagem, promover condições adequadas de trabalho, fortalecer as relações profissionais, oferecer espaços de escuta e desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental são medidas que podem contribuir para reduzir os impactos do estresse ocupacional.

Por fim, compreender o estresse vivenciado pelos técnicos de enfermagem significa reconhecer que o cuidado em saúde começa também pelo cuidado com quem cuida. Promover a saúde e o bem-estar desses profissionais não representa apenas uma ação de proteção ao trabalhador, mas uma estratégia fundamental para a construção de ambientes hospitalares mais saudáveis e para a oferta de uma assistência cada vez mais segura, humanizada e qualificada.

REFERÊNCIAS

- AAZAMI, S. et al. The Relationship Between Job Satisfaction and Psychological/Physical Health among Malaysian Working Women. *The Malaysian journal of medical sciences : MJMS*, v. 22, n. 4, p. 40–6, 2015.
- ABUATIQ, A. et al. Perceptions of Stress: Patient and Caregiver Experiences With Stressors During Hospitalization. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, v. 24, n. 1, p. 51–57, 1 fev. 2020. Disponível em: < <https://www.ons.org/cjon/24/1/perceptions-stress-patient-and-caregiver-experiences-stressors-during-hospitalization> >. Acesso em: 20 de setembro de 2023.
- AGUNG, A. et al. Effect of work stress on work satisfaction and organizational commitments of employees. *International Journal of Business, Economics and Law*, v. 20, 2019.
- ALMEIDA, D. M. DE et al. Policiais Militares do Estado do RS: Relação entre Satisfação no Trabalho e Estresse Ocupacional. *Administração Pública e Gestão Social*, p. 55–65, 1 jan. 2018. Disponível em: < <https://periodicos.ufv.br/apgs/article/view/5173> >. Acessos em: 31 de dezembro de 2023.
- ANSHASI, H. A. et al. Nurses' stressors and their quality of life: A study on nurses caring for older patients. *Nursing Open*, v. 7, n. 6, p. 1698–1706, 6 jul. 2020.
- ARACEMA, L. et al. 11 REME. *Rev Min Enferm*. v. 23, p. 1222, 2019.
- ARCHANJO, V. DE P.; NIEMEYER, DE R.F. Estresse Acadêmico e o olhar da Psicologia Positiva. *Revista Mosaico*, v. 10, n. 1, 25 jun. 2019.
- ARIBAŞ, A. N.; ÖZŞAHİN, F. A research on the effect of work-family conflict on life satisfaction and job satisfaction. *İşletme Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, v. 4, n. 2, p. 294–308, 19 jul. 2021.
- ARULAPPAN, J.; PANDARAKUTTY, S.; VALSARAJ, B. P. Predictors of nurse's happiness: a systematic review. *Frontiers of Nursing*, v. 8, n. 4, p. 313–326, 1 dez. 2021.
- AULA. Cuidado de enfermagem à criança, adulto e Idoso em tratamento Clínico. *Clínica Médica: definição e atenção ao paciente*. [s.l.: s.n.]. Disponível em: < http://www.moriaeducacao.com.br/kge/files/20161003202909_AULA%2002-%20Cl%C3%ADnica%20M%C3%A9dica%20e%20defini%C3%A7%C3%A3o%20e%20aten%C3%A7%C3%A3o%20ao%20paciente.pdf >. Acesso em 28 de setembro de 2023.
- AZEVEDO, A. P. DE et al. O estresse intra-hospitalar e o aumento da pressão arterial entre acompanhantes de pacientes. *Enfermagem Brasil*, v. 20, n. 1, p. 20–37, 18 mar. 2021.

AZIRI, B. Job Satisfaction: a literature review management research and practice vol. 3 issue 4 (2011) pp: 77-86 Job satisfaction: a literature review. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://mrp.ase.ro/no34/f7.pdf>>. Acesso em: 22 de janeiro de 2024.

BARDIN, L. Análise de Conteúdo. São Paulo: Ed. 70, 2016.

BABAPOUR, A.R.; et al. Nurses' job stress and its impact on quality of life and caring behaviors: A cross-sectional study. BMC Nursing, v. 21, n. 1, p. 1–10, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s12912-022-00852-y>>. Acesso em: 20 de setembro de 2023.

BAGHERI HOSSEINABADI, M. et al. Evaluating the relationship between job stress and job satisfaction among female hospital nurses in Babol: An application of structural equation modeling. Health Promotion Perspectives, v. 8, n. 2, p. 102–108, 18 abr. 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5935813/>>. Acesso em: 28 de setembro de 2023.

BALLONE, G J - Estresse, in. PsqWeb, programa de Psiquiatria Clínica na Internet. Disponível em: <<http://meusite.osit.com.br/ballone/>>, Campinas, SP, 1999.

BATISTA, A. A. V. et al. Fatores de motivação e insatisfação no trabalho do enfermeiro. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 39, n. 1, p. 85–91, mar. 2005. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0080-62342005000100011>>. Acesso em 23 de setembro de 2023.

