

REFLEXOTERAPIA COMO TÉCNICA DE RELAXAMENTO PARA PROFISSIONAIS EM CENTRO DE TERAPIA INTENSIVA

Annela Isabell Santos da Silva*
Germano Alves Quinderé Neto**
Igor Almeida de Freitas***
Lucivania dos Santos Almeida****
Marcia Cristina Souza da Cruz*****
Mary Elizabeth de Santana*****

RESUMO

Na área da saúde, os estressores existentes nas rotinas de trabalho constituem um problema para a saúde e produtividade dos profissionais. Nesse contexto, a aplicação da técnica de reflexoterapia é capaz de reduzir o nervosismo e o estresse, atenuando a exaustão física e emocional. Diante disso, objetivou-se relatar a experiência obtida por acadêmicos de enfermagem ao promover procedimentos de reflexoterapia em profissionais de saúde atuantes em duas unidades de terapia intensiva. Este relatório foi desenvolvido durante as aulas práticas no período de 01 a 14 de setembro de 2016, no qual se utilizou a Metodologia da Problematização ao elaborar uma intervenção adequada. O resultado foi satisfatório e atingiu 50% do público-alvo. Entre os indivíduos que não participaram, observou-se relutância e descrédito na técnica de relaxamento, além da falta de tempo para se juntar ao experimento, levantando questionamentos relevantes sobre o excesso de trabalho. O estudo atingiu seu objetivo por meio da concreta aplicação da técnica de reflexoterapia, proporcionando relaxamento e bem-estar. Por fim, verificou-se a necessidade de promover atividades de apoio à saúde dos trabalhadores, instituindo os benefícios do autocuidado e, ao mesmo tempo, motivando estudos mais aprofundados na área.

Palavras-chave: Reflexoterapia. Unidade de terapia intensiva. Saúde do trabalhador.

INTRODUÇÃO

O fenômeno do estresse decorrente do atual modelo econômico globalizado e capitalista emerge com relevância em estudos de diversas áreas, pois influencia diretamente na qualidade de vida do ser humano⁽¹⁾. Na área da saúde, o estresse ocupacional está presente de forma intensa, trazendo consequências para o desenvolvimento profissional, com queda de produtividade, problemas de relacionamento e absenteísmo, além de repercutir em alterações psicofisiológicas como depressão, suicídio e síndrome de Burnout⁽²⁾.

Na unidade de terapia intensiva (UTI) os profissionais de enfermagem enfrentam uma rotina laboral desgastante e convivem com o sofrimento, dor e morte frequentemente. Além do que, outros fatores como recursos insuficientes, relações interpessoais conflituosas, cobranças, sobrecarga de trabalho, condições críticas dos pacientes e a necessidade de rapidez na tomada de decisão, contribuem para

manifestações de estresse^(3,4).

A dificuldade de enfrentamento do estresse é intensificada pela atual crise no setor da saúde, que reverbera em empecilhos administrativos, instalações físicas inadequadas e baixos salários. Nesse contexto, o profissional necessita de mais de um vínculo empregatício, o que prejudica seu descanso, gerenciamento da vida pessoal, e contribui para a insatisfação com o trabalho e os altos índices da síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem no Brasil^(4,5).

Como terapia de relaxamento, a reflexoterapia está baseada no princípio da medicina oriental, segundo o qual todos os órgãos, sistemas, músculos e glândulas tem terminais nos pés: 152 pontos no pé esquerdo e 148 pontos no pé direito. A técnica consiste na estimulação das áreas reflexas específicas localizadas principalmente nos pés e mãos, através da pressão digital aplicada em torno delasafim de promover o equilíbrio fisiológico. Tem efeitos comprovados na complementação de tratamentosde patologias músculo esqueléticas, redução

*Graduanda em Enfermagem na Escola de Enfermagem "Magalhães Barata" – Universidade do Estado do Pará (UEPA). Belém, PA, Brasil. E-mail: annelaisabell2@gmail.com

**Graduando em Enfermagem na Escola de Enfermagem "Magalhães Barata" – UEPA. Belém, PA, Brasil. E-mail: gneto35@yahoo.com.br

***Graduando em Enfermagem na Escola de Enfermagem "Magalhães Barata" – UEPA. Belém, PA, Brasil. E-mail: igor_freitas55@hotmail.com

****Graduanda em Enfermagem na Escola de Enfermagem "Magalhães Barata" – UEPA. Belém, PA, Brasil. E-mail: lucivaniaalmeida20@gmail.com

*****Enfermeira. Mestre em enfermagem. Docente substituta na Universidade Federal do Pará (UFPA). Belém, PA, Brasil. E-mail: marcia_cristina20@hotmail.com

*****Enfermeira. Doutora em enfermagem. Docente Titular no Curso de Enfermagem na UEPA e Docente associada na UFPA. Belém, PA, Brasil. E-mail: marybete@ufpa.br

da pressão arterial e frequência cardíaca, melhora na qualidade do sono, diminuição do nervosismo e estresse, entre outras enfermidades^(6,7).

