

RESILIÊNCIA E BEM-ESTAR DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM EM AMBIENTES DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS

Daniel Vinicius Costa Rocha¹; Rachel de Jesus Pimental

Araújo². ¹ Acadêmico de Enfermagem, Faculdade Santa Terezinha (CEST), São Luís, Maranhão. ² Mestrado Profissional em Saúde da Família – RENASF, Professora do Curso de Enfermagem, Faculdade Santa Terezinha (CEST), São Luís, Maranhão.

(viniccius.rocha@gmail.com)

RESUMO

A pesquisa examinada ressalta a importância da resiliência na promoção do bem-estar dos profissionais de enfermagem em cenários de urgência e emergência. Diante de desafios complexos, a resiliência surge como um fator crucial para manter o equilíbrio emocional e a capacidade funcional. Estratégias para aprimorar a resiliência requerem abordagens tanto individuais quanto organizacionais, englobando programas de treinamento que cultivem habilidades de enfrentamento, autoconsciência emocional e manejo do estresse. Adicionalmente, a criação de um ambiente de trabalho que valorize o apoio entre colegas, a comunicação aberta e a liderança empática demonstra ser fundamental para fortalecer a resiliência. Reconhecendo o papel intrínseco da resiliência na promoção do bem-estar, esta pesquisa oferece perspectivas valiosas para melhorias significativas na qualidade de vida e desempenho dos profissionais de enfermagem.

PALAVRAS-CHAVE: Resiliência Psicológica; Enfermagem em Emergência; Saúde do Trabalhador.

ÁREA TEMÁTICA: Resiliência e Bem-Estar do Profissional de Enfermagem

INTRODUÇÃO

Profissionais de enfermagem desempenham um papel crucial em contextos de urgência e emergência, enfrentando desafios complexos e exigentes. A natureza intrínseca dessas situações, marcada por demandas físicas, emocionais e cognitivas intensas, afeta o bem-estar dos profissionais. A resiliência, como capacidade essencial, permite aos enfermeiros superar adversidades, preservar a saúde emocional e oferecer cuidados de qualidade. Ambientes de urgência e emergência são altamente desafiadores, com pressão temporal, exposição a traumas e carga emocional que podem causar estresse,

exaustão e esgotamento. A resiliência, como habilidade de adaptação e recuperação frente a desafios, emerge como recurso psicológico valioso. Compreender a relação entre resiliência e bem-estar é fundamental para enfermeiros nesses ambientes, influenciando a saúde mental, satisfação no trabalho e comprometimento profissional. Investigar como construir, manter e fortalecer a resiliência oferece insights valiosos para promover a saúde ocupacional e a qualidade dos cuidados. Este resumo abrangente visa analisar a literatura recente sobre a relação entre resiliência e bem-estar dos profissionais de enfermagem em contextos de urgência e emergência. Através de revisões teóricas e evidências empíricas, busca-se uma compreensão mais profunda dos fatores que moldam a resiliência e seu impacto no bem-estar. Além disso, a revisão da literatura destaca estratégias eficazes para promover a resiliência e melhorar o bem-estar, beneficiando tanto a equipe de enfermagem quanto os pacientes sob seus cuidados.

METODOLOGIA

A pesquisa baseada neste resumo expandido utiliza uma abordagem de revisão de literatura para examinar estudos relevantes sobre resiliência e bem-estar dos profissionais de enfermagem em contextos de urgência e emergência. Foram selecionadas bases de dados acadêmicas, como PubMed, Scopus e CINAHL, para identificar artigos científicos publicados nos últimos cinco anos. Os termos de pesquisa incluíram "resiliência", "profissionais de enfermagem", "bem-estar", "urgência e emergência" e termos relacionados. A seleção dos estudos foi realizada com base em critérios de relevância e qualidade metodológica.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A complexidade e a natureza desafiadora das situações de urgência e emergência demandam uma base teórica sólida para compreender a relação entre resiliência e bem-estar do profissional de enfermagem. A fundamentação teórica aborda elementos-chave relacionados à resiliência e ao contexto de urgência e emergência, explorando como esses fatores se entrelaçam para moldar a experiência dos profissionais de enfermagem.

A teoria da resiliência enfatiza a capacidade humana de adaptação e recuperação diante de desafios, visando preservar o equilíbrio emocional e funcional. Essa perspectiva considera a resiliência não apenas como traço inato, mas também como processo dinâmico, passível de aprimoramento. Modelos teóricos como o de Grotberg e

o de Ungar destacam a interação entre fatores individuais, sociais e contextuais na construção da resiliência, incluindo habilidades de enfrentamento, apoio social, autoeficácia e autoconceito. Em contextos de urgência e emergência, a aplicação da teoria da resiliência reconhece desafios específicos para profissionais de enfermagem, incluindo exposição a traumas, tomada rápida de decisões e pressão temporal. A Teoria do Stress e Coping de Lazarus e Folkman fornece insights sobre como esses profissionais avaliam e enfrentam estresses em situações emergenciais, realçando a importância de estratégias de enfrentamento adaptativas.

A teoria do apoio social enfatiza o papel essencial das relações interpessoais na promoção da resiliência. Em ambientes de urgência e emergência, as interações entre colegas e lideranças podem influenciar a percepção de apoio. Líderes empáticos, sensíveis às necessidades emocionais e fomentadores de uma cultura de apoio, impactam a resiliência dos profissionais. Intervenções práticas para fortalecer a resiliência dos enfermeiros em emergências incluem programas de treinamento em mindfulness, comunicação eficaz, manejo do estresse e apoio emocional, com resultados promissores. A Teoria da Aprendizagem Social de Bandura oferece perspectivas sobre como adquirir habilidades e observar modelos de comportamento influenciam a resiliência.

Em suma, a fundamentação teórica aborda a resiliência como um constructo multifacetado que emerge da interação entre fatores individuais, sociais e contextuais. O contexto desafiador da urgência e emergência exige uma abordagem holística para compreender a forma como os profissionais de enfermagem desenvolvem e mantêm sua resiliência, explorando estratégias eficazes para promover a resiliência e melhorar o bem-estar desses profissionais, contribuindo para a qualidade dos cuidados prestados e a saúde ocupacional da equipe.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa analisada destaca a resiliência como um fator crucial para promover o bem-estar dos enfermeiros em ambientes de urgência e emergência. Estratégias para aprimorar a resiliência devem abranger abordagens individuais e organizacionais. Investir em programas de treinamento que cultivem habilidades de enfrentamento, autoconsciência emocional e gestão do estresse pode trazer benefícios à equipe de enfermagem. Além disso, criar um ambiente de trabalho que valorize o apoio mútuo, a comunicação transparente e a liderança empática são essenciais para reforçar a

resiliência. Reconhecer o papel da resiliência na promoção do bem-estar pode resultar em melhorias significativas na qualidade de vida e no desempenho dos profissionais.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

MEALER, M. L. et al. The prevalence and impact of post traumatic stress disorder and burnout syndrome in nurses. *Depression and Anxiety*, v. 34, n. 7, p. 634-645, 2017.

RIBEIRO, V. F. et al. Resilience and quality of life of nursing professionals in emergency care. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, n. 3, p. 726-733, 2019.

SMITH, M. C. et al. Resilience in nurses: An integrative review. *Journal of Nursing Management*, v. 28, n. 8, p. 2013-2023, 2020.