BAUK, D. A. Stress. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, São Paulo, v. 13, n. 50, p. 28-36, 1985.

BEGAT, I.; ELLEFSEN, B.; SEVERINSSON, E. Nurses' satisfaction with their work environment and the outcomes of clinical nursing supervision on nurses' experiences of well-being - a Norwegian study. Journal of Nursing Management, v. 13, n. 3, p. 221–230, maio 2005.

BEZERRA, F. N.; SILVA, T. M. DA; RAMOS, V. P. Occupational stress of nurses in emergency care: an integrative review of the literature. Acta Paulista de Enfermagem, v. 25, n. spe2, p. 151–156, 2012.

BHATNAGAR, K.; SRIVASTAVA, K. Industrial Psychiatry Journal, v. 21, n. 1, p. 75, 2012.

BOATMAN, A. 8 Causes of Job Dissatisfaction & How to Combat It. Disponível em: <<https://www.aihr.com/blog/job-dissatisfaction/>>. Acessos em 02/01/2024.

BRASIL, Decreto No 94.406, de 8 de junho de 1987. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/d94406.htm>. Acesso em 20 de setembro de 2023.

BURROWS, V. C. Academic Works Dissertations, Theses, and Capstone Projects Graduate Center The Medicalization of Stress: Hans Selye and the Transformation of the Postwar Medical Marketplace. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://academicworks.cuny.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1891&context=gc_etds>.

Acesso em: 22 de dezembro de 2023.

CAMPOS, E. P. Quem cuida do cuidador: uma proposta para os profissionais de saúde. 3ª edição. São Paulo: 2021.

CAO, X. et al. The Influence of Mental Health on Job Satisfaction: Mediating Effect of Psychological Capital and Social Capital. *Frontiers in Public Health*, v. 10, 8 fev. 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.797274>>. Acessos em: 31 de dezembro de 2023.

CARNEIRO, M.C. Avaliação do estresse de enfermeiros de um pronto-socorro hospitalar. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Enfermagem), Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais – Cescage. Ponta Grossa. 2010. Disponível em: <<https://monografias.brasilecola.uol.com.br/enfermagem/avaliacao-estresse-enfermeiro-unidade-emergencia-hospitalar.htm>>. Acesso em: 23 de dezembro de 2023.

CARRIJO, M.V.N, et. al. Compreensão da equipe de enfermagem sobre a atuação do psicólogo hospitalar. *J Health NPEPS*. 2023; 8(1):e10435. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/10435>. Acesso em: 10 jan. 2024.

CARVALHO, A. E. L. DE et al. Estresse dos profissionais de enfermagem que atuam no atendimento pré-hospitalar. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 2, 2020.

CAVALCANTI, A. L. S. R. et al . Treino de controle do stress de Lipp: uma revisão integrativa de literatura. *Bol. - Acad. Paul. Psicol.*, São Paulo, v. 41, n. 100, p. 37-47, jun. 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415711X2021000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 19 dez. 2023.

CONCEITO DE HOSPITAL. Disponível em: <<https://conceito.de/hospital>>. Acesso em: 23 de setembro de 2023.

COSTA, B. I. F. et al. Relação entre estresse e o desequilíbrio imunológico: uma atualização. *Cadernos Acadêmicos*, v. 9, n. 1, 6 jul. 2023.

CROSSWELL, A. D.; LOCKWOOD, K. G. Best practices for stress measurement: How to measure psychological stress in health research. *Health Psychology Open*, v. 7, n. 2, p. 205510292093307, jul. 2020.

CRUM, A.; CRUM, T. Stress Can Be a Good Thing If You Know How to Use It. Disponível

em: <<https://hbr.org/2015/09/stress-can-be-a-good-thing-if-you-know-how-to-use-it>>. Acesso em 22 de dezembro de 2023.

CUIDADO. Disponível em: <<https://www.dicio.com.br/cuidado/>>. Acesso em: 29 set. 2023.

DA SILVA, A. P.; CARVALHO, E. S. DE; CARDIM, A. Trabalho noturno na vida dos enfermeiros. *Revista Enfermagem Contemporânea*, v. 6, n. 2, p. 177, 30 out. 2017.

DALPRAT TEIXEIRA, F.; BAZANELLI PREBIANCHI, H. Comprometimento, estresse e satisfação com a vida de profissionais da saúde. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, v. 19, n. 2, p. 598–606, 2019. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.2.15321>>. Acessos em 01 de janeiro de 2024.

DE CONING, J. A.; ROTHMANN, S.; STANDER, M. W. Do wage and wage satisfaction compensate for the effects of a dissatisfying job on life satisfaction? *SA Journal of Industrial Psychology*, v. 45, 10 jan. 2019.

DHABHAR, F. S. The short-term stress response – Mother nature’s mechanism for enhancing protection and performance under conditions of threat, challenge, and opportunity. *Frontiers in Neuroendocrinology*, v. 49, n. PMC5964013, p. 175–192, abr. 2018.

