

## ARTIGO

### **Compartilhar para conviver: relato de uma intervenção baseada em grupos de encontro para abordagem de estressores ocupacionais**

**Rodrigo Sanches Peres<sup>1</sup>**  
**Maristela de Souza Pereira<sup>2</sup>**  
**Fábia Tunísia Alves Xavier<sup>3</sup>**  
**Flávia Miranda de Oliveira<sup>4</sup>**

Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG

#### RESUMO

O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência acumulada até o momento no desenvolvimento de uma intervenção baseada em grupos de encontro com profissionais de enfermagem da UTI de um hospital universitário. A opção por uma intervenção baseada em grupos se deu em função da necessidade de contemplar os profissionais de enfermagem em situação, sem isolá-los de sua rede interacional. Mais especificamente, considerou-se oportuno privilegiar os grupos de encontro tendo em vista que os mesmos estimulam a expressividade emocional de seus participantes mediante a provisão de experiências capazes de ensejar mudanças de comportamentos, valores e atitudes. De modo geral, os resultados obtidos ressaltam que os grupos de encontro, na medida em que podem auxiliar seus participantes a vislumbrar novas possibilidades de se relacionarem entre si, são capazes de contribuir para a convivência de profissionais de enfermagem no contexto do trabalho.

**Palavras-chave:** Grupos; Estresse ocupacional; Saúde mental.

### **Share to live together: report of an encounter groups-based intervention to approach occupational stressors**

#### ABSTRACT

The present study aims to report the experience accumulated in the development of an encounter groups-based intervention with an Intensive Care Unit nursing team from a university hospital. The choice for an encounter groups-based intervention was made on the necessity of analyzing the nursing team in situation, without isolating them from their network interaction. More specifically, it was considered appropriate to privilege encounter groups since they

stimulate the participants' emotional expressiveness by providing experiences that can foment changes in behaviors, values and attitudes. In general, the obtained results show that encounter groups, assisting the participants to find new possibilities of relationship with each other, are able to contribute to the nursing team companionship in the work context.

**Keywords:** Groups; Occupational stress; Mental health.

## **Compartir para convivir: relato de una intervención basada en grupos de encuentro para el abordaje de los factores de estrés ocupacionales**

### **RESUMEN**

Este estudio tiene como objetivo relatar la experiencia acumulada en el desarrollo de una intervención basada en grupos de encuentro con profesionales de Enfermería de la Unidad de Tratamiento Intensivo (UTI) de un hospital universitario. La opción por una intervención basada en grupos se debió a la necesidad de abordar los profesionales sin aislarlos de sus redes de interacción. Más específicamente, se consideró apropiado los grupos de encuentro en razón de que los mismos estimulan la expresividad emocional de sus participantes por medio de experiencias que dan lugar a cambios de comportamiento, valores y actitudes. En general, los resultados obtenidos muestran que los grupos de encuentro, ayudan a sus participantes a vislumbrar nuevas posibilidades de relacionarse entre sí, son capaces de contribuir a la convivencia de los profesionales de Enfermería en el contexto de trabajo.

**Palabras clave:** Grupos; Estrés ocupacional; Salud mental.

### **INTRODUÇÃO**

Devido, sobretudo, à responsabilidade pela vida das pessoas que lhes é atribuída e à proximidade que mantém com a dor e o sofrimento alheio, os profissionais de enfermagem – enfermeiros, técnicos e auxiliares – se deparam frequentemente com uma série de situações adversas no exercício de suas atividades, o que pode ensejar uma condição de esgotamento físico e mental (BRITTO; CARVALHO, 2003). Os profissionais que trabalham no âmbito hospitalar, mais especificamente, encontram-se expostos ainda a outros estressores ocupacionais, tais como o cumprimento de longas jornadas de trabalho, a inadequação de equipamentos e o contato com situações de riscos químicos e físicos, conforme apontam Rosa e Carlotto (2005) e Silva, Loureiro e Peres (2008).

Para Santos (2003), as Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) representam um setor especialmente estressor para os profissionais de enfermagem no âmbito hospitalar na medida em que são voltadas ao atendimento de pacientes graves que exigem observação contínua, suporte permanente e intervenção em situações de emergência. Tal fato se torna patente levando-se em consideração que, em uma pesquisa realizada com profissionais de enfermagem lotados em UTIs de hospitais públicos brasileiros, Coronetti et al. (2006) identificaram como estressores ocupacionais fatores associados ao ambiente físico e ao trabalho, dentre os quais se destacaram o barulho excessivo e a ventilação inadequada, por um lado, e a sobrecarga de atividades e a falta de continuidade das ações, por outro lado.

