

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI
CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

JÉSSICA LOPES VENTURA ALVES

**ELABORAÇÃO DE FOLDER EDUCATIVO PARA PROFISSIONAIS DO SERVIÇO
DE ATENDIMENTO MÓVEL DE URGÊNCIA (SAMU) SOBRE ESTRESSE
OCUPACIONAL**

PICOS – PIAUÍ
2016

JÉSSICA LOPES VENTURA ALVES

**ELABORAÇÃO DE FOLDER EDUCATIVO PARA PROFISSIONAIS DO SERVIÇO
DE ATENDIMENTO MÓVEL DE URGÊNCIA (SAMU) SOBRE ESTRESSE
OCUPACIONAL**

Monografia apresentada ao Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí - Campus Senador Helvídio Nunes de Barros, como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Me. Marcos Renato de Oliveira.

PICOS- PIAUÍ
2016

FICHA CATALOGRÁFICA

Serviço de Processamento Técnico da Universidade Federal do Piauí

Biblioteca José Albano de Macêdo

A474e Alves, Jéssica Lopes Ventura.

Elaboração de folder educativo para profissionais de serviço de atendimento móvel de urgência sobre estresse ocupacional / Jéssica Lopes Ventura Alves. Picos – 2016.

CD-ROM : il.; 4 ¼ pol. (32 f.)

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Universidade Federal do Piauí, Picos, 2017.

Orientador(A): Prof. Me. Marcos Renato de Oliveira

1 .Estresse Ocupacional. 2.Profissionais da Saúde.
3.SAMU-Intervenção. I. Título.

CDD 610.734

JÉSSICA LOPES VENTURA ALVES

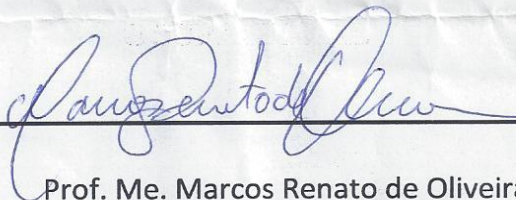
**ELABORAÇÃO DE FOLDER EDUCATIVO PARA PROFISSIONAIS DO
SERVIÇO DE ATENDIMENTO MÓVEL DE URGÊNCIA SOBRE ESTRESSE
OCUPACIONAL**

Monografia para apresentação ao Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí - Campus Senador Helvídio Nunes de Barros, como requisito necessário para obtenção do grau de bacharel em Enfermagem.

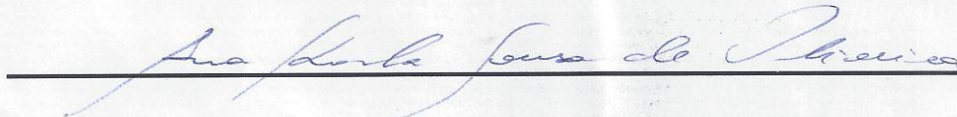
Orientador: Prof. Me. Marcos Renato de Oliveira.

Aprovado em: 27/07/2016

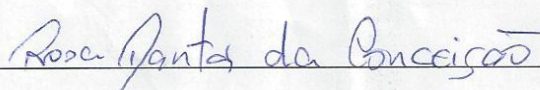
BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Marcos Renato de Oliveira
Universidade Federal do Piauí-UFPI/CSHNB
Presidente da Banca



Prof.ª Me. Ana Karla Sousa de Oliveira
Universidade Federal do Piauí-UFPI/CSHNB
1º Examinador



Enfermeira Rosa Dantas da Conceição
Coordenadora Geral SAMU
Universidade Federal do Piauí-UFPI/CSHNB
2º Examinador

AGRADECIMENTOS

A Deus pelo dom da vida, pela proteção à minha família e por todas graças recebidas em minha vida até hoje. Sou grata por tudo.

A minha família, minha mãe, Núbia, meus irmãos, Bruno, Danilo e Gabriela, meu pai, Antônio, a minha querida e amada avó, Norberta, as minhas tias, Maria Francisca e Iracilda e as minhas lindas Daniela e Lara que sempre me apoiaram, incentivaram, me compreenderam e me deram forças nos momentos difíceis. Muito obrigada pela paciência, compressão, pelo apoio, amor, carinho e dedicação. Sou grata pela disposição em contribuírem para minha formação. Agradeço pelo incentivo, empenho e patrocínio.

A “turma mais bonita da UFPI”, por partilhar bons momentos na universidade. Agradeço pelo apoio nos momentos difíceis, assim como as alegrias e diversão compartilhada. Muito obrigada turma de enfermagem por fazerem parte da minha história. Em especial aos amigos, Driele Rocha, Ingrid Mellyne, Stefany Moreira, Thaís Rocha, Calina Vasconcelos, Raylane Rodrigues e Regiane.

Aos professores que contribuíram para minha formação. Em especial, ao professor orientador Me. Marcos Renato, pela paciência, tranquilidade e por ter disponibilizado tempo para ajudar na elaboração deste trabalho.

Aos amigos, por compreenderem minha ausência durante alguns períodos, e a todos aqueles que de alguma forma contribuíram para a realização desse trabalho, muito obrigada!

“Dê o primeiro passo acreditando no que está fazendo. Você não precisa ver a escada. Apenas dê o primeiro passo.” Martin Luther King.

RESUMO

O trabalho é uma das práticas mais importantes da vida, por dar acesso ao crescimento, transformação, reconhecimento e independência, mas por outro lado pode também ser fonte de adoecimento, podendo haver constantes momentos de estresses e preocupações ao longo do tempo, que de um modo ou de outro trazem impactos destrutíveis a saúde do trabalhador. Dessa forma objetivou-se elaborar um folder educativo para profissionais do SAMU acerca do Estresse Ocupacional. Trata-se de um estudo do tipo qualitativo com a utilização da metodologia da pesquisa-ação. Na qual o pesquisador pode intervir dentro de uma problemática social, analisando-a e anunciando seu objetivo de forma a mobilizar os participantes, construindo novos saberes. Propôs-se, nesta pesquisa, elaborar um material educativo, por meio de um folder educativo sobre o estresse ocupacional. Ressaltando os sinais e sintomas do estresse ocupacional, fatores contribuintes para o mesmo, e medidas de prevenção e tratamento, aos profissionais que atuam no SAMU. Deste modo, conclui-se que a elaboração do conteúdo do folder possa contribuir para o bom desempenho no trabalho, preservando a sua integridade, o que nem sempre é fácil. Fazendo-se necessárias mudanças para tentar humanizar o ambiente ocupacional, mesmo sabendo que há imensa dificuldade. Portanto é preciso abordagens inovadoras, criativas, com bases técnico-científicas. A articulação de diferentes abordagens e enfoques é necessária para entender e intervir na saúde dos trabalhadores, sugerindo-se pesquisas futuras, investigação com relação aos mecanismos estressores que atuam junto aos profissionais de saúde do SAMU, objetivando implementar um programa de prevenção ou confronto a estes mecanismos.