Apesar da reflexoterapia ter seus benefícios reconhecidos o estresse ocupacional ser um tema em evidência, os estudos sobre a inserção de atividades complementares para promoção da saúde rotineiramente são realizados com pacientes sob forte estresse, e dificilmente a aplicação de técnicas de relaxamento inclui os profissionais de saúde^(8,9).

Diversas terapias alternativas podem ser empregadas com foco na saúde laboral^(2,10). Villela⁽¹⁰⁾ evidenciou o impacto positivo que o uso da acupuntura pode ter para o alívio do estresse em enfermeiros de unidades de urgência e emergência, podendo melhorar até mesmo o desempenho em suas atividades.

Diante do exposto, a relevância desse relato de experiência justifica-se devido à escassez de estudos acerca da inserção de terapias alternativas para alívio de estresse em profissionais da saúde, considerando o elevado desgaste físico e emocional presente na rotina de trabalho. Por conseguinte, o objetivo se constitui em relatar a experiência obtida por acadêmicos de enfermagem ao promover procedimentos de reflexoterapia podal em profissionais de saúde atuantes em duas unidades de terapia intensiva.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, baseado na vivência de acadêmicos de enfermagem do 4º ano, 7º período da Escola de Enfermagem “Magalhães Barata”, da Universidade do Estado do Pará. Relatar a experiência consiste descrever a vivência com base na interpretação, com objetividade e fundamentação em aporte teórico. A experiência foi vivenciada durante as atividades práticas do componente curricular Enfermagem em Centro de Terapia Intensiva (CTI), ocorrido no período de 01 a 14 de Agosto de 2016.

A experiência foi realizada em um hospital público localizado na região metropolitana de Belém, no Estado do Pará. Este estabelecimento de saúde é referência no atendimento de média e alta complexidade em urgência e emergência em traumas e queimados para a região norte do Brasil. O público-alvo do estudo foi a equipe multiprofissional das duas unidades de terapia intensiva adulto, atuantes no período da manhã no referido hospital.

A partir dos preceitos de Charles Maguerez, utilizou-se a Metodologia da Problematização, constituída em

cinco etapas para o prosseguimento da atividade⁽¹¹⁾. A primeira etapa corresponde à Observação da Realidade e a Definição do Problema. Durante a permanência do grupo na prática curricular em UTI, observou-se que a complexidade do estado de saúde dos pacientes, cobrança dos familiares, grau de responsabilidade dos profissionais em tomar decisões e conflito nos relacionamentos entre os mesmos, são fatores desencadeadores do estresse nos trabalhadores da UTI.

Na segunda etapa, foi realizado o Levantamento dos pontos-chave, no qual se iniciou uma reflexão sobre os possíveis fatores e maiores determinantes relacionados aos estressores em saúde dos profissionais. Suscitou-se os seguintes questionamentos: *Quais as causas do estresse no ambiente de trabalho dos profissionais da UTI? Quais as consequências desse estresse para o processo de trabalho, equipe e pacientes? De que maneira pode-se evitar ou amenizar este problema?*

A Teorização, terceira etapa, foi o momento de construir respostas mais elaboradas para o problema, com base nas informações fundamentadas em estudos científicos que afirmam que os trabalhadores da UTI são suscetíveis ao estresse no ambiente de trabalho em decorrência do excesso de atividades, responsabilidade e alta complexidade dos pacientes⁽¹²⁾, resultando na deficiência de prestação de serviço ao usuário, familiar e equipe.

Na quarta etapa, elucidaram-se as Hipóteses de Solução, por meio do conteúdo pesquisado. A hipótese como medida de solução poderia ser a realização de uma atividade que suprisse as necessidades dos profissionais da UTI para o alívio do estresse, proporcionando conforto e disposição para as atividades diárias.

