



## INDICADORES BIOLÓGICOS DE ESTRESSE CRÔNICO E DESEQUILÍBRIO ENTRE O ESFORÇO E RECOMPENSA EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DE UM HOSPITAL PÚBLICO

Daniela de Paula Coelho <sup>1</sup>; Siomara Tavares Fernandes Yamaguti <sup>2</sup>, Juliana Nery de Souza-Talarico <sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Enfermeira – Mestre - Programa de Pós Graduação em Enfermagem na Saúde do adulto da Escola de Enfermagem da USP.

<sup>2</sup> Enfermeira - Doutoranda - Programa de Pós Graduação em Enfermagem na Saúde do adulto da Escola de Enfermagem da USP.

<sup>3</sup> Enfermeira - Docente- Escola de Enfermagem- Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica. Universidade de São Paulo.

**Introdução:** Durante a rotina de trabalho, os profissionais de enfermagem se deparam com diversos estressores que podem desencadear reações neuroendócrinas com o objetivo de preparar o indivíduo para situações de desafio/conflito. Porém se estes estressores se tornam repetitivos e prolongados e não há estratégias de enfrentamento, a resposta deixa de ser adaptativa (alostase) e os efeitos dos mediadores de estresse passam a ser cumulativos ocasionando desgaste do sistema fisiológico (carga alostática). Além disso, a falta de reciprocidade entre as demandas e as recompensas no trabalho contribui para um cenário de vulnerabilidade ao adoecimento (sobrecarga alostática). Desta forma, torna-se relevante avaliar os indicadores biológicos e psicológico de estresse crônico que podem comprometer a saúde e o bem estar do profissional.

**Metodologia:** Estudo transversal, quantitativo. Participaram 142 profissionais de enfermagem do turno diurno das unidades críticas e não críticas de um hospital público de grande porte em São Paulo. Foi realizada única coleta sanguínea pela manhã, após jejum entre 10 e 12 horas com a finalidade de obter o Índice de Carga Alostática (ICA). Foram avaliados os seguintes mediadores: neuroendócrinos (cortisol e DHEA-S), metabólicos (colesterol total, HDL e hemoglobina glicada), imunológico (fibrinogênio e proteína C reativa), cardiovascular (média da PAS e PAD) e antropométricos (razão da circunferência cintura/quadril). Foi atribuído um ponto no ICA para mediadores acima do percentil 75 ou baixo do 25 (DHEA-S e HDL) sendo a nota de corte  $\geq 4$ . O indicador psicológico foi calculado através da escala esforço e recompensa no trabalho um IER  $\geq 1$  significa desequilíbrio, o escore do item comprometimento excessivo foi proporcional ao relatado pelo trabalhador. Os dados foram armazenados e avaliados estatisticamente pelo programa SPSS 14, com nível de significância de 5%.

**Resultados:** A amostra foi predominantemente feminina (n=128; 90,1%), com idade média de 39,5 anos (DP  $\pm$  9,6) e carga de trabalho semanal média de 36 horas. 47,2% dos trabalhadores apresentaram carga alostática elevada, sendo maior entre os funcionários com mais idade. Quase 90 % apresentou desequilíbrio entre o esforço e a recompensa no trabalho e 30,4% dos profissionais relataram comprometimento excessivo em relação as demandas no trabalho.

**Conclusão:** O contexto de trabalho da enfermagem reúne características que podem deixar os profissionais vulneráveis ao adoecimento. Portanto é essencial que as organizações adotem medidas para mitigar os riscos ocupacionais, preservar a saúde do trabalhador e manter a segurança e a qualidade da assistência aos pacientes.

### Referências:

JUSTER R P; McEWEN B.S; LUPIEN S J. Allostatic load biomarkers of chronic stress and impact on health and cognition. **Neurosci Biobehav Rev.** v 35. n 1. p 2- 16. 2010

MASON J.W. A review of psychoendocrine research on the sympathetic-adrenal medullary system.. **Psychosom Med.** v. 30.n. 5 p. 631-653.1968.

McEWEN B. S. stress adaptation and disease: allostasis and allostatic load. **Annals of the New York Academy of Science.**v. 840. n.1. p 33-44.1998.

SIEGRIEST J; STARKE D; CHANDOLA T; GODIN I; MARMOT M; NIEDHAMMER I et al. The measurement of effort-reward imbalance at work; European comparisons. **Soc Sci Med.** v. 58. n. 8. p. 1483-1499. 2004.