Palavras –chave: Estresse Ocupacional. Profissionais de saúde. SAMU. Intervenção.

ABSTRACT

The work ends up being one of the most important practices of life, for giving access to the growth, processing, recognition and independence, but on the other hand can also be a source of illness and may be constant moments of stress and concerns over time, which one way or another bring destructible impacts worker health. Thus it aimed to develop an educational brochure for SAMU professionals about Occupational Stress. This is a qualitative study, using the methodology of action research. In which the researcher can intervene within a social problem, analyzing it and announcing his goal to mobilize participants, building new knowledge. It was proposed in this research, develop an educational material, through an educational brochure on occupational stress. Underlining the signs and symptoms of occupational stress factors contributing to it, and prevention and treatment, the professionals working in the SAMU. Thus, it is concluded that the preparation of the folder content can contribute to the good performance in working, preserving their integrity, which is not always easy. By making necessary changes to try to humanize the workplace, even though there is great difficulty. So we need innovative, creative approaches, with technical and scientific basis The articulation of different approaches and approaches is needed to understand and intervene in the health of workers, suggesting future research, research in relation to stressors mechanisms that work with health professionals SAMU, aiming to implement a prevention program or confrontation to these mechanisms

Keywords: Stress Occupational. Health professionals.. Emergency Medical Services Intervention

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	9
2	OBJETIVOS.....	11
2.1	Geral.....	11
2.1	Específicos.....	11
3	REVISÃO DE LITERATURA.....	12
3.1	O trabalho na sociedade.....	12
3.2	O estresse e suas variáveis	14
3.3	O trabalho no setor saúde com enfoque em emergência	16
4	MÉTODOS.....	18
4.1	Tipo de estudo.....	18
4.2	O processo de construção do folder.....	18
4.2.1	A sistematização do conteúdo.....	18
4.2.2	A seleção e elaboração das ilustrações.....	18
4.2.3	A composição do folder	19
4.2.4	Procedimentos éticos e legais.....	19
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
5.1	O folder.....	20
5.2	Seleção das Ilustrações.....	21
5.3	O conteúdo	22
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
	REFERÊNCIAS.....	26
	ANEXOS	29
	Anexos A – Fichas de Avaliação	30

1. INTRODUÇÃO

Considerado uma prática fundamentalmente humana, o trabalho, hoje em dia significa muito mais do que a venda da força em prol de uma remuneração, ele foi ocupando a maior parte da vida do indivíduo. Antes sua finalidade que era somente suprir as necessidades básicas de subsistência, passou a ser um ponto essencial na vida do ser humano. Ademais, o trabalho proporciona status, auto-realização e manutenção de relações interpessoais. Contudo a rotina do trabalho torna-se um espelho, que reflete diretamente na saúde do indivíduo, que com os diversos e constantes momentos de estresses e preocupações ao longo do tempo podem trazer consequências destrutíveis a saúde do trabalhador.

O trabalho converte-se em uma das práticas mais importantes da vida, visto que dá acesso ao crescimento, transformação, reconhecimento e independência, (BEZERRA, 2012). O trabalhador expressa sua satisfação quando se alcança resultados, referentes ao grau de realização de suas necessidades, preferências, expectativas profissionais, no fundo percebe que aquilo se conquistou como por exemplo : dinheiro, sucesso, amizades, prestígio entre outros, nada mais são do que frutos do seu suor.

Nesse contexto, a saúde ocupacional é de suma importância. Já que preserva a saúde dos trabalhadores, e contribui direta e positivamente à produtividade, motivação e satisfação no trabalho, melhorando assim de forma geral a qualidade de vida dos indivíduos e da sociedade como um todo.

Dentre as variadas ocupações no âmbito do trabalho o setor da saúde, e principalmente na área de urgência e emergência, os profissionais acabam sendo expostos a diversos fatores que predispõe o risco de adoecimento. Nesse seguimento, o foco desta pesquisa é elaborar um folder educativo para os profissionais que atuam em Serviços de Atendimento Móvel de Urgência e Emergência (SAMU) sobre o Estresse Ocupacional.

No Brasil, o SAMU nasceu a partir da instituição da Política Nacional de Redução da Mortalidade por Acidentes e Violência instituída através da Portaria GM/MS nº 737 de 16/05/2001 (NASCIMENTO, 2015). O serviço de atendimento pré-hospitalar (APH) tem por finalidade prestar atendimento em situações de urgência e emergência clínica ou traumática, durante o transporte até uma instituição de destino, com o suporte específico para o tipo de urgência ou emergência (LÚCIO, 2013).

Segundo Silva (2014) a sobrecarga física e emocional do trabalhador do SAMU esta diretamente relacionada com o das unidades de urgência/emergência. Uma vez que estão expostos a sentimentos de dor, ao sofrimento alheio, a ausência de recursos humanos e materiais, e há uma maior tensão psicológica, em virtude do tempo resposta reduzida e a maior exposição a riscos ambientais.

O estresse no trabalho é vivenciado por estes profissionais que atuam principalmente em SAMU, afetando a comunicação, o desempenho do profissional e causando ansiedade. Isso por ter que tomar decisões e sempre estar atento à gravidade dos pacientes, à mudança no estado geral da vítima e a morte, sendo mais susceptíveis a desenvolver estresse devido à sobrecarga de trabalho (MESQUITA, 2014).

Corroborando com a problemática Silva (2011) e Bezerra (2012) comprovam em seus estudos que com o passar do tempo e permanência a exposição do trabalhador a fatores estressantes, os mesmos desenvolvem doenças psicossomáticas. Esses fatores estressantes são caracterizados por condições desfavoráveis de trabalho, problemas de comunicação e trabalho noturno.