DIAS, J.; CARDOSO, H. Occupational tressors in nursing: analysis of the literature between 2008 AND 2019. *Psicologia Saúde & Doenças*, v. 24, n. 1, p. 221–232, 1 mar. 2023.

DIENER, E.; THAPA, S.; TAY, L. Positive Emotions at Work. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, v. 7, n. 1, p. 451–477, 21 jan. 2020. Disponível em: <<https://www.mentimeter.com/pt-BR/blog/transparency-at-work/9-ways-to-create-a-positive-and-safe-work-environment>>. Acesso em: 15 abr. 2023.

DOS SANTOS, N. A. R. et al. Estresse ocupacional na assistência de cuidados paliativos em oncologia. *Cogitare Enfermagem*, v. 22, n. 4, 22 nov. 2017.

DUMAZEDIER, Joffre. *Lazer e cultura popular*. São Paulo: Perspectiva, 1976.

EDWARDS, Marie Patricia; THRONDSO, Karen; DYCK, Felicia. Critical care nurses' perceptions of their roles in family-team conflicts related to treatment plans. *Canadian Journal of Nursing Research Archive*, p. 60-75, 2012.

EPEL, E. S. et al. More than a feeling: A unified view of stress measurement for population science. *Frontiers in Neuroendocrinology*, v. 49, n. 1, p. 146–169, abr. 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6345505/>>. Acesso em: 23 de dezembro de 2023.

EPUB 2018 Mar 15. PMID: 29551356; PMCID: PMC6345505. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6345505/>>. Acesso em: 25 de setembro de 2023.

FÉLIX, D. B. et al. Análise dos níveis de estresse no ambiente hospitalar: um estudo com profissionais da área de enfermagem. *Revista de Carreiras e Pessoas*, v. 7, n. 2, 02 de maio de 2017.

FERNANDES DA et al. Enfermería Global Estresse do paciente em UTI: visão de pacientes e equipe de enfermagem. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v12n32/pt_docencia1.pdf>. Acessos em: 01/01/2024.

FILGUEIRAS, J. C.; HIPPERT, M. I. S. A polêmica em torno do conceito de estresse. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 19, n. 3, p. 40–51, 1999. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/KMQrgcHvVCfMF9KjmwPp3yG/>>. Acesso em: 25 de setembro de 2023.

FLAUBERT, J. L. et al. Supporting the health and professional well-being of nurses. [s.l.] National Academies Press, 2021.

FLESHNER, F. Atividade Física e Resistência ao Estresse: Adaptações do Sistema Nervoso Simpático Previnem a Imunossupressão Induzida pelo Estresse. *Revisões de Ciências do Exercício e do Esporte* 33(3):p 120-126, julho de 2005.

FÖHR, T. et al. Subjective stress, objective heart rate variability-based stress, and recovery on workdays among overweight and psychologically distressed individuals: a cross-sectional study. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, v. 10, n. 1, 26 out. 2015.

FONT-JIMENEZ, I. et al. Nurses' emotions on care relationship: A qualitative study. *Journal of Nursing Management*, v. 28, n. 8, p. 2247–2256, 17 abr. 2020. Disponível em:<<https://doi.org/10.1111/jonm.12934>>. Acessos em 30 de dezembro de 2023.

GARCIA, G.P.A.; MARZIALE, M. H. P. Satisfação, estresse e burnout de enfermeiros gestores e enfermeiros assistenciais na Atenção Primária à Saúde. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 55, 2021. Disponível:<<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/WtxT9fgVJ5fgnNDyCZqvCHC/?lang=pt#>>. Acesso em 23 de setembro de 2023.

GHAWADRA, S. F. et al. Psychological distress and its association with job satisfaction among nurses in a teaching hospital. *Journal of Clinical Nursing*, v. 28, n. 21-22, p. 4087–4097, 31 jul. 2019.

GODOY, L. D. et al. A Comprehensive Overview on Stress Neurobiology: Basic Concepts and

Clinical Implications. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, v. 12, n. 127, 3 jul. 2018.

GONÇALVES, N. L. Técnico de enfermagem: estudo de funções em hospitais e clínicas particulares. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 32, n. 2, p. 172–182, 1979.

GOUDARZIAN, A. H. et al. Exploring the concept and management strategies of caring stress among clinical nurses: a scoping review. *Frontiers in psychiatry*, v. 15, 28 maio 2024.

GUERRA, A.; ALVES, C. Fundação Oswaldo Cruz centro de pesquisas Ageu Magalhães III Curso de Especialização em Gestão de Sistemas e Serviços de Saúde ESTRESSE E O TRABALHO DO ENFERMEIRO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://www.cpqam.fiocruz.br/bibpdf/2011alves-acgc.pdf>>. Acesso em: 23 de setembro de 2023.