A quinta e última etapa corresponde à Intervenção sobre a realidade, com o objetivo de solucionar o problema identificado. Portanto, realizou-se uma atividade para proporcionar o relaxamento e minimizar o estresse, com base na técnica terapêutica da reflexoterapia podal. Para tanto, o grupo participou de um treinamento com uma especialista na área para aprender a realizar a referida técnica. A ação tinha por objetivo atender todos os profissionais das duas unidades de terapia intensiva adulto do hospital, um por vez, em um curto tempo para não prejudicar o andamento do serviço.

A aplicação da técnica da reflexoterapia sucedeu-se de maneira simples, da seguinte forma: primeiramente colocava-se os pés dos profissionais de molho em uma bacia com água morna, em seguida realizava-se a esfoliação com um esfoliante de agradável aroma, e

posteriormente secava-se os pés e era aplicado um hidratante para facilitar o deslizamento das mãos durante os movimentos da terapia.

Os movimentos utilizados eram de média pressão, suficiente para relaxar e não causar dores, e as principais áreas reflexas estimuladas foram associadas à rotina de trabalho, e incluíram o cérebro, têmporas, coluna cervical e dorsal, ombros, pescoço e coração, de acordo com os pontos correspondentes localizados na planta do pé, como prevê a técnica⁽⁷⁾.

Durante a terapia os participantes deitaram confortavelmente em uma poltrona, e escutavam músicas suaves destinadas a meditação. O ambiente foi propício ao completo relaxamento e descanso. A reflexoterapia podal foi realizada uma vez em cada pessoa e durou em média dez minutos.

Após a realização da terapia, cada profissional recebeu um instrumento de avaliação da atividade para classificação em ótima, boa, regular ou ruim e também para informar se a reflexoterapia ajudou-os a relaxar naquele momento. Outros questionamentos pediam para que eles sinalizassem se tinha sido a primeira vez que uma atividade como esta havia sido realizada em seu ambiente de trabalho e se eles faziam alguma atividade de relaxamento ou lazer no seu dia a dia.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os efeitos terapêuticos da reflexoterapia são acumulativos e são percebidos com sessões semanais. A frequência das sessões varia de acordo com a necessidade individual mantendo-se o foco nos pontos de interesse da reflexologia plantar, com duração em torno de trinta minutos^(7,13). Porém, considerando o processo de trabalho, rotinas da UTI e o pouco tempo disponível dos profissionais, a proposta de aplicação da reflexoterapia foi elaborada para ser realizada em uma única sessão, de curta duração e apenas com o objetivo de relaxamento do estresse ocupacional em um curto tempo, e não como tratamento para distúrbios fisiológicos.

O espaço cedido pelo hospital para a execução da atividade de relaxamento foi uma sala pequena localizada entre as duas unidades de terapia intensiva, usualmente utilizada para guarda de materiais e comunicação do boletim médico aos acompanhantes. A sala, bem localizada, permitia que os profissionais das duas unidades pudessem participar, e foi organizada de forma simples com os materiais necessários para a reflexoterapia podal.

Dos dezesseis profissionais atuantes nas duas unidades de terapia intensiva no período da manhã, oito participaram da atividade, na sua maioria técnicos de enfermagem e médicos. Os que se permitiram dez minutos de reflexoterapia podal, relataram satisfação e relaxamento com a técnica utilizada..

A técnica de reflexoterapia não era conhecida pelos profissionais participantes, que demonstraram curiosidade sobre sua execução. A reflexoterapia é reconhecida pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares e pelo Centro Internacional de Medicina Complementar e Alternativa, e tem seus efeitos positivos comprovados, se sobressaindo sobre outras técnicas como massagem terapêutica^(13,14).

Um fato que possa explicar em parte o porquê de somente metade dos profissionais das equipes colaborarem foi um contratempo que transcorreu antes do início da atividade. O departamento de ensino e pesquisa do hospital não enviou previamente o documento que informaria aos os coordenadores das unidades de terapia intensiva sobre a atividade que seria realizada, e estes, sem estarem cientes do acontecimento, ofereceram resistência no entendimento do objetivo da mesma e em consentir com a liberação dos profissionais, um a um, para participarem.

Esta falta de comunicação e aquiescência válida à desvalorização de práticas que promovem a saúde do trabalhador intensivista, seriamente necessárias em meio a uma rotina de ofício que resulta em uma sobrecarga física, emocional e psicológica, que implicam na discussão da necessidade de mecanismos que aliviem os estressores e que promovam o bem estar e saúde dos profissionais⁽¹⁵⁾.