Muitos profissionais executam seu trabalho com pouca ou nenhuma consciência do estresse que enfrentam. Por conseguinte, o conhecimento dos estressores torna-se imprescindível para seu correto enfrentamento, caso contrário, não terá resolução e poderá levar o trabalhador ao desgaste físico e emocional, diminuindo, portanto, seu bem-estar (SILVA, 2014).

Ressaltando assim a relevância em construir um material educativo no formato de um folder para os profissionais do SAMU acerca do estresse ocupacional, visando a melhoria da qualidade de vida no ambiente de trabalho no qual esses profissionais atuam. O material apresenta medidas de controle do estresse ocupacional para tentar minimizar o desgaste e sofrimento, tornando o trabalho mais eficaz.

Sendo justificável a realização desse estudo, devido a necessidade de favorecer a melhoria da qualidade de vida no trabalho á um grupo de profissionais que lidam no seu cotidiano com situações que requerem grande nível de atenção e constante estado de alerta, e conseguem identificar a alteração psíquica do paciente mais não entende as suas próprias alterações. Sendo que os atuam nessa área precisam de equilíbrio físico, psicológico e social, visto que, estes três elementos podem influenciar na forma de agir e na qualidade da assistência.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral

- Elaborar um folder educativo para profissionais do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência sobre Estresse Ocupacional.

2.2 Específico

- Selecionar conteúdos para a construção de um folder educativo para profissionais do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência sobre Estresse Ocupacional.

3. REVISÃO DE LITERATURA

O estudo foi realizado por meio de busca online das produções científicas nacionais sobre Estresse ocupacional em profissionais do SAMU, no período de 2015 a 2016. As bases de dados utilizadas foram: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Bases de Dados em Enfermagem (BDENF), SCIELO e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE). As pontuações a seguir caracterizam o tema em questão.

3.1 O trabalho na sociedade

Podemos definir o trabalho como qualquer atividade exercida pelo ser humano, com objetivo de fazer, transformar ou obter algo. O trabalho sempre fez parte da vida dos seres humanos e por meio dele se alcançou desenvolvimento e o status atual.

Inserido no contexto da vida, o tema trabalho, tem sido objeto de estudo em vários campos. O trabalho gera conhecimentos, possibilita ao homem concretizar seus sonhos, atingir suas metas e objetivos de vida, além de ser uma forma de expressão, não sendo visto somente como forma de obter renda (KUBO, 2014).

Para se discutir o significado do trabalho é preciso analisar a vida das pessoas na sociedade moderna, que tem sofrido modificações devido a novas tecnologias e novas estruturas de força de trabalho, implicando mudanças nos valores dos conceitos relacionados ao trabalho (KUBO, 2014).

Sabendo-se que o trabalho é uma atividade presente nas diversas culturas, e que foi através dele que as civilizações conseguiram satisfação pessoal, desenvolvimento econômico entre outros, é que ele é e sempre foi muito valorizado em todas as sociedades.

A expressão utilizada por Arendt (2009), *vita activa* que busca designar a vida humana na medida em que se empenha ativamente em fazer algo, compreende três atividades humanas fundamentais: o labor, o trabalho e ação. Sendo o labor condição própria da vida, ou seja, tem como finalidade a satisfação das necessidades vitais, correspondendo ao processo biológico do corpo humano no ciclo vital da espécie.

Já o trabalho, corresponde a parte artificial da existência humana, tendo como traço a produção de um “mundo feito de coisas”. Por fim, a ação que aparece como o livre agir que depende inteiramente da constante presença de outros, sem a mediação de coisas ou da matéria. A ação tem implicação de atividade política, condição humana da pluralidade, que é

particularmente a condição para a existência de toda vida política. Nesse seguimento o trabalho deve auxiliar o labor e a ação a reduzir seus sofrimentos, subsistência e construir um lar na terra, equilibrando – as sem dar vantagem a uma ou outra atividade (FRICKMANN, 2009).

De acordo com SILVA (2014), o trabalho pode ser interpretado como uma atividade que modifica o estado natural das coisas, para se obter um melhor atendimento das necessidades. Em relação ao trabalho do ser humano, o mesmo pode ser caracterizado como sendo social e intencional. Dessa forma, o homem primeiro imagina o que produzir, antes de alcançar o produto final. Assim, o trabalho pode ser definido como uma ação intencional de transformação do mundo e do próprio sujeito que trabalha.

A quantidade de horas por dia, o número de dias, os meses e os anos gastos em que as pessoas permanecem no seu trabalho define a importância do mesmo. Bem como a preparação para tal atividade, seja na formação escolar, que dá a capacitação básica para exercer as atividades na profissão escolhida, seja no treinamento específico, geralmente nas primeiras organizações em que as pessoas trabalham, para adquirir os conhecimentos para um bom desempenho (KUBO, 2014).

Apesar disso, as mudanças tecnológicas vindas ao longo do tempo propiciaram benefícios, dos lucros e, conseqüentemente, trouxeram impactos à saúde do trabalhador (BEZERRA, 2012).

A carga de trabalho de cada trabalhador é definida por um conjunto de tarefas e a divisão do trabalho planejada por cada serviço, as quais podem estar associadas com importantes estressores laborais, que podem ser agravados por condições precárias da organização do trabalho, que vão desde a baixa valorização e remuneração, descompasso entre tarefas prescritas e realizadas, até a escassez severa de recursos e problemas de infraestrutura (MARTINS, 2011).

O pensamento sobre as conseqüências do trabalho tem ganhado a atenção de pesquisadores, especialmente em relação a forma como ele está organizado, em relação à saúde psíquica dos trabalhadores, revelando uma preocupação emergente no que diz respeito à maneira como o indivíduo se relaciona com o seu trabalho (CALASANS, 2015).

Pressões sofridas em decorrência de programas e de prazos cada vez menores, das exigências do mercado, da competição interna das organizações e das variações econômico financeiros levam a maioria das pessoas a um estado de enrijecimento muscular e de exaustão mental que, ocorrendo repetidas vezes, esgota as reservas físicas e emocionais dos indivíduos (CALASANS, 2015).