HEIDARI, S. et al. Job Satisfaction and Its Relationship with Burnout among Nurses Working in COVID-19 wards: a Descriptive Correlational Study. *Annals of Medicine and Surgery*, v. 82, n. 104591, p. 104591, 1 out. 2022.

HIRSCHLE, A. L. T.; GONDIM, S. M. G. Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, p. 2721–2736, jul. 2020.

HOBOUBI, N. et al. The Impact of Job Stress and Job Satisfaction on Workforce Productivity in an Iranian Petrochemical Industry. *Safety and Health at Work*, v. 8, n. 1, p. 67–71, mar. 2017.

HOOPER, B. L., "What is the Relationship Between Perceived Job Stress, Job Satisfaction, and Psychological Symptoms of Critical Care Nurses?" (1992). Masters Theses. 94. Disponível em: <<https://scholarworks.gvsu.edu/theses/94>>. Acesso em: 28 de setembro de 2023.

JENNINGS, B. M. Work Stress and Burnout Among Nurses: Role of the Work Environment and Working Conditions. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK2668/>>. Acessos em 03 de janeiro de 2024.

JOB SATISFACTION: IMPACT ON EMPLOYEE'S Performance. 2023. Disponível em: <<https://www.lpcentre.com/articles/job-satisfaction-impact-on-employees-performance>>. Acessos em: 01 de janeiro de 2024.

JOHANSEN, M. L. Keeping the peace: Conflict management strategies for nurse managers. *Nursing Management*, v. 43, n. 2, p. 50–54, fev. 2012.

KADOVIĆ, M.; ČORLUKA, S.; DOKUZOVIĆ, S. Nurses' Assessments Versus Patients' Self-Assessments of Postoperative Pain: Knowledge and Skills of Nurses for Effective Pain Management. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 9, p. 5678, 1 jan. 2023. Disponível em: <

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10178430/>>. Acessos em: 10 de novembro de 2023.

KALISCH, B. J.; LEE, H.; ROCHMAN, M. Nursing staff teamwork and job satisfaction. *Journal of Nursing Management*, v. 18, n. 8, p. 938–947, 4 out. 2010.

KARADEMAS, E. C.; KALANTZI-AZIZI, A. The stress process, self-efficacy expectations, and psychological health. *Personality and Individual Differences*, v. 37, n. 5, p. 1033–1043, out. 2004. Disponível em:<<https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.11.012>>. Acesso em: 23 de dezembro de 2023.

KARAFERIS, D.; ALETRAS, V.; NIAKAS, D. Determining dimensions of job satisfaction in healthcare using factor analysis. *BMC Psychology*, v. 10, n. 1, 27 out. 2022.

KATARZYNA TOMASZEWSKA et al. Areas of professional life and job satisfaction of nurses. *Frontiers in public health*, v. 12, 4 abr. 2024.

KEYKALEH, M. S. et al. The Relationship between Nurse's Job Stress and Patient Safety. *Open access Macedonian journal of medical sciences*, v. 6, n. 11, p. 2228–2232, 2018. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6290432/>>. Acessos em: 02/01/2024.

KHOSROWABADI, R. Stress and Perception of Emotional Stimuli: Long-term Stress Rewiring the Brain. *Basic and Clinical Neuroscience Journal*, v. 9, n. 2, p. 107–120, 1 mar. 2018.

KOINIS, A. et al. The Impact of Healthcare Workers Job Environment on Their mental-emotional health. Coping strategies: the Case of a Local General Hospital. *Health Psychology Research*, v. 3, n. 1, 13 abr. 2015.

LAZARUS, R. S. Storytelling and the measurement of motivation: the direct versus substitutive controversy. *Journal of Consulting in Psychology*, v. 6, p. 483, 1966.

LIMA, A. C. R. de; et al.; Identificação de indicadores de bem-estar subjetivo e estresse em psicólogos. *Rev. Psicol. UNESP, Assis*, v. 19, n. 2, p. 96-124, dez. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-90442020000300004&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 25 set. 2023. <http://dx.doi.org/10.5935/1984-9044.20200027>.

LIPP, M. E. N. Stress e suas implicações. *Estudos de Psicologia*, v.1, n. 3/4, p. 5-19, 1984.

LLAPA-RODRIGUEZ, E. O. et al. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. *Revista Enfermagem UERJ*, v. 26, p. e19404, 24 out. 2018.

LOCKE, E.A. (1976) The nature and cause of job satisfaction. In Handbook of Industrial and Organizational Psychology (pp. 1308-1309). Chicago: RandMcNally.

LOURENÇO, F.; CASEY, B. J. Adjusting behavior to changing environmental demands with development. Neuroscience & Biobehavioral Reviews, v. 37, n. 9, p. 2233–2242, nov. 2013.

MACEDO, A. B. T. et al. Estresse psicossocial e resiliência: um estudo em profissionais da enfermagem. Revista de Enfermagem da UFSM, v. 10, p. e25–e25, 8 abr. 2020.

