

Principales estresores de los enfermeros que trabajan en Unidades de Cuidados Intensivos

Nazaret Socorro *Jiménez Vinuesa*, José Manuel *Bueno Cardona*, Ana María *Pelegrina Bonel*,
Mariana *Gómez Bravo*

Conselleria de Sanitat, Departamento de Salud de Alicante (Alicante, España)

Correspondencia: nazaretjvinuesa@hotmail.com (Nazaret Socorro Jiménez Vinuesa)

Introducción

A lo largo de la historia, han existido numerosas concepciones y definiciones del estrés. El término fue importado por el filósofo Hans Selye, quien entendió el estrés como una serie de reacciones fisiológicas manifestadas por el individuo. Cuando una situación o estímulo nos produce estrés, nuestras pupilas se dilatan para mejorar la visión, el oído se agudiza, nuestros músculos se tensan, preparándose para actuar, y la frecuencia cardíaca y respiratoria aumentan, entre otros cambios fisiológicos que conforman la fase de preparación en la respuesta al estrés. En una segunda fase se mantienen para afrontar las demandas de la situación y en una tercera fase de agotamiento, el nivel de activación fisiológica disminuye de forma brusca, ya que si no, nuestro organismo llegaría a colapsarse.¹

En la actualidad, el estrés se considera un concepto más amplio, que depende de la interacción entre una situación provocadora de estrés y de los recursos o estrategias que el individuo pone en marcha para hacer frente a dicha situación.¹

El estrés laboral se define como “el grado de respuesta física, psicológica y comportamental que se presenta cuando el individuo percibe una situación amenazante que desborda sus recursos y pone en peligro su bienestar”. La Organización Internacional del Trabajo se refiere al estrés laboral como “una enfermedad que hace peligrar las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo, ya que resiente la productividad, al afectar la salud física y mental de los trabajadores.”²

La OMS (Organización Mundial de la Salud), considera que el estrés laboral afecta negativamente a la salud psicológica y física, y a la eficacia de las entidades para las que se trabaja. A nivel mundial se ha reconocido el estrés laboral como un problema cada vez más importante, que se presenta en todos los oficios.²

El estrés de origen ocupacional es producto de la interacción entre múltiples factores de riesgo, incluyendo aquellos que provienen del ambiente físico, trastornos de las funciones biológicas, el contenido y organización del trabajo, y diversos componentes psicosociales, tanto laborales como extra laborales.³

En el sector de la salud, el estrés ocupacional constituye un aspecto muy presente y, de todos los profesionales de salud, los enfermeros son los más expuestos.⁴ Diversos autores retratan la Enfermería como profesión estresante, debido a la responsabilidad por la vida de las personas y proximidad con los clientes en que el sufrimiento es casi inevitable, exigiendo dedicación en el desempeño de sus funciones, y aumentando la probabilidad de aparición de desgaste físico y psicológico.^{5,6}

Dentro del contexto hospitalario, las Unidades de Cuidados Intensivos son ambientes particularmente estresantes.⁴ La UCI es una unidad donde se encuentran internados pacientes que necesitan cuidados directos e intensivos, pues su cuadro de salud puede fácilmente evolucionar a la muerte.^{4,5} El trabajo en estas unidades es complejo e intenso, debiendo el enfermero estar preparado para, en cualquier momento, prestar cuidados a pacientes con alteraciones hemodinámicas importantes, las cuales requieren conocimiento específico y gran habilidad para tomar decisiones e implementarlas en tiempo útil.⁴

Este estudio se plantea con el objetivo de conocer los principales estresores de las enfermeras/os que trabajan en Unidades de Cuidados Intensivos.

Material y métodos

Diseño. Se realizó una revisión bibliográfica de los artículos publicados en el periodo 2005-2017. La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos: Pubmed, SciELO, Cuiden y Dialnet.

Estrategia de búsqueda. La búsqueda se realizó en español, inglés y portugués, limitando la fecha de publicación a artículos publicados desde 2005. Los descriptores utilizados fueron agotamiento profesional, enfermeros, factores de riesgo, Unidades de Cuidados Intensivos.

Extracción de datos. Tras la búsqueda inicial se localizaron 163 estudios, de los cuales se excluyeron tras leer el título 17, por no estar disponibles 6 y por ser repetidos 3. Para la selección final se revisaron los abstracts resultando excluidos 117 por no estar relacionados con nuestro objetivo, quedándonos con 20 estudios para nuestro trabajo.

Resultados

Diversos estudios describen como variables asociadas al estrés ser mujer, menor de 30 años, tener pareja y más de un hijo, asociando la presencia de estrés principalmente a factores personales y laborales como el servicio en que se trabaja y el tipo de contratación.^{3,7-10} Coincidiendo en la existencia de un nivel medio de estrés.^{9,11-14}

Las actividades consideradas más estresantes por los enfermeros que trabajan en UCI son: realizar actividades con tiempo mínimo disponible, afrontar la muerte del paciente, atender a los familiares de pacientes críticos, orientar a familiares de pacientes críticos, controlar la calidad del cuidado, nivel de ruido en la unidad, atender las emergencias de la unidad, atender las necesidades de los familiares, realizar actividades burocráticas.^{5,12,14-17} Por lo que no es sólo el estado de los pacientes lo que lleva al estrés del enfermero de UCI, además de lo expuesto anteriormente, la convivencia con otros profesionales, los problemas relacionados con recursos humanos y materiales, la alta tecnología encontrada en este sector más allá del propio ambiente y la distribución física, todo esto puede favorecer el estrés ocupacional de los profesionales.^{5,14,17,18}

En la mayoría de estudios^{2,5,19-21} encontrados coinciden en que los estresores más frecuentes entre los enfermeros que trabajan en UCI son: falta de personal, falta de equipo y material, sobrecarga de trabajo, falta de medicamentos, inseguridad

y baja experiencia laboral, las relaciones con los compañeros, alarmas y atención a los familiares.