Contudo, a pesquisa em questão revelou ainda que fatores associados ao relacionamento interpessoal da equipe de enfermagem – tais como a falta de cooperação e a comunicação deficiente – também se afiguram como estressores ocupacionais. Trata-se de um achado com importantes implicações práticas, uma vez que, como alertam Carvalho e Malagris (2007), a qualidade dos cuidados oferecidos por qualquer profissional de saúde não depende apenas de sua habilidade técnica, mas também de seu bem-estar psicológico. Partindo-se dessa premissa, a saúde mental dos profissionais de saúde vem se destacando nos últimos anos como um tema de pesquisa recorrente na literatura científica especializada.

Uma pesquisa que explora as relações entre o trabalho e a qualidade de vida de médicos e enfermeiros lotados em UTIs pediátrica e neonatal – Fogaça et al. (2009) – exemplifica essa tendência. Os resultados obtidos revelam que os profissionais pesquisados empreendem intensos esforços diante das demandas inerentes ao exercício profissional, sobretudo quando o suporte de colegas e supervisores é considerado insatisfatório. Com isso, eles tendem a apresentar sintomas físicos e psicológicos, o que fomenta, inclusive, a dependência de medicamentos. Assim, conclui-se que o trabalho repercute negativamente na qualidade de vida dos médicos e enfermeiros em questão.

A despeito das evidências de que os profissionais de enfermagem, atuando como provedores de cuidados básicos no âmbito hospitalar, encontram-se continuamente expostos a situações desgastantes, Costa, Lima e Almeida (2003) salientam que pouca atenção por parte de gestores tem sido dedicada à saúde mental dos mesmos e, em um sentido mais amplo, dos profissionais de saúde como um todo. O que se observa é que o assunto em pauta vem sendo explorado por diversos pesquisadores, entretanto têm sido relatadas poucas práticas capazes de minimizar os desdobramentos dos estressores ocupacionais com os quais os profissionais de enfermagem são obrigados a conviver diariamente.

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência acumulada até o momento no desenvolvimento de uma intervenção baseada em grupos de encontro com profissionais de enfermagem da UTI de um hospital universitário. A finalidade básica de tais grupos tem sido auxiliar os participantes a vislumbrarem novas possibilidades de se relacionarem entre si, contribuindo diretamente para a convivência no contexto do trabalho.

Essa finalidade, a propósito, foi definida a partir de um levantamento prévio de informações junto aos profissionais de enfermagem em questão e levou em consideração a demanda apresentada pela chefia do setor quando solicitada a intervenção.

### **CONTEXTUALIZAÇÃO DA INTERVENÇÃO**

A princípio, deve-se esclarecer que a opção por uma intervenção baseada em grupos se deu em função da necessidade de contemplar os profissionais de enfermagem em situação, sem isolá-los de sua rede interacional. Os grupos tornam isso possível na medida em que, independentemente da população a qual se destinam, têm o mérito de fomentar uma produção coletiva de significados capaz de ser explorada na busca de soluções para os problemas comuns (ZIMERMAN, 2000). Além disso, hoje, como destaca Osório (2000), vive-se a era da grupalidade, pois, para atingir suas metas pessoais e profissionais, já não basta um esforço individual sem a inserção do sujeito no coletivo.

Mas por que, dentre as diversas modalidades assistenciais grupais, considerou-se oportuno privilegiar os grupos de encontro? Ocorre que os grupos de encontro se destacam como intervenções de duração limitada por meio das quais a expressividade emocional de seus participantes é estimulada, buscando-se, assim, a provisão de experiências capazes de ensejar mudanças de comportamentos, valores e atitudes (YALOM; LESZCZ, 2005). Procurou-se, mais especificamente, trabalhar com questões referentes aos relacionamentos interpessoais dos participantes, visando amenizar as dificuldades vivenciadas pelos mesmos no contexto do trabalho.

Os grupos de encontro foram considerados particularmente apropriados a essa finalidade por serem capazes de promover o crescimento pessoal, o desenvolvimento da comunicação e o aperfeiçoamento das relações interpessoais por meio de um processo experiencial (ROGERS, 1978). Afinal, promovem a mobilização de potencialidades a partir do intercâmbio de emoções associadas a vivências comuns. É basicamente dessa maneira que o indivíduo passa a conhecer a si próprio e também aos outros com uma profundidade maior do que seria possível a partir de relações habituais. Para tanto, contudo, é imprescindível, conforme Moreira (1999), que o grupo seja percebido pelos participantes como um espaço seguro para a autoexpressão.