MÄDER, B. J. (org.). Caderno de psicologia hospitalar: considerações sobre assistência, ensino, pesquisa e gestão. Curitiba: CRP-PR, 2016.

MÄDER, B. J. (org.). Caderno de psicologia hospitalar: considerações sobre assistência, ensino, pesquisa e gestão. Curitiba: CRP-PR, 2016. Disponível em: <https://crppr.org.br/wp-content/uploads/2019/05/AF_CRP_Caderno_Hospitalar_pdf.pdf>. Acesso em: 20 de dezembro de 2023.

MAGHSOUD, F. et al. Workload and quality of nursing care: the mediating role of implicit rationing of nursing care, job satisfaction and emotional exhaustion by using structural equations modeling approach. BMC Nursing, v. 21, n. 1, 8 out. 2022.

MARGIS, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, v. 25, p. 65–74, 2003.

MARQUEZE, E. C.; MORENO, C. R. DE C. Satisfação no trabalho - uma breve revisão. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 30, n. 112, p. 69–79, 1 dez. 2005.

MARTINEZ, M. C.; PARAGUAY, A. I. B. B. Satisfação e saúde no trabalho: aspectos conceituais e metodológicos. Cadernos de Psicologia Social do Trabalho, v. 6, p. 59–78, 1 dez. 2003.

MATOS, R. L. DE; ARAÚJO, M. R. M. DE. Vulnerabilidade ao Estresse e Estratégias de Enfrentamento: um Estudo Comparativo no Ambiente Hospitalar. Revista Psicologia e Saúde, p. 65–81, 28 set. 2021.

MCCARTHY, A. K.; MCCARTHY, R. J. Job Satisfaction and Receiving Prosocial Workplace Behaviors Among Rehabilitation Counselors. Rehabilitation counselors and educators journal, v. 12, n. 2, 25 jul. 2023.

MEDEIROS, S. E. G. D. et al. stresse e sofrimento em enfermeiros hospitalares: relação com variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 32, p. e20220290, 2023.

MELO, M. B. D; et. al.. Job satisfaction of nursing staff: integrative review. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 19, n. 4, p. 1047–1055, ago. 2011. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/S0104-11692011000400026>>. Acesso em 27 de setembro de 2023.

MELO, M. V., et al., (2013). Estresse dos profissionais de saúde nas unidades hospitalares de atendimento em urgência e emergência. Cadernos de Graduação: ciências biológicas e da saúde 1 2, 35-42

MENSAH, A. Job Stress and Mental Well-Being among Working Men and Women in Europe: The Mediating Role of Social Support. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 18, n. 5, p. 2494, 3 mar. 2021.

MOUSTAKA, E. CONSTANTINIDIS, T. C. Health Science Journal; Egaleo Vol. 4, Ed. 4, (2010): 210-216. Disponível em:< <https://www.itmedicalteam.pl/articles/sources-and-effects-of-workrelated-stress-in-nursing.pdf>>. Acesso em 10 de maio de 2024.

MUROFUSE, N. T. O adoecimento dos trabalhadores de enfermagem da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais: reflexo das mudanças do mundo do trabalho. 2004. Tese (Doutorado em Enfermagem Fundamental) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2004. doi:10.11606/T.22.2004.tde-18082004-103448. Acesso em: 2023-09-11.

NAPPO, N. Job stress and interpersonal relationships cross country evidence from the EU15: a correlation analysis. BMC Public Health, v. 20, n. 1, 20 jul. 2020.

NEAR, J. P. Relationships between job satisfaction and life satisfaction: Test of a causal model. Social Indicators Research, v. 15, n. 4, p. 351–367, nov. 1984.

NEGELISKII C, LAUTERT L. Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar. Rev.Latino-Am. Enfermagem [Internet]. maio-jun. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/rlae/a/3yHsB7G3xpZFVMRDhKNmKz/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em 23/012024.

NYAMUZIGA, L. Relationship Between Shift Hours Worked (12 Versus 8), Workload, and Nurses' Burnout: A Study Across Acute Care Units in a Community Hospital. Doctor of Nursing Practice Projects, 1 jul. 2018.

NYIRENDA, M.; MUKWATO, P. Job satisfaction and attitudes towards nursing care among nurses working at Mzuzu Central Hospital in Mzuzu, Malawi. Malawi Medical Journal, v. 28, n. 4, p. 159–166, 1 dez. 2016.

OLIVEIRA, E. B. DE et al. Estresse ocupacional e burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho [Occupational stress and burnout in nurses of an emergency service: the organization of work]. Revista Enfermagem UERJ, v. 25, n. 0, 30 jun.

2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2017>>. Acesso em: 20 de dezembro de 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (1996). Promoción de la salud: una antología (Publicación Científica, 557). Washington, DC: OPAS.

ORIGA, V. C. DE M. A dimensão do estresse no processo de trabalho do enfermeiro. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, v. 02, n. 03, p. 54–84, 19 mar. 2019.

