

Trabalho apresentado no 14º CBCENF

Título: O ENFERMEIRO CUIDANDO DO ESTRESSE DO PROFISSIONAL DE SAÚDE
Relatoria: Zaira Santiago de Lima Damázio
IUNARA MAIA DA SILVA
Autores: GENILDA MARTINS DE MELO
Eteniger Marcela Fernandes de Oliveira
Modalidade: Pôster
Área: A enfermagem e o terceiro setor
Tipo: Relato de experiência
Resumo:

INTRODUÇÃO: Este trabalho visa demonstrar à promoção a saúde de trabalhadores que lidam com o stress cotidiano de atendimentos em uma unidade básica de saúde, que sempre estão pronto para atender, ouvir, mas nem sempre são lembrados como um ser holístico que necessita também de todos os cuidados, mediante isto, acadêmicas de enfermagem do V eixo temático FACEX - Faculdade de Ciências, Cultura e Extensão do RN, fizeram uma tarde para que aqueles trabalhadores liberassem suas energias, sentimentos e angustias com a temática “Xô estresse”, visando uma melhor qualidade de vida para esses trabalhadores como também a melhoria do serviço prestado por eles. O trabalho foi desenvolvido na (UBS) Unidade Básica de Saúde de Monte Castelo na cidade de Parnamirim- RN, por Acadêmicas do V eixo temático de enfermagem, visando à promoção a saúde dos trabalhadores daquela unidade com um momento humanescente e relaxante onde o trabalho foi esquecido e somente o ser foi envolvido de uma maneira única o ser psicossocial existente dentro de cada um. **METODOLOGIA:** Foram utilizados recursos lúdicos como a musicoterapia, o relaxamento e dinâmicas de integração entre os participantes. **DESENVOLVIMENTO:** O stress do trabalhador da saúde é um dos maiores índices de atestado médico, pois englobam várias doenças. Os sintomas físicos do estresse mais comuns são: fadiga, dores de cabeça, insônia, dores no corpo, palpitações, alterações intestinais, náusea, tremores e resfriados constantes. Visando isso, esses profissionais foram submetidos a um momento que suas emoções eram expostas através de uma viagem através da musicoterapia e do relaxamento envolvendo questões de seu cotidiano em que era necessário o desprendimento de tudo onde naquele momento só existia ele. Em um segundo momento, fizemos a “dinâmica do presente” que integra os participantes de uma maneira harmônica em que cada um passava esse presente para a qualidade especificada pelo narrador. **CONCLUSÃO:** Pelo exposto, podemos perceber que o estresse nos profissionais da saúde é algo muitas vezes tratado com banalidade, mas é algo muito sério e de primordial importância, pois aponta para o diferencial - a melhoria da qualidade de vida e do serviço do profissional como também dos usuários que por eles são atendidos.