### **CARACTERIZAÇÃO DA INTERVENÇÃO**

Até o momento, ao longo de um ano de intervenção, foram realizados cinco grupos de encontro distintos, cada um deles desenvolvidos ao longo de seis sessões, totalizando, portanto, 30 sessões. O número de participantes de cada um dos grupos variou de três a cinco, somando 17 profissionais de enfermagem ao todo. Cumpre assinalar que a coordenação dos

grupos ficou a cargo de estagiárias em Psicologia - devidamente treinadas e supervisionadas para tanto por professores de Psicologia de uma universidade pública. Por fim, é preciso esclarecer que as sessões ocorreram em uma sala reservada nas dependências do hospital universitário no qual os participantes trabalhavam, local esse escolhido com o intuito de favorecer o acesso dos mesmos aos grupos.

A efetividade de qualquer modalidade assistencial depende da instituição de um enquadre, ou seja, de procedimentos que organizam, normatizam e possibilitam o funcionamento grupal (ZIMERMAN, 2000). A propósito do enquadre dos grupos de encontro em questão, deve-se destacar, com o intuito de caracterizá-los, que os mesmos se afiguraram como grupos fechados dos quais participaram os profissionais de enfermagem do setor que demonstraram interesse para tanto e se comprometeram a permanecer até o final da intervenção, sendo que, de comum acordo, a entrada de novos participantes no decorrer do processo não foi permitida. A opção por grupos fechados é uma estratégia de extrema relevância em grupos de encontro, na medida em que, para Moreira (1999), estimula a troca de experiências e o aprofundamento das relações entre os participantes.

Os grupos de encontro em questão tiveram duração limitada, de modo que foram desenvolvidos ao longo de seis sessões semanais de cerca de uma hora e trinta minutos de duração. Preterindo-se modalidades assistenciais de duração ilimitada, procurou-se evitar um processo de institucionalização que, conforme alerta Osório (1997), poderia, caso fosse implementado, conduzir à emergência de determinados mecanismos obstrutivos capazes de comprometer insidiosamente a resolutividade dos grupos. Afinal, alguns mecanismos obstrutivos – decorrentes, sobretudo, de disputas de poder – encontravam-se operantes antes do início da intervenção, minimizando a cooperação necessária para o trabalho em equipe.

Ainda sobre o enquadre, vale mencionar que os grupos de encontro em questão se afiguraram como grupos homogêneos, pois foram convidados a participar da intervenção apenas os profissionais de enfermagem – enfermeiros, técnicos e auxiliares – do setor. Deve-se esclarecer que todos eles eram do sexo feminino. Não obstante, havia certa heterogeneidade entre os participantes no que se refere a outras variáveis devido à existência de diferenças em termos de idade, escolaridade e estado civil. Porém, um critério de homogeneização básico foi observado com o intuito de promover entre os participantes o senso de universalidade, o qual, para Corey e Corey (2006), fomenta a redução do estigma associado à vivência de problemas semelhantes.

## **AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO**

Os resultados obtidos com a intervenção até o momento, embora preliminares, têm sido bastante satisfatórios. A utilização de exercícios estruturados por parte das coordenadoras vem sendo determinante para tanto na medida em que tem proporcionado a aceleração das

interações que se estabelecem entre os participantes. A experiência acumulada, assim, referenda que, como já propuseram Yalom e Leszcz (2005), o recurso a atividades previamente planejadas tende a desempenhar um papel importante no sentido de potencializar a concentração dos participantes na tarefa dos grupos de encontro, o que é essencial em modalidades assistenciais de duração limitada.

Os exercícios estruturados obviamente dirigem os processos grupais, o que nem sempre é proveitoso em grupos de encontro, na medida em que isso pode dificultar o desenvolvimento da autonomia dos participantes (ROGERS, 1978; MOREIRA, 1999). Porém, os temas trazidos pelos participantes foram devidamente acolhidos e valorizados pelas coordenadoras a partir da adoção de uma postura empática. Afinal, sabe-se que, em grupos de encontro, comumente se mostram mais resolutivos os coordenadores que fornecem uma quantidade moderada de estimulação, sugerindo atividades e estabelecendo limites e, ao mesmo tempo, demonstram uma postura reflexiva, assumindo uma atitude suportiva capaz de favorecer a atribuição de significados às experiências relatadas.

O senso de universalidade se destacou como o fator terapêutico prevalente ao longo de toda a intervenção. Ocorre que os grupos de encontro, funcionando como galerias de espelhos, nos termos de Zimerman (2000), possibilitaram aos participantes se sentirem refletidos nos e pelos outros. Esse processo, inclusive, amenizou os mecanismos obstrutivos que, como mencionado, encontravam-se operantes antes do início da intervenção, favorecendo, como consequência, o resgate da vitalidade da equipe de enfermagem enquanto sistema social. Compartilhar, portanto, os auxiliou a conviver.