PALAMARCHUK, I. S.; VAILLANCOURT, T. Mental Resilience and Coping With Stress: A Comprehensive, Multi-level Model of Cognitive Processing, Decision Making, and Behavior. Frontiers in Behavioral Neuroscience, v. 15, 6 ago. 2021.

PALERMO, T.A.C.; et al. Depressão entre técnicos e auxiliares de enfermagem em uma unidade hospitalar pública. Perspectivas Online: Biológicas & Saúde, v.10, n.35, p.1-11, 2020. Disponível em:<https://ojs3.perspectivasonline.com.br/biologicas_e_saude/article/view/2167/2000>. Acesso em : 13/12/2023.

PAN, X. et al. Psychological capital mediates the association between nurses' practice environment and work engagement among Chinese male nurses. International Journal of Nursing Sciences, v. 4, n. 4, p. 378–383, out. 2017. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6626174/>>. Acesso em: 23 de dezembro de 2023.

PANISSET, C. Os hospitais: lugar de doentes e de outros personagens menos referenciados R. Bras. Enferm. Brasília, v. 51, n. 2, p. 253-262, abr/jun., 1998. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/SfKnBcTMyK888bSx5trPgpL/?format=pdf&lang=pt>>. Acessos em: 23 de setembro de 2023.

PARK, J. et al. Daily perceived stress and time to pregnancy: A prospective cohort study of women trying to conceive. Psychoneuroendocrinology, v. 110, p. 104446, dez. 2019. Disponível em:< <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7314282/>>. Acesso em 23 de dezembro de 2023.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, Á. Validação da escala de estresse no trabalho. Estudos de Psicologia (Natal), v. 9, n. 1, p. 45–52, abr. 2004.

PAULA, A. et al. The Nursing Practice Environment and Patients' Satisfaction with Nursing Care in a Hospital Context. Healthcare, v. 11, n. 13, p. 1850–1850, 26 jun. 2023.

PEREIRA, M. E. R.; BUENO, S. M. V. Lazer - um caminho para aliviar as tensões no ambiente de trabalho em UTI: uma concepção da equipe de enfermagem. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 5, n. 4, p. 75–83, out. 1997.

PEREIRA, F. M (2003). A inserção do psicólogo no hospital geral: A construção de uma nova especialidade. Dissertação de mestrado não-publicada, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro.

PILATTI, L. A. Qualidade de Vida no Trabalho e teoria dos dois fatores de Herzberg: possibilidades-limite das organizações. Revista Brasileira de Qualidade de Vida, v. 4, n. 1, 16 jun. 2012. Disponível em:< <http://dx.doi.org/10.3895/S2175-08582012000100003>>. Acesso em: 23 de setembro de 2023.

PINHEIRO, M.; ESTARQUE, M. Estresse. Disponível em: <http://www.geocities.com/hotsrings/oasis/9478/estrse.html>. Acesso em: 20 de dezembro de 2023.

PIRES, D. A enfermagem enquanto disciplina, profissão e trabalho. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 62, n. 5, p. 739–744, out. 2009.

PIRES, D. Reestruturação produtiva e trabalho em saúde no Brasil. São Paulo: Annablume; 2008.

PRADO, C. E. P. DO. Estresse ocupacional: causas e consequências. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 14, n. 3, p. 285–289, 2016.

REIS, L. et al. Efeitos do estresse ocupacional no bem estar da equipe de técnicos e auxiliares de enfermagem e em seu ambiente de trabalho. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://www2.assis.unesp.br/encontrosdepsicologia/ANAIS_DO_XIX_ENCONTRO/98_LA_RISSA_LARA_REIS.pdf>. Acesso em: 22 set. 2023.

RIBEIRO, K. V. Estressores ocupacionais e níveis de estresse em enfermeiros de unidades de internação clínica. 2017. 91 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO. Rio de Janeiro: 2017. Disponível em: < <http://www.repositorio-bc.unirio.br:8080/xmlui/bitstream/handle/unirio/10964/Estressores%20ocupacionais%20e%20n%C3%ADveis%20de%20estresse%20em%20enfermeiros%20de%20unidades%20de%20intern%C3%A7%C3%A3o%20cl%C3%ADnica.pdf?sequence=1>>. Acessos em 26 de dezembro de 2023.

RIBEIRO, R. P. et al. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 39, 23 jul. 2018.

ROBBINS, S. P. Comportamento organizacional 9ed. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

RODRIGUES, A. L. Psicologia da Saúde Hospitalar. Barueri – SP: Ed. Manole, 2019.

RODRÍGUEZ, C. R.; RIVAS, H. S. DE. Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, v. 57, p. 72–88, 2011. Disponível em:<<https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500006>>. Acesso em: 20 de dezembro de 2023.

SAID, R. M.; EL-SHAFEI, D. A. Occupational stress, Job satisfaction, and Intent to leave: Nurses Working on Front Lines during COVID-19 Pandemic in Zagazig City, Egypt. *Environmental Science and Pollution Research*, 17 out. 2020.