Pressupõe que um processo complexo e interdependente, no qual o realinhamento da concepção do homem que trabalha o ambiente físico e o ambiente psicológico que o envolve tornam-se fatores decisivos para aumentar os níveis de tensão no ambiente de trabalho, ou seja, quem lida com isso constante e excessivas vezes podem chegar a desenvolver quadros de estresse ocupacional, entendido aqui como o estresse decorrente das relações que o indivíduo estabelece com seu trabalho (BRAGA, 2013).

Estresse no ambiente de trabalho é definido como Estresse Ocupacional, ou seja, representa um conjunto de fenômenos associados ao estresse, que se manifestam no ambiente de trabalho. Desse modo, o estresse ocupacional pode ser definido como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, as quais, ao exceder seus recursos de enfrentamento, provocam reações de estresse.

Dessa maneira, tanto estímulos de ordem física no trabalho (como barulho intenso, ventilação, iluminação do local de trabalho), quanto os fatores psicossociais, originados a partir da interação entre ambiente de trabalho, conteúdo do trabalho, condições organizacionais e características individuais do trabalho podem acarretar em reações de estresse (MARTINS, 2011).

Nesse seguimento o trabalho acaba sendo determinante na construção e desconstrução da saúde, pois a saúde do trabalhador reflete em seu trabalho cotidiano e este influencia seu bem-estar. Então devido a algumas características presentes no seu cotidiano como: longas jornadas de trabalho, ritmo acelerado de trabalho, atitude repressora de uma hierarquia, fragmentação de tarefas, e ausência de reconhecimento, acabam sendo fatores que se relacionam com o estresse (BEZERRA,2012)

Então para se entender esse fenômeno é necessário abordar o estresse ocupacional e as seus conceitos para que se possa compreender e identificar as principais fontes de tensão, que podem ter como consequência o estresse associado ao trabalho.

3.2 O estresse e suas variáveis

O termo estresse foi utilizado pela primeira vez na área da saúde pelo médico e pesquisador austríaco Hans Seyle, que formulou o conceito de Síndrome Geral de Adaptação (SAG), uma condição específica que encerra três fases: alarme, resistência e exaustão (CALASANS, 2015).

A Fase de alarme caracteriza – se por manifestações agudas . A pessoa experimenta uma série de sensações que às vezes não identifica como de stress. Esses sintomas podem ser

mãos suadas, taquipnéia, taquicardia, acidez estomacal, inapetência e cefaleia .Se o agente estressor for contínuo, o organismo é obrigado a manter o esforço de adaptação, caracterizando-se a fase da resistência. Ocorre quando a pessoa tenta se adaptar à situação, isto é, tenta restabelecer um equilíbrio interno. Conforme este equilíbrio é atingido, alguns dos sintomas iniciais desaparecem, porém essa adaptação utiliza a energia que o organismo necessita para outras funções vitais.

Quando os estímulos estressores tornam-se crônicos e repetitivos é desencadeada a terceira fase, a fase de exaustão: nesta fase, toda a energia adaptativa da pessoa foi utilizada e os sintomas iniciais reaparecem e outros se desenvolvem, podendo chegar à morte (MENZANI, 2009).

Outra fase do processo de estresse, denominada quase-exaustão, situa-se entre a fase de resistência e a de exaustão e se caracteriza por um enfraquecimento da pessoa que não está conseguindo adaptar-se ou resistir ao estressor. Embora não seja tão grave como a fase de exaustão, seus sinais e sintomas em nível físico são aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios. Em termos psicológicos ocorrem ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas, preocupação excessiva, inabilidade de concentração, dificuldade em relaxar e hipersensibilidade emotiva (CALASANS, 2015).

Em visita técnica ao setor de Saúde Ocupacional do SAMU, em Maceió-AL, notou-se que um grande número de profissionais de enfermagem é remanejado para outras funções ou afastado da atividade de socorrista por distúrbios e/ou doenças relacionadas ao trabalho (LÚCIO, 2013)

Atualmente, cerca de 70% e 80% das doenças estão relacionadas ao estresse, cujo estudo tem - se tornado alvo de crescente interesse. O indivíduo é reconhecido como um sistema aberto que responde aos estressores no ambiente (BEZERRA, 2012).

Recentemente, as principais causas de morte são as doenças de estilo de vida cuja patologia se desenvolve durante anos e que podem ser prevenidas a partir da alteração de hábitos e comportamentos de risco. O estresse, por sua vez, está associado ao enfraquecimento dos sistemas fisiológicos do corpo, contribuindo para o processo de doença. O sujeito move-se em direção À doença e à morte quando é necessária mais energia do que a disponível (BEZERRA, 2012).

O desgaste emocional das pessoas em suas relações no ambiente de trabalho constitui fator muito significativo na determinação de transtornos relacionados ao estresse ocupacional,

como é o caso das depressões, ansiedade patológica, pânico, fobias, doenças psicossomáticas, dentre outras (BEZERRA, 2012)

3.3 O trabalho no setor saúde com enfoque em emergência

Algumas profissões e modelos de organização do trabalho acabam por expor mais o trabalhador a um determinado conjunto de estressores ocupacionais. A própria caracterização do trabalho, em muitas áreas da saúde, apontam para a presença de estressores ocupacionais relacionados a sobrecarga de trabalho, regime de turnos, insegurança no trabalho e baixos salários (MARTINS, 2011).

O estresse ocupacional, mais do que uma ideia existente mesmo entre a população leiga, é uma realidade. De fato, é sabido que o ambiente onde um indivíduo realiza seu trabalho gera repercussões não apenas em seu desempenho como profissional, mas também em sua saúde. O que com que esses profissionais de saúde sejam expostos a fatores estressantes inerentes à própria natureza do trabalho que realizam, os tornando bastante propensos ao desenvolvimento de estresse ocupacional.

Já foi documentado que profissionais de saúde expostos a grande carga de estresse sentem-se tensos e cansados durante o trabalho, realizam suas tarefas com menos precisão, apresentam capacidade de produção diminuída e alto índice de absenteísmo, adoecem com frequência, mostram-se ansiosos, depressivos, desatentos, desmotivados e pouco realizados (ANDRADE, 2014).

Nesse seguimento, vale ressaltar que determinadas áreas do trabalho em saúde estão nitidamente mais expostas a fatores estressantes, como é o caso da assistência de urgência e emergência.