Em resposta ao instrumento de avaliação da técnica oferecida, todos os participantes a classificaram como ótima e que sim, ajudou-os a relaxar. Referiram que nunca antes fora oportunizado momentos como este em seu ambiente de trabalho e também sobre a necessidade de outras terapias de relaxamento. Nesse grupo, dentre os participantes, apenas dois profissionais comunicaram fazer alguma atividade de relaxamento e lazer em seu dia a dia.

Em suas falas os profissionais participantes enfatizaram a sobrecarga de trabalho na rotina da UTI, e como o tempo parecia suficiente apenas para a realização de suas atividades e que havia grande cobrança por parte dos gestores na questão da produtividade diária. Ainda relataram possuir mais de um emprego o que implica em mais estresse, desgaste

físico e emocional, e de modo mais grave, em despersonalização e baixa qualidade de vida⁽²⁾.

Um dos objetivos em promover uma atividade de descanso e relaxamento aos trabalhadores da UTI era de que todas as pessoas que compõem as equipes participassem. Atingir 50% foi satisfatório, porém, não totalmente condizente ao esperado, visto que a intenção da atividade oferecida, além de relaxar dos estressores diários, pretendia suscitar a percepção da indispensabilidade do profissional retirar tempo em sua rotina para valorizar sua saúde.

Dentre os profissionais que não participaram, alguns externaram clara relutância e descrédito na técnica de relaxamento e em seus benefícios, e outros não conseguiram encontrar tempo em meio aos seus afazeres para participar. Foram cinco horas à espera destes profissionais, aguardando um momento em que eles se permitissem participar, e ainda assim o contingente total não foi atingido.

A participação de apenas uma enfermeira fomenta ainda mais questionamentos sobre o excedente de trabalho que não concede um intervalo para o autocuidado. No ambiente de uma UTI, as atividades de enfermagem não se restringem a procedimentos técnicos, e sim buscam promover cuidados qualificados contemplando o indivíduo em suas especificidades⁽¹⁶⁾. Ao lidar com intervenções de alta complexidade de forma ágil e precisa, sofrimento, dor e morte, o enfermeiro está altamente suscetível ao desgaste e exaustão, exigindo estratégias pertinentes de enfrentamento que possibilitem a adequação frente a esse cenário⁽¹⁷⁾.

O enfermeiro intensivista, como coordenador da equipe de enfermagem, deve buscar junto aos gestores hospitalares a oferta de educação continuada aos profissionais, como recurso para abordar os direitos dos trabalhadores e a valorização de sua saúde, introduzindo medidas, individuais ou coletivas, para estreitar os efeitos resultantes do estresse laboral no indivíduo^(18,19).

Sendo assim, ainda que momentaneamente, a oferta de relaxamento e descanso cumpriu seu propósito, contudo, no desenvolvimento e realização da proposta de relaxamento, não houve apoio ou incentivo da gestão e coordenadores, evidenciando uma correlação mínima ou inexistente entre saúde psicossocial do trabalhador e suas repercussões na qualidade da assistência ofertada, e consequentemente, a segurança do paciente⁽¹⁹⁾.

Todavia, o esperado é que dentre as pessoas que receberam a reflexoterapia podal, além de um momento significativo de repouso, também levem consigo a assimilação da importância de se buscar recursos para minimizar o estresse diário, como forma de cuidado pessoal e fortificação do seu processo de trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência de acadêmicos de enfermagem na realização da atividade de aplicação da técnica de reflexoterapia podal em profissionais da unidade de terapia intensiva, foi positiva, pois os participantes relataram que a mesma proporcionou conforto e relaxamento. No entanto, observou-se que as condições psicossociais dos trabalhadores de saúde são negligenciadas, fato evidenciado pela participação parcial do público-alvo e pela resistência dos gestores para realização da atividade de relaxamento. Em contrapartida, a sobrecarga de trabalho foi comum nas falas dos participantes, e esta pode ser um estressor desencadeante para problemas de saúde, necessitando de maior atenção.

Conclui-se que é de grande significância o desenvolvimento de atividades de apoio à saúde biopsicossocial dos profissionais atuantes na UTI, instituindo os benefícios do autocuidado e, ao mesmo tempo, motivando estudos mais aprofundados na área de saúde do trabalhador, partindo do princípio que eles devem cuidar primeiramente de seu bem-estar para melhorar o processo de trabalho e consequentemente a assistência ofertada.