SALLEH, M. R. Life event, stress and illness. *The Malaysian journal of medical sciences : MJMS*, v. 15, n. 4, p. 9–18, 15 out. 2018. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3341916/>>. Acesso em: 20 de janeiro de 2024.

SANTANA, L. C.; et al,. Occupational stress in nursing professionals of a university hospital. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 2, 2020. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0997>>. Acessos em: 27 de dezembro de 2023.

SANTOS, A. F. DE O; CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: estresse e estressores ocupacionais stress e estressores ocupacionais em saúde mental. *Psicologia em Estudo*, v. 15, p. 245–253, 1 jun. 2010.

SANTOS, É. K. M. et al. O estresse nos profissionais de saúde: uma revisão de literatura. *HU Revista*, v. 45, n. 2, p. 203-211, 2019.

SANTOS. J C; LUIZA, M. Descrevendo o estresse. *Revista Principia - Divulgação Científica e Tecnológica do IFPB*, v. 1, n. 12, p. 51–51, 3 set. 2005.

SARAFIS, P. et al. The Impact of Occupational Stress on Nurses' Caring Behaviors and Their Health Related Quality of Life. *BMC Nursing*, v. 15, n. 1, 27 set. 2016.

SCHNEIDERMAN, N; et. al. Stress and health: Psychological, behavioral, and biological determinants. *Annual Review of Clinical Psychology*, v. 1, n. 1, p. 607–628, 2005. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2568977/>>. Acesso em: 26 de setembro de 2023.

SCOTT, E. What You Should Know about Acute Stress. Disponível em:<<https://www.verywellmind.com/all-about-acute-stress-3145064>>. Acesso em: 13 de setembro de 2023.

SELYE, H. Estresse, a tensão da vida. São Paulo: IBRASA, 2018.

SELYE, H. O estresse da vida. Nova York: McGraw-Hill; 1956.

SHARIF, T. J. et al. Happiness and its Relationship with Job Burnout in Nurses of Educational Hospitals in Tabriz, Iran. *International Journal of Community Based Nursing & Midwifery*, v. 8, n. 4, p. 295–304, 1 out. 2020.

SHIELDS, G. S.; SLAVICH, G. M. Lifetime stress exposure and health: A review of contemporary assessment methods and biological mechanisms. *Social and Personality Psychology Compass*, v. 11, n. 8, p. e12335, ago. 2017.

SILVA, A. C. DA; FREITAS, I. B. DE; FREITAS, K. B. L. DE. Constituição da ambientação hospitalar a partir da gestão de coletivos. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/39872>>. Acesso em: 17 jun. 2024.

SILVA, D. DOS S. D. et al. Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 49, n. 6, p. 1023–1031, dez. 2015.

SILVA, G. B. *Enfermagem profissional: análise crítica*. São Paulo: Cortez, 1986.

SILVA, G. N. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais, Rev. Interinst. Psicol.*, Belo Horizonte, v. 12, n. 1, p. 51-61, jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202019000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 22 dez. 2023. <http://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120105>.

SILVA, G.A.V. et al. (2017). Estresse e enfrentamento entre profissionais de enfermagem de unidades de terapia intensiva e semi-intensiva. *Revista de Enfermagem Universidade Federal de Pernambuco*. 11 (2),922-931. doi: <http://dx.doi.org/10.5205/reuol.10263-91568-1-RV.1102sup201707>.

SILVA, J. M. DA; MALAGRIS, L. E. N. Percepção do estresse e estressores de enfermeiros de um hospital universitário. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 19, n. 1, p. 71–88, 4 jun. 2019. SIMONETTI, A. *Manual de Psicologia hospitalar – o mapa da doença*. Belo Horizonte: Artesã, 2021.

SIMONETTI, A. *Manual de Psicologia Hospitalar*. 2004. São Paulo: Casa do Psicólogo.

SLAVICH, G. M. Life Stress and Health: A Review of Conceptual Issues and Recent Findings. *Teaching of Psychology*, v. 43, n. 4, p. 346–355, 20 ago. 2016.

SONNENTAG, Sabine. Work, recovery activities, and individual well-being: A diary study. *Journal of occupational health psychology*, v. 6, n. 3, p. 196, 2001.

SOUSA, C. C. DE et al. Insatisfação com o trabalho, aspectos psicossociais, satisfação pessoal e saúde mental de trabalhadores e trabalhadoras da saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, 28

jul. 2021.

SOUSA, M. B. C. DE et al. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. Estudos de Psicologia, v. 20, n. 1, p. 1–10, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/wLn5RGy9pVXSZKryWSPHXTF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 20 de dezembro de 2023.

SOUZA, A. P. et al. . Adaptação acadêmica em universitários: associações com estresse e qualidade do sono. Psicol. teor. prat., São Paulo , v. 23, n. 3, p. 1-21, dez. 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151636872021000300004&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 23 dez. 2023. <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/ePTPPA13275>.