Os profissionais que atuam em situações de emergência devem ser capazes de tomar decisões rápidas e precisas para distinguir as prioridades, avaliando o paciente como um ser indivisível, integrado e interrelacionado a todas as suas funções. Além disso, a agilidade e a objetividade da área de emergência se tornam requisitos indispensáveis aos profissionais, sendo também, fontes de estresse ocupacional. As respostas das pessoas aos estressores podem ser positivas ou negativas (BEZERRA, 2012)

Quando nos deparamos com situações inesperadas, o suspense entra em cena fazendo com que nosso organismo libere diferentes hormônios sendo o principal a Adrenalina o que faz com que nos comportemos de forma alarmante, provocando taquicardia, arritmias, tremores, sudorese, reações de fuga ou de ataque. Isso acaba colocando os profissionais frente

ao estresse, devido ao grande cansaço e agitação, gerando um sentimento de possível insatisfação com relação a sua atuação (NASCIMENTO, 2015).

A profissão de saúde sempre foi considerada socialmente importante. No caso dos profissionais que atuam em urgências e emergência, estes desempenham uma tarefa social altamente relevante que é o pronto atendimento, em geral, a pessoas na eminência de perder a vida. De alguma forma, são responsáveis pelo êxito ou não da sobrevivência dos atendidos. E, por mais que se invista em bens materiais e em equipamentos físicos, nada é comparado ao papel de quem faz o pronto atendimento nessas unidades (CALASANS, 2015).

Sendo assim todas as características que são consideradas estressantes, refletem na qualidade da assistência prestada ao usuário e no sofrimento psíquico dos profissionais. Ressalta-se a importância de identificar o tipo, a natureza, a intensidade do estressor, seu encontro com o indivíduo, além da natureza da reação a esse encontro (BEZERRA, 2012).

A importância de identificar o estresse ou como se manifesta o sofrimento no trabalho envolve a chance de uma mudança a partir de estratégias para minimizar o desgaste e o sofrimento, tornando o trabalho mais eficaz e até trazendo uma maior valorização para os profissionais de saúde como seres humanos. É necessário reconhecer o sofrimento para enfrentá-lo (CALASANS, 2015).

4 MÉTODOS

4.1 Tipo de estudo

Foi composto um estudo do tipo qualitativo com a utilização da metodologia da pesquisa-ação. Esta metodologia possibilita que o pesquisador intervenha dentro de uma problemática social, analisando-a e anunciando seu objetivo de forma a mobilizar os participantes, construindo novos saberes. É através da pesquisa-ação que o docente tem condições de refletir criticamente sobre suas ações (PIMENTA, 2008).

Propôs-se, nesta pesquisa, elaborar um material educativo, por meio de um folder educativo sobre o estresse ocupacional. Ressaltando os sinais e sintomas do estresse ocupacional, fatores contribuintes para o mesmo, e medidas de prevenção e tratamento, aos profissionais que atuam no SAMU.

4.2 O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DO FOLDER

4.2.1 A sistematização do conteúdo

De início vale ressaltar o conceito de folder. Os folders relevam de forma direta e esclarecedora informações que anunciam produtos, ideias, projetos e pensamentos. São dobráveis, usam imagens, dão ênfase aos ideais mais pertinentes com quadros ou palavras em fontes maiores (maiúscula, coloridas ou diferentes formatos). Sua finalidade é comunicar apressadamente ideias sem esgotar os leitores (PAULA, 2012).

O conteúdo do folder foi apoiado no estudo de SILVA (2010), do qual trata sobre o estresse ocupacional e suas principais causas e consequências, garantindo uma fundamentação científica, visto que esta é condição essencial para conservar a segurança do leitor.

4.2.2 A seleção e elaboração das ilustrações

Com o intuito de tornar o folder mais interessante e descontraído, fez-se necessário adicionar algumas ilustrações. Ilustrações estas já prontas, selecionadas de outros materiais onde as específicas fontes foram citadas no folder. A consulta deu-se através de imagens disponibilizadas em páginas eletrônicas.

4.2.3 A composição do folder

A ideia de fazer um folder com orientações sobre prevenção e tratamento do estresse ocupacional vem da necessidade de alertar os trabalhadores quanto a sua saúde, que fica comprometida quando este começa a exercer um papel de multifuncionalidade dentro de uma instituição gerando a fadiga e o desgaste profissional. Estes sintomas alienam o trabalhador do processo produtivo a ponto de gerar danos psicológicos.

O folder mostra os principais sinais e sintomas do estresse ocupacional, fatores contribuintes para o estresse ocupacional, prevenção e tratamento desse fenômeno.

4.2.4 Procedimentos éticos e legais

Para a realização do mesmo, foram respeitados os aspectos ético-legais, em conformidade com as normas de pesquisa em saúde envolvendo seres humanos, de acordo com a Resolução Nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (BRASIL, 2013).

Este estudo trará como benefício maior conhecimento sobre o tema abordado e conseqüentemente, melhores formas de intervenções, para tornar o trabalho mais eficaz. A presente pesquisa não representará qualquer risco de ordem física.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 O FOLDER

O material educativo elaborado foi um folder estruturado de acordo com informações obtidas do trabalho de SILVA (2010). Constitui em um material desenvolvido no Microsoft Word, contendo uma página, formato A4, estilo paisagem impresso na frente e no verso sendo o folder composto por 2 dobras e 3 faces. O folder é intitulado por: Desestresse: prevenção e tratamento do estresse ocupacional.

O conteúdo do folder compõe assuntos que estão apresentados em forma de tópicos, que são os seguintes: sinais e sintomas do estresse ocupacional, fatores contribuintes para o estresse ocupacional, prevenção: incluindo atividade física e seus benefícios e por fim recursos disponíveis que auxiliam nos tratamentos contra o estresse ocupacional.

PSÍQUICOS:

Avaliação periódica da qualidade de vida individual

Reavaliação do limite individual de tolerância e exigência

Métodos psicoterapêuticos

SOCIAIS:

- Revisão e redimensionamento das formas de organização do trabalho;

- Aprimoramento por parte da população em geral do conhecimento de seus problemas médicos e sociais.

Quando estas ações são bem fundamentadas, os resultados são positivos com novas perspectivas de qualidade de vida para o trabalhador. É importante frisar que as reações de estresse estão presentes em todos os momentos do cotidiano humano e não se pode viver sem elas.