ZONE THERAPY AS A RELAXING TECHNIQUE FOR PROFESSIONALS AT A CENTER OF INTENSIVE THERAPY

ABSTRACT

In the health area, the existing stressors in the work routines are a problem for professionals' health and productivity. In this context, the technique of zone therapy is able to reduce nervousness and stress, physical and emotional exhaustion. Therefore, the objective was to report the experience acquired by nursing academics when promoting zone therapy procedures in health professionals from two intensive care units. This report was developed during the practical classes in the period from 01 to 14 September 2016, which used the Questioning Methodology to develop an appropriate intervention. The result has been satisfactory and has reached 50% of the target audience. Among those that did not participate, there was reluctance and disbelief on the relaxation technique, in addition to lack of time to join the experiment, raising questions about overwork. The study reached its goal through the concrete application of the zone therapy technique, providing relaxation and

well-being. Finally, activities to support workers' health need promotion, instituting benefits of self-care and, at the same time, motivating further studies in the area.

Keywords: Zone therapy. Intensive care units. Occupational health.

REFLEXOTERAPIA COMO TÉCNICA DE RELAJAMIENTO PARA PROFESIONALES EN CENTRO DE CUIDADOS INTENSIVOS

RESUMEN

En el área de la salud, los factores de estrés existentes en las rutinas de trabajo constituyen un problema para la salud y productividad de los profesionales. En este contexto, la aplicación de la técnica de reflexoterapia es capaz de reducir el nerviosismo y el estrés, aliviando el agotamiento físico y emocional. Ante esto, el objetivo fue el de relatar la experiencia obtenida por alumnos de enfermería al promover procedimientos de reflexoterapia en profesionales de salud actuantes en dos unidades de cuidados intensivos. Este informe fue desarrollado durante las clases prácticas en el período de 01 a 14 de septiembre de 2016, en el cual se utilizó la Metodología de la Problematización al elaborar una intervención adecuada. El resultado fue satisfactorio y alcanzó el 50% del público objetivo. Entre los individuos que no participaron, se observó renuencia y descrédito en la técnica de relajamiento, además de falta de tiempo para unirse al experimento, planteando preguntas relevantes sobre el exceso de trabajo. El estudio alcanzó su objetivo por medio de la concreta aplicación de la técnica de reflexoterapia, ofreciendo relajamiento y bienestar. Finalmente, se verificó la necesidad de promover actividades de apoyo a la salud de los trabajadores, instituyendo los beneficios del autocuidado y, al mismo tiempo, fomentando estudios más profundizados en el área.

Palabras clave: Reflexoterapia. Unidad de cuidados intensivos. Salud del trabajador.