Discusión

La vida cotidiana del personal de enfermería se encuentra en constante desbalance debido a que realiza múltiples y variadas actividades que le producen desgaste físico e intelectual, que en muchos casos no es adecuadamente recompensado ni recuperado por las circunstancias institucionales, profesionales, familiares y personales a las que está obligada. Tales actividades favorecen y acumulan condiciones que actuarán tarde o temprano en el quebrantamiento de su salud.²⁰

El estrés, inclusive siendo discutido desde hace mucho tiempo, todavía acomete a estos profesionales, y las instituciones todavía no ofrecen atención especial a los enfermeros en el sentido de promover su salud integral.¹⁴

Principalmente es en la UCI donde existen estresores que ocasionan que los enfermeros desarrollen síntomas físicos y psicosomáticos, y es ahí donde debe atenderse ésta situación para afrontarlos.¹⁶

Es necesario que el personal de enfermería se conciencie de la magnitud del estrés laboral, causas, signos y síntomas; y posteriormente, tenga la oportunidad de aprender y desarrollar actividades que le permitan afrontar el estrés laboral de una manera efectiva.¹⁹

Bibliografía

1. Zambrano Plata GE. Estresores en las unidades de cuidado intensivo. *Rev Aquich*. 2006; 6(1):156-169.
2. Castillo Avila I, Torres Llanos N, Ahumada Gómez A, Cárdenas Tapias K, Licon Castro S. Estrés laboral en enfermería y factores asociados. *Salud*. 2014; 30(1):34-43.
3. Costa Pereira Rodrigues VM, De Sousa Ferreira AS. Factores generadores de estrés en enfermeros en Unidades de Terapia Intensiva. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2011; 19(4):1-9.
4. Lopes Guerrer FJ, Ferraz Bianchi ER. Estrés de los enfermeros de UCI en Brasil. *Enferm Glob*. 2011; 10(22):1-9.
5. Janaína Silva L, Pereira Passos J. O estresse no trabalho da equipe de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva. *Rev de Pesq: cuidado é fundamental*. 2009; 1(2):345-352.
6. Teixeira C, Ribeiro O, Fonseca AM, Carvalho AS. Burnout in intensive care units – a consideration of the possible prevalence and frequency of new risk factors: a descriptive correlational multicentre study. *BMC Anesthesiology*. 2013; 13(38):1-15.
7. Skorek J, Souza RA, Bezerra RM. Burnout syndrome in Nursing professionals working in intensive care unit. *J Nurs UFP*. 2013; 7(spe):6174-83.
8. Preto VA, Pedrao LJ. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Esc Enferm USP*. 2009; 43(4):841-8.
9. Rodrigues Costa Schmidt D, Paladini M, Biato C, Domingues Pais J, Rodrigues Oliveira A. Qualidade de vida no trabalho e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Bras Enferm*. 2013; 66(1):13-17.
10. Zhang XC, Huang DS, Guan P. Job burnout among critical care nurses from 14 adult intensive care units in northeastern China: a cross-sectional survey. *BMJ Open*. 2014; 4(6):1-8.
11. Inoue KC, Versa GLGS, Murassaki ACY, Melo WA, Matsuda LM. Estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas que prestam cuidados diretos ao paciente crítico. *Rev Bras Enferm*. 2013; 66(5):722-729.
12. Umann J, Azevedo Guido L, Marques da Silva R. Estresse, coping e presenteísmo em enfermeiros que assistem pacientes críticos e potencialmente críticos. *Rev Esc Enferm USP*. 2014;48(5):891-8.
13. Inoue KC, Versa GLGS, Matsuda LM. Stress level among intensive care nurses in the municipality of Paraná (Brasil). *Invest Educ Enferm*. 2014; 32(1):69-77.
14. Martins JT, Robazzi MLCC. Estratégias defensivas utilizadas por enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva: reflexao na ótica dejouriana. *Cienc Cuid Saude*. 2012; 11(suplem.):34-41.
15. Murassaki ACY, Versa GLGS, Inoue KC, Melo WA, Matsuda LM. Estresse em enfermeiros intensivistas e a condição chefe/nao chefe de familia. *Cienc Cuid Saudae*. 2011; 10(4):755-762.
16. Siqueira de Moura K, Machado de Araújo L, Machado de Araújo L, Nogueira Valencia C, Medeiros Germano R. La experiencia de enfermeras en cuidados intensivos: estudio fenomenológico. *Rev René*. 201; 12(2):316-323.

17. Nachtigall Barboza MC, Lima Braga L, Tietz Perleberg L, Souza Bernades L, Rocha IC. Estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em setores fechados de um hospital de Pelotas/RS. *Rev Enferm UFSM*. 2013; 3(3):374-382.
18. Robles I, Armendáriz A. Modelo Innovador: 'Cuidado a las enfermeras en el afrontamiento al estrés en una unidad de cuidados intensivos'. *ENE Revista de Enfermería*. 2012; 6(3):1-10.
19. Irasema Robles V, Armendáriz Ortega AM, Molina Seañez O. Afrontamiento al Estrés en Enfermeras de Unidades de Cuidados Intensivos. *Desarrollo Cientif Enferm*. 2012; 20(5):160-163.
20. Barbosa de Oliveira E, Lisboa MTL. Exposição ao ruído tecnológico em CTI: estratégias coletivas de defesa dos trabalhadores de enfermagem. *Esc Anna Nery*. 2009; 13(1):24-30.