Equipe e contatos:

Marcos Renato de Oliveira
enfmarcosrenato@hotmail.com

Jéssica Lopes Ventura Alves
jessicalopes_91@hotmail.com

Referências:

SILVA, J.F.C. Estresse Ocupacional e suas principais causas e consequências. Rio de Janeiro. 36f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Cândido Mendes, Instituto a vez do mestre, 2010.

Disponível em:
<http://www.cazamulher.com.br/2014_03_01_archive.html>, Acesso em: 30 jun. 2016.

Disponível em:
<<http://www.hosassistentevirtual.com.br>> Acesso em: 30 jun. 2016.

Disponível em:
<<https://alimentacaosaudavel8a.wordpress.com/refeicoes/>>, Acesso em: 30 jun. 2016.

Disponível em:
<<http://www.stockphotos.ro/tired-nurse-image28624699.html>> Acesso em: 30 jun. 2016.

Disponível em:
<http://www.incheba.sk/buxus/docs/2012/slovmédica/SP_SLOVMEDICA.pdf>. Acesso em: 30 jun. 2016.



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI
CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS

DESESTRESSE
PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL



PICOS- PLAUI
2016

FATORES CONTRIBUÍNTES PARA O ESTRESSE OCUPACIONAL

Muitos fatores podem desencadear o estresse ocupacional, aqui serão listados alguns:

<p>Gerenciamento inadequado</p> <p>Medo de fracassar</p> <p>Chefia insegura</p> <p>Conflito entre chefias</p> <p>Longa jornada de trabalho</p> <p>Não-participação em decisões</p> <p>Trabalho com alta concentração mental</p>	<p>Responsabilidade mal delegada</p> <p>Estresse do "tempo se esgotando"</p> <p>Ambientes</p> <p>Salário</p> <p>Trabalho monótono</p> <p>Bloqueio de carreira</p> <p>Falta de motivação, entre outros.</p>
---	--

SINAIS E SINTOMAS

Cansaço físico e mental, nervosismo, ansiedade, insônia, tristeza, baixa autoestima, depressão, perda ou excesso de apetite.

Sistema muscular- dor e tensão.

Sistema gastrointestinal- vômito, pirose.

Sistema cardiovascular- palpitações, arritmias.

Sistema respiratório- dispnéia e a hiperventilação.

SNC- cefaleia, debilidade.

Sistema genital- frigidez, impotência.

A mudança de atitudes permite uma melhor forma de lidar com fatores estressores no ambiente de trabalho.

ATIVIDADE FÍSICA

O exercício físico é visto como uma das maneiras mais viáveis de combater o estresse, apesar da grande diversidade de opiniões.

O EXERCÍCIO DEVE:

- Ser aeróbico ou levar à respiração abdominal rítmica.
- Agradar a pessoa, estando aí a "chave" da aderência a este hábito favorável.
- Ter de intensidade moderada.
- Durar no mínimo entre 20 e 30 minutos.

BENEFÍCIOS PSICOLÓGICOS:

- Aumento da autoestima
- Diminuição da depressão e ansiedade
- Melhor gerenciamento do estresse pela diminuição de comportamento

RECURSOS DISPONÍVEIS, QUE AUXILIAM NOS TRATAMENTOS

FÍSICOS:

- Exercícios físicos regulares
- Técnicas de relaxamento
- Alimentação adequada

5.2 SELEÇÃO DAS ILUSTRAÇÕES

A busca das ilustrações resultou na seleção de 5 imagens, das quais foram retiradas de páginas eletrônicas, presentes no Google Imagens, sendo estabelecidas as relações de tais imagens com o conteúdo abordado. As imagens foram adequadamente referenciadas.

O propósito da inserção destas ilustrações no folder foi de simplificar a captação da mensagem incluída no folder, como também enfatizar certo assunto.

Foram selecionadas ilustrações referentes aos seguintes assuntos: estresse ocupacional, pessoas estressadas no ambiente de trabalho, estresse em profissionais de saúde, pessoas praticando atividade física, alimentação saudável, dores musculares, conversa em grupo.

Após selecionadas foram tratadas por meio do GNU Image Manipulation Program (GIMP), que é um programa de código aberto voltado principalmente para criação e edição de imagens raster, e em menor escala também para desenho vetorial. Seus usos incluem criar gráficos, logotipos, redimensionar fotos, alterar cores, combinar imagens utilizando camadas,

remover partes indesejadas e converter arquivos entre diferentes formatos de imagem digital. Este foi utilizado no intuito de gerar impacto visual.

5.3 O CONTEÚDO

Quando se elabora algum material educativo e este é proposto a um determinado público faz-se necessário conhecer o mesmo ou o fenômeno que o acomete. Assim as informações obtidas no decorrer da construção deste trabalho proporcionaram um entendimento sobre o estresse ocupacional e suas causas e consequências, pois de acordo com Cooper (1993) o estresse ocupacional configura um problema de natureza perceptiva, resultante da incapacidade em lidar com as fontes de pressão no trabalho, tendo como consequências, problemas na saúde física, mental e na satisfação no trabalho, afetando não só o indivíduo como as organizações.

Dessa maneira buscou-se no folder salientar os principais sinais e sintomas desse fenômeno, visto que estes se baseiam em todas as modificações fisiopatológicas que ocorrem em um organismo estressado. Segundo Silva (2010) quando se tem um organismo sobre situação de "stress", resultam-se distúrbios emocionais, mudanças de comportamento, distúrbios gastrintestinais, distúrbios de sono, sintomas psicopatológicos, com sofrimento psíquico e outros. Estando aí a importância em trazer tais sinais e sintomas para que este profissional possa reconhecê-los e proceder de forma adequada.

Para Calasans (2015), o estresse constitui um problema de saúde pública, acrescentando a seu caráter natural a dimensão social das mudanças ocorridas na sociedade contemporânea. No ambiente de trabalho, dependendo do tempo de permanência, da natureza e da intensidade das relações que o indivíduo desenvolve, o estresse pode trazer repercussões negativas, tanto para sua saúde física como mental.

O ambiente hospitalar apresenta uma série de condições que geram insalubridade e sofrimento aos profissionais de saúde, considerada uma das áreas de atuação com alto nível de estresse ocupacional. Nesse sentido, incorpora-se o serviço de urgência no qual se sobressai o estresse dos profissionais de saúde diante das distintas atividades emanadas nesse ambiente, tornando-o favorável ao estresse.