Foge ao escopo do presente estudo detalhar tais mecanismos obstrutivos. Entretanto, deve-se esclarecer que os grupos de encontro se revelaram capazes de amenizá-los ao evidenciar que o respeito às diferenças e o diálogo aberto são imprescindíveis para que possam ser minimizados certos riscos inerentes ao trabalho em equipe. Dentre eles, podem-se destacar sentimentos de insegurança ou de onipotência oriundos de tentativas de defesa dos espaços conquistados e dos privilégios adquiridos quando da existência de discriminações hierárquicas.

Em suma, a experiência acumulada até o momento com a intervenção reforça, em primeiro lugar, que, como propõe Santos (2003), modalidades assistenciais grupais podem se revelar frutíferas no sentido de minimizar os efeitos negativos dos estressores ocupacionais aos quais se encontram expostos os profissionais de enfermagem, sobretudo quando exercem suas atividades em UTIs. Em segundo lugar, salienta que os grupos de encontro são capazes de aperfeiçoar a comunicação e o relacionamento entre seus participantes e, tal como defende Moreira (1999), fomentar, por meio de um processo experiencial, o crescimento pessoal.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo ressalta que os grupos de encontro, na medida em que podem auxiliar seus participantes a vislumbrar novas possibilidades de se relacionarem entre si, são capazes de contribuir para a convivência de profissionais de enfermagem no contexto do trabalho. Porém, modalidades assistenciais de longa duração podem ser necessárias para a consolidação das referidas possibilidades, sobretudo porque os mesmos se encontram continuamente expostos a situações de estresse ocupacional. Tais modalidades assistenciais, não obstante, devem ser desenvolvidas com extremo cuidado para que não ocorra um processo de institucionalização, potencialmente favorecedor da emergência ou acentuação de mecanismos obstrutivos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRITTO, E. S.; CARVALHO, A. M. P. Stress, *coping* (enfrentamento) e saúde geral dos enfermeiros que atuam em unidades de assistência a portadores de AIDS e problemas hematológicos. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 24, n. 3, p. 365-372, 2003.
- CARVALHO, L.; MALAGRIS, L. C. M. Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 3, p. 210-222, 2007.
- COREY, M. S; COREY, G. **Groups: process and practice**. London: Thomson, 2006.
- CORONETTI, A. et al. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, Florianópolis, v. 35, n. 4, p. 35-43, 2006.
- COSTA, J. R. A.; LIMA, J. V.; ALMEIDA, P. C. Stress no trabalho do enfermeiro. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 63-71, 2003.
- FOGAÇA, M. C. et al. Estresse ocupacional e suas repercussões na qualidade de vida de médicos e enfermeiros intensivistas pediátricos e neonatais. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 299-305, 2009.
- MOREIRA, V. Grupo de encontro com mulheres vítimas de violência intrafamiliar. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 4, n. 1, p. 61-77, 1999.
- OSÓRIO, L. C. Processos obstrutivos nos sistemas sociais, nos grupos e nas instituições. In: ZIMEMAN, D. E.; OSÓRIO, L. C. (Orgs.). **Como trabalhamos com grupos**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997. p. 69-74.
- OSÓRIO, L. C. **Grupos: teorias e práticas**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- ROGERS, C. **Grupos de encontro**. São Paulo: Martins Fontes, 1978.
- ROSA, C.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout e satisfação no trabalho em profissionais de uma instituição hospitalar. **Revista da SBPH**, Belo Horizonte, v. 8, n. 2, p. 1-15, 2005.
- SANTOS, M. A. Perto da dor do outro, cortejando a própria insanidade: o profissional de saúde e a morte. **Revista da SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 4, n. 4, p. 43-51, 2003.

SILVA, D. C. M.; LOUREIRO, M. F.; PERES, R. S. Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. **Psicologia Hospitalar**, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 39-51, 2008.

YALOM, I. D.; LESZCZ, M. **The theory and practice of group psychotherapy**. New York: Basic, 2005.

ZIMERMAN, D. E. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

**Endereço para correspondência**

Rodrigo Sanches Peres  
E-mail: rodrigosanchesperes@yahoo.com.br

Recebido em 16/06/2011.  
1ª revisão em 30/06/2011.  
Aceite final em 26/07/2011.

---

<sup>1</sup> Rodrigo Sanches Peres é psicólogo pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, campus Assis. É mestre e doutor em Psicologia pela Universidade de São Paulo. Especialista em Psicologia Clínica. Professor do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). E-mail: rodrigosanchesperes@yahoo.com.br.

<sup>2</sup> Maristela de Souza Pereira é psicóloga, mestre em Psicologia e professora do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

<sup>3</sup> Fábria Tunísia Alves Xavier é psicóloga e residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

<sup>4</sup> Flávia Miranda de Oliveira é psicóloga e mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia (UFU).