SOUZA, R. C.; SILVA, S. M.; COSTA, A. S, M. L. Estresse ocupacional em ambiente hospitalar: revisão das estratégias de enfrentamento dos profissionais de enfermagem Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 16, n. 4, p. 493–502, 24 abr. 2018.

SPAGNOL, C. A. et al. Situações de conflito vivenciadas no contexto hospitalar: a visão dos técnicos e auxiliares de enfermagem. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 44, n. 3, p. 803–811, set. 2010.

STRAUB, R.O Psicologia da Saúde: uma abordagem biopsicossocial. 3ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2014.

STULTS-KOLEHMAINEN, M. A.; SINHA, R. The Effects of Stress on Physical Activity and Exercise. Sports Medicine, v. 44, n. 1, p. 81–121, 2014.

SUEHIRO, A. C. B; et al. Vulnerabilidade ao estresse e satisfação no trabalho em profissionais do Programa de Saúde da Família. Bol. psicol, São Paulo, v. 58, n. 129, p. 205-218, dez. 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S000659432008000200008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 27 set. 2023.

SULLIVAN, K. Healthcare workers report highest stress levels. Disponível em: <<https://www.fiercehealthcare.com/healthcare/healthcare-workers-report-highest-stress-levels>>. Acesso em 20 de novembro de 2023.

SVEINSDÓTTIR, H.; BIERING, P.; RAMEL, A. Occupational stress, job satisfaction, and working environment among Icelandic nurses: A cross-sectional questionnaire survey. International Journal of Nursing Studies, v. 43, n. 7, p. 875–889, set. 2006.

THOMAS, L. Perceptions of Work Stress among Employees: A Qualitative Study. Disponível em: <<https://essay.utwente.nl/73200/>>. Acesso em: 21 set. 2023.

TRAESEL, E. S; MERLO, A. R. C. A Psicodinâmica Do Reconhecimento No Trabalho De Enfermagem . Editora da Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (EDIPUCRS), 2009.

VAN BOGAERT, P. et al. Nursing unit teams matter: Impact of unit-level nurse practice environment, nurse work characteristics, and burnout on nurse reported job outcomes, and quality of care, and patient adverse events—A cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Studies*, v. 51, n. 8, p. 1123–1134, ago. 2014.

VIEIRA, G. C. et al. Satisfação profissional e qualidade de vida de enfermeiros de um hospital brasileiro. *Avanços em Enfermagem*, v. 39, no- 1, pág. 52–62, 1º de abril de 2021.

WALDOW, V. R. Atualização do cuidado. *Aquichán, Bogotá*, v. 8, n. 1, pág. 85-96, abr. 2008. Disponível em <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165759972008000100008&lng=en&nrm=iso>. acesso em 12 de julho de 2024.

WARSZEWSKA-MAKUCH, M. Workplace bullying, mental health and job satisfaction: the moderating role of individual coping style. In: *Healthy Worker and Healthy Organization*. CRC Press, 2020. p. 105-132.

WELLNESS, B. The Positive Side of Stress. Disponível em: <<https://www.bravowell.com/resources/the-positive-side-of-stress>>. Acesso em: 20/12/2023.

WETHINGTON, E. Life Events Scale. *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior*, p. 103–108, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00012-1>>. Acesso em: 20 de dezembro de 2023.

WHO. Occupational health: health workers. 7 de novembro de 2022. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/occupational-health--health-workers>>. Acessos em: 31 de dezembro de 2023.

WIKIPEDIA CONTRIBUTORS. Two-factor theory. 2019. Disponível em: <https://en.wikipedia.org/wiki/Two-factor_theory>. Acessos em: 01 de janeiro de 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>>. Acesso em 23 de janeiro de 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Occupational health: Stress at the workplace. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/ccupational-health-stress-at-the-workplace>>. Acesso em 25 de janeiro de 2024.

YARIBEYGI, H. The impact of stress on body function: A review. *EXCLI journal*, v. 16, n. 1, p. 1057–1072, 21 jul. 2017. Disponível em: <

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5579396/>>. Acesso em: 23 de dezembro de 2023.

YEAN, T. F. et al. Determinants of Job Dissatisfaction and Its Impact on the Counterproductive Work Behavior of University Staff. *SAGE Open*, v. 12, n. 3, p. 215824402211232, jul. 2022. Disponível em:< <https://doi.org/10.1177/21582440221123289>>. Acessos em: 31 de dezembro 2023.

ZANABAZAR, A.; JIGJIDDOR, S.; JAMBAL, T. The Impact of Work-related Stress on Job Satisfaction and Organizational Trust during COVID-19 Pandemic. *SHS Web of Conferences*, v. 135, p. 01019, 2022.

ZHU, X. et al. The effect of perceived stress on cognition is mediated by personality and the underlying neural mechanism. *Translational Psychiatry*, v. 12, n. 1, 12 maio 2022.