

EVENTOS ESTRESSORES PERCEBIDOS E ESTRATÉGIAS DE COPING EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE E DA EDUCAÇÃO

Marucia Patta Bardagi¹
Tereza Favaretto
Leoni Rizzi

O estresse profissional tem sido citado constantemente como a maior fonte de estresse para o indivíduo na idade adulta. Devido à importância do tipo de trabalho realizado para a percepção de estresse, têm surgido estudos buscando entender o estresse em contextos ocupacionais específicos. Entre estes contextos, as áreas de saúde e educação são citadas como especialmente vulneráveis ao estresse. No entanto, embora tenha havido um aumento da preocupação e, conseqüentemente, das pesquisas sobre estresse, não há, ainda, um volume substancial de estudos sobre como as pessoas lidam com o estresse ocupacional. As estratégias que os indivíduos utilizam para lidar com o estresse ainda são um campo fértil para investigação científica. Nesse campo, a abordagem do coping é uma das mais utilizadas para a pesquisa e permite identificar tanto os aspectos gerais quanto idiossincráticos vivenciados pelos profissionais. Nesse sentido, este estudo avaliou a definição de estresse, os eventos percebidos como estressores e as estratégias de coping utilizadas para lidar com estes eventos em profissionais da saúde e da educação. Através do método de grupos focais foram realizadas entrevistas com 12 profissionais de enfermagem e educação, todas do sexo feminino, com idades entre 25 e 57 anos, divididas em dois grupos de acordo com a área de trabalho. As entrevistas foram realizadas nos locais de trabalho, gravadas e, posteriormente, transcritas. Os dados foram submetidos à análise de conteúdo, extraindo-se tanto categorias a priori quanto a posteriori a partir do conjunto das verbalizações. Os resultados apontam diferenças importantes entre os grupos em relação a aspectos da definição de evento estressor, ao tipo de evento estressor percebido em cada contexto ocupacional e aos resultados percebidos das estratégias utilizadas. Na educação, o fator acúmulo de tarefas serve como definidor de estresse, enquanto na área da enfermagem o fator imposição externa é determinante. As professoras relatam mais eventos de ordem relacional e percebem mais mudanças emocionais, enquanto as enfermeiras descrevem mais eventos de ordem institucional e relatam mudanças comportamentais. Há uma prevalência do uso de estratégias centradas na emoção nos dois grupos de profissionais. Estes resultados são consistentes com a literatura de estresse e coping ao indicarem a relevância da área de atuação para a percepção de estresse. Ainda, apontam a massificação do uso de estratégias centradas na emoção, mesmo em casos onde o uso de estratégias de ação direta seria possível. Por fim, apontam a necessidade de se avaliar eventos estressores e estratégias de coping em contextos ocupacionais específicos e do desenvolvimento de propostas de intervenção que sejam sensíveis às particularidades de cada área de trabalho.

¹ Apresentadora. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre / RS. marucia74@yahoo.com.br