Silva (2010), afirma que as condições de trabalho são geradoras de fatores estressantes, quando há deterioração das relações entre funcionários, com ambiente hostil entre as pessoas. Considerando ainda, afirmam autores, a dificuldade individual de se adaptar a um meio dinâmico, envolvendo os seus interesses pessoais com seu contexto psicossocial.

Com base nessas premissas é apresentado no folder alguns dos fatores desencadeantes do estresse ocupacional.

Em relação as formas de prevenção e tratamento do estresse ocupacional o folder trás consigo medidas que podem minimizar o estresse e conseqüentemente tornar o ambiente trabalho um lugar melhor. Segundo Quick (2001), competência, atividades físicas, habilidades cognitivas para pensar diferente a respeito da situação que se apresenta, ter bons amigos, boa família e suporte social, são atitudes do qual o individuo certamente precisa para lidar bem com o estresse.

O exercício físico, por exemplo, é visto para diversos autores como uma das maneiras mais viáveis de combater o estresse, porem há inúmeras opiniões.

Chaouloff (1996), alega que a redução dos níveis de hormônios estressantes no sangue, vem da prática regular de exercícios aeróbicos. Recomendando-se o exercício diário por, no mínimo, 30 minutos.

Mas de que maneira o exercício físico atua como fator relaxante?

Segundo Silva (2010), diante de uma situação estressante o hormônio norepinefrina é secretado deixando o organismo em estado de alerta. Já a serotonina é secretada para acalmar o indivíduo, pois possui ação inibitória podendo produzir o sono.

Para muitos pesquisadores o exercício é o melhor método de reduzir o estresse fisiológico, sendo os exercícios de resistência física (corrida e natação) os que proporcionam mais relaxamento e benefícios psicológicos.

De acordo com Rocha & Glima (2000), os recursos disponíveis, que auxiliam nos tratamentos contra o estresse podem ser: físicos, psíquicos e sociais.

Nas últimas décadas muitos indivíduos estão procurando a cura, melhora ou alívio do estresse através das terapias alternativas, fazendo com que estas ganhem espaço no processo pela busca da cura, em que se evidencia o olhar holístico sobre o homem, percebendo-o como um conjunto de corpo, alma e psique.

As terapias alternativas têm benefício na redução da dor e do estresse das pessoas, no estímulo e socialização das emoções. Utilizando-se terapias alternativas criam-se oportunidades para alcançar o bem-estar e saúde com ações criativas, menos diretivas e mais humanizadas (CALASANS, 2015).

Desse modo a escolha de construir um folder educativo se deu devido à importância de reforçar a reavaliação de estressores com uma visão otimista, permitindo que esses profissionais adquiram uma habilidade emocional, e um maior crescimento como pessoa, melhorando as relações sociais, conseqüentemente melhorando a qualidade vida.

Logo após a criação do folder, o mesmo foi avaliado por dois profissionais, um médico e uma enfermeira, que atuam no SAMU de Picos, Piauí. A avaliação do material foi de suma importância, visto que esses profissionais lidam com as tensões do ambiente em que estão. A ficha de avaliação (apêndice a) apresentava critérios como: clareza, coesão, conhecimento e conceitos atuais. Sendo assinalado pelo profissional médico o campo Excelente para todos os critérios e pela enfermeira o campo Excelente assinalado para clareza, conhecimento e conhecimentos atuais, restando a coesão em que a mesma assinalou o campo Bom.

Sendo assim, esse instrumento visa não apenas melhorar o conhecimento dos profissionais de urgência a cerca do estresse ocupacional, mas também incentivar a olvidar maus hábitos e aprender novos valores, novas formas de agir, pensar e encarar os problemas, evitando o estado de estresse excessivo.

Por esse motivo se procedeu a criação de uma material que possa atuar como suporte por meio de uma abordagem clara e pontual do conteúdo, trazendo informações relevantes para os profissionais de saúde.

Sendo assim a proposta principal da criação deste folder foi a de ampliar o potencial dos profissionais no que tange o estresse ocupacional. No entanto para elaborar um material com informações fidedignas é necessário dispor de um referencial confiável sendo sua principal fonte a pesquisa Silva (2010).

Espera-se que o material apresentado venha a ser de grande relevância social. Uma vez que irá informar os profissionais a respeito do tema e orienta-los com medidas de prevenção do mesmo.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A seleção do tema para elaboração do estudo e construção do material educativo para os profissionais surgiu em virtude de inúmeros fatores estressantes serem inerentes à natureza do trabalho que realizam.

Dentre tantas áreas do trabalho em saúde, a ideia é de que um dos setores potencialmente estressantes seja o da assistência de urgência e emergência.

Dessa forma, com a elaboração do conteúdo do folder pretendeu-se contribuir para o bom desempenho no trabalho, preservando a sua integridade, o que nem sempre é fácil. Porém faz-se necessárias mudanças para tentar humanizar o ambiente ocupacional, mesmo sabendo que há imensa dificuldade. Portanto é preciso abordagens inovadoras, criativas, com bases técnico-científicas.

A partir do exposto obteve-se um folder que apresenta um material para auxiliar no reconhecimento da situação de estresse iminente e também para saber agir quando este se fizer presente.

Contudo, existe certa escassez de materiais que abordem assuntos sobre o esgotamento profissional, como também medidas para preveni-lo ou trata-lo. Fazendo-se necessário a realização de estudos similares para facilitar a compreensão do fenômeno, bem como a construção de estratégias para o seu controle.

A articulação de diferentes abordagens e enfoques é necessária para entender e intervir na saúde dos trabalhadores, sugerindo-se pesquisas futuras, investigação com relação aos mecanismos estressores que atuam junto aos profissionais de saúde do SAMU, objetivando implementar um programa de prevenção ou confronto a estes mecanismos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M.C.M; JÚNIOR, A.C.S. Estresse ocupacional no serviço de atendimento móvel de urgência. **Rev. Min. Enferm.**, São Paulo, v.18, n.2, p. 376-383, 2014.

BEZERRA, N. B. **Estresse ocupacional pelos enfermeiros que atuam no Serviço de Atendimento Móvel de Urgência à luz da Teoria de Betty Neuman**, Recife , 133 f .
Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Pernambuco.2012.