REFERÊNCIAS

1. Vitorino LM, Monteiro FP, Silva JV, Dias EN, Santos AEO. Qualidade de vida da equipe de enfermagem em unidades de urgência e emergência. *Rev. Ciênc. Méd [Online]*. 2014 [citado em 2016 Ago 5]; 23(2):83-89. Disponível em: <http://periodicos.puc-campinas.edu.br/seer/index.php/cienciasmedicas/article/view/2527/1869>.
2. Silva JLL, Soares RS, Costa FS, Ramos DS, Lima FB, Teixeira LR. Fatores psicossociais e prevalência da síndrome de burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. *Rev Bras Ter Intensiva [Online]*. 2015 [citado em 2016 Ago 5]; 27(2):125-133. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbti/v27n2/0103-507X-rbti-27-02-0125.pdf>.
3. Kirhhof RS, Oshôa LM, Bublitz S, Lopes LFD, Squiavenato MCA. Nível de estresse entre enfermeiros de um hospital filantrópico de médio porte. *Rev. Enferm UFSC [Online]*. 2016 [citado em 2016 Ago 5]; 6(1):29-39. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/reuufs/article/view/17829/pdf>.
4. Oliveira EB, Araujo PMB, Maia MPQ, Cabral JL, Brito DM, Figueredo EP. Estresse ocupacional e consumo de ansiolíticos por trabalhadores de enfermagem. *Rev enferm UERJ [Online]*. 2014 set/out [citado em 2016 Ago 5]; 22(5):615-21. DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2014.15510>
5. Machado FAV, Rodrigues CM, Silva PA. Influência da reflexologia podal na qualidade do sono: estudo de caso. *Cad. Naturol. Terap. Complem [Online]*. 2013 [citado em 2016 Ago 5]; 2(3):67-75. Disponível em: <http://portaldeperiodicos.unisul.br/index.php/CNTC/article/view/1536/1807>.
6. Espírito Santo FH, Chibante CLP, Deus MC, Izidoro VS, Lorena CS. Efeitos da reflexologia das mãos em idosos hospitalizados. *Cultura de los cuidados [Online]*. 2016 [citado em 2016 Ago 5]; 20(45):147-153. DOI: <https://doi.org/10.14198/cuid.2016.45>
7. Guaña L, Ortega JDC, Cabay JPG. Reflexoterapia podal complementar al protocolo de tratamiento de patologías musculoesqueléticas en pacientes de la unidad básica de rehabilitación física del gobierno autónomo descentralizado el cantón guano en el período enero - junio 2016 [Dissertação]. Riobamba (Ecuador): Universidad Nacional de Chimborazo; 2016. Disponível em: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/2940>
8. Oliveira MF, Oselame GB, Neves, EB, Oliveira EM. Musicoterapia como ferramenta terapêutica no setor da saúde: uma revisão sistemática. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde [Online]*. 2014 [citado em 2016 Ago 6]; 12(2):871-878. DOI: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvr.v12i2.1739>
9. Silva MAM, Pinheiro AKB, Souza AMA, Moreira ACA. Promoção da saúde em ambientes hospitalares. *Rev. Bras. Enferm [Online]*. 2011 [citado em 2016 Ago 6]; 64(3):596-599. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672011000300027>
10. Villela MPC, Santiago PSN. Stress na equipe de enfermagem da urgência e emergência: acupuntura como estratégia de cuidado. *Rev. Enfermagem Revista [Online]*. 2015 [citado em 2016 Ago 6]; 18(1):136-152. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/enfermagemrevista/article/view/9375/10332>.
11. Berbel NAN. Metodologia da Problematização: fundamentos e aplicações. Londrina: Editora UEL. 1999.
12. Bublitz S, Guido LA, Freitas EO, Lopes LFD. Estresse em estudantes de enfermagem: uma revisão integrativa. *Rev. Enferm. UFSC [Online]*. 2012 [citado em 2016 Ago 10]; 2(3):530-538. DOI: <http://dx.doi.org/10.5902/217976923485>
13. Khaledifar A, Nasiri M, Khaledifar B, Khaledifar A, Mokhtari A. The effect of reflexotherapy and massage therapy on vital signs and stress before coronary angiography: An open-label clinical trial. *ARYA Atheroscler [Online]*. 2017 [citado em 2018 Jan 5]; 13(2):50-55. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5628851/>.
14. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui novas Práticas Integrativas e Complementares. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*. 2017 mar. 60; Seção 1.p 68. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf.
15. Kleinübing RL, Guido LA, Silva RMS, Bolzan MEO. Estresse em enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva: uma revisão bibliográfica. *Revista Contexto & Saúde [Online]*. 2011 [citado em 2016 Ago 15]; 10(20):947-950. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/1705>.
16. Silva AG, Silva TL, Wall ML, Lacerda MR, Maftum MA. Unidade de Terapia Intensiva: violência no cotidiano da prática da enfermagem. *CiencCuidSaude [Online]*. 2015 [citado em 2016 Ago 15]; 14(1):885-892. DOI: <http://dx.doi.org/10.4025/ciencucuidsaude.v14i1.21914>
17. Andolhe R, Barbosa RL, Oliveira EM, Costa ALS, Padilha KG. Estresse, coping e burnout da Equipe de Enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva: fatores associados. *Rev. Esc. Enferm. USP [Online]*. 2015 [citado em 2016 Ago 15]; 49(Esp):58-64. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420150000700009>
18. Martins CCF, Dantas MSP, Marinho FP, Almeida LA, Santos VEP. Stressors agents in intensive care: vision of nursing professionals. *J Nurs UFPE [Online]*. 2014 [citado em 2016 Ago 15]; 8(10):3386-3391. DOI: 10.5205/ruol.6039-55477-1-ED.0810201417
19. Inoue KC, Versa GLGS, Murassaki ACY, de Melo WA, Matsuda LM. Estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas que prestam cuidados diretos ao paciente crítico. *Rev. Bras. Enferm [Online]*. 2013 [citado em 2016 Ago 15]; 66(5):722-729. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672013000500013>.

Endereço para correspondência: Annela Isabell Santos da Silva. Passagem Napoleão Laureano, 68. Cep: 66073640. Belém, Pará, Brasil. (91) 981006184. E-mail: annelaisabell2@gmail.com.

Data de recebimento: 21/03/2017

Data de aprovação: 08/12/2017