BRAGA, C.D; ZILLE,L.; MARQUES, A. L. O consumo de energia de quem produz energia: estudando o estresse ocupacional e seus efeitos em gestores de uma empresa brasileira do setor de energia elétrica. **Revista Alcance - Eletrônica**, v. 20, n. 04, p. 478-494, dez. 2013

BRASIL. Ministério da Saúde: Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Normas para pesquisa envolvendo seres humanos (Res. CSN 466/12) Brasília, DF, 2012.

CALASANS, L.H.B. **Estresse da equipe de enfermagem dos serviços de urgência e emergência: uma revisão de literatura**, Brasília, 24f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Enfermagem) – Universidade de Brasília. 2015.

COOPER, C; SLOAN, S; & WILLIAMS, S. **Occupational stress indicator management guide**. Londres: Thorbay, 1988.

CHAOULOFF. **Physical Activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research** . Public Health Reports, v.100, n.2, 1985.

FRICKMANN, N.C. **Hannah Arendt e a condição humana: era moderna e alienação política**, Rio de Janeiro,51f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Direito) – Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2009.

GOUVEA, M.A; KUBO, S.H. **Análise de fatores associados ao significado do trabalho**. R.Ad., São Paulo, v.47, n.4, p.540-554, out./nov./dez. 2012.

LÚCIO, M.G; TORRES, M.C; PEREIRA, C.M. Riscos ocupacionais do atendimento pré-hospitalar: uma revisão bibliográfica. **Interfaces Científicas - Saúde e Ambiente**, Aracaju, V.1 , N.3 , p. 69-77 , jun. 2013

MARTINS, L.F. **Estresse Ocupacional e Esgotamento profissional entre profissionais da atenção primária à saúde**. Juiz de Fora,142 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Programa de Pós graduação em Psicologia , Universidade Federal de Juiz de Fora.2011.

MENZANI, G; BIANCHI, E.R.F. Stress dos enfermeiros de pronto socorro dos hospitais brasileiros. **Rev. Eletr. Enf.** v.11, n.2, p. 327-333.2009.

MESQUITA, K.L. et al. A visão do enfermeiro/gestor sobre a necessidade implantar apoio psicológico aos profissionais no Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. **Rev. Enferm. Cent. O. Min**, Tocantins, v.4, n.1, p. 1019-1028, 2014

NASCIMENTO, P.R. **O sofrimento psíquico gerado no silêncio do trabalho em Urgências e Emergências**, Brasília, 2015.

SILVA, J.F.C. **Estresse Ocupacional e suas principais causas e consequências**. Rio de Janeiro. 36f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Cândido Mendes, Instituto a vez do mestre, 2010.

SILVA, B.C.I. et al. **Estresse em enfermeiros do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência(SAMU)** , Recife, 2011.

SILVA, G. P. **Qualidade de vida dos enfermeiros que prestam assistência através do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência –SAMU**, Vitória de Santo Antão, 2014.

PAULA, F.A. **Folder Ambiental**: um suporte educativo à divulgação científica focado na conservação da biodiversidade. Porto Alegre. 69f. Trabalho de Conclusão de Curso da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2012.

PIMENTA, S. G.; FRANCO, M. A. S. **Pesquisa em educação**: Possibilidades investigativas/formativas da pesquisa-ação. Vol. 2. São Paulo: Loyola, 2008.

QUICK, J.C. **União contra o estresse**. Proteção, revista mensal de saúde e segurança do trabalho, 2001.

ROCHA, E.L. & GLIMA, D.M.R. **Distúrbios Psíquicos Relacionados ao Trabalho**. In: JÚNIOR, M.F. Saúde no trabalho. Temas básicos para o profissional que cuida da saúde dos trabalhadores. São Paulo: Editora Roca Ltda, 2000.

ANEXOS

ANEXO A – Fichas de Avaliação



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI
 CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
 CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

FOLDER: PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL - FORMULÁRIO DE AVALIAÇÃO

ALUNO(A) Jessica Lopes da Silva

ORIENTADOR(A) marcos Renato de Oliveira

AVALIADOR Mário José de Sousa Neto

CRITÉRIOS	EXCELENTE	BOM	REGULAR	INSATISFATÓRIO
Clareza	<input checked="" type="checkbox"/>			
Coesão	<input checked="" type="checkbox"/>			
Conhecimento	<input checked="" type="checkbox"/>			
Conceitos Atuais	<input checked="" type="checkbox"/>			

OBSERVAÇÕES QUE O AVALIADOR JULGA CONVENIENTE

Mário José de Sousa Neto
 COREN-PI 13791

Picos, 13 / 06 / 2016

Assinatura do Avaliador



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI
 CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
 CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

**FOLDER: PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL -
 FORMULÁRIO DE AVALIAÇÃO**

ALUNO(A) Jânica Lopes da Silva

ORIENTADOR(A) Manoel Renato de Oliveira

AVALIADOR Rosa Dantas da Conceição

CRITÉRIOS	EXCELENTE	BOM	REGULAR	INSATISFATÓRIO
Clareza	x			
Coesão		x		
Conhecimento	x			
Conceitos Atuais	x			

OBSERVAÇÕES QUE O AVALIADOR JULGA CONVENIENTE

Dra. Rosa Dantas da Conceição
 Coordenadora Geral

Rosa Dantas da Conceição

Assinatura do Avaliador

Picos, 13/06/2016



TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO DIGITAL NA BIBLIOTECA "JOSÉ ALBANO DE MACEDO"

Identificação do Tipo de Documento

- () Tese
() Dissertação
(X) Monografia
() Artigo

Eu, Jéssica Lopes Ventura Alves, autorizo com base na Lei Federal nº 9.610 de 19 de Fevereiro de 1998 e na Lei nº 10.973 de 02 de dezembro de 2004, a biblioteca da Universidade Federal do Piauí a divulgar, gratuitamente, sem ressarcimento de direitos autorais, o texto integral da publicação Elaboração de folders educativos para profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência (SAMU) sobre de minha autoria, Estresse Ocupacional em formato PDF, para fins de leitura e/ou impressão, pela internet a título de divulgação da produção científica gerada pela Universidade.

Picos-PI 12 de Abril de 20 17.

Jéssica Lopes Ventura Alves
Assinatura

Jéssica Lopes Ventura Alves
Assinatura