

Revisão Literária

Avaliação do nível de estresse através do Teste de Inventário de Sintomas de Estresse de LIPP (ISSL) em funcionários do serviço Público Móvel de Urgência de Belo Horizonte - MG

Autora: Maria de Fatima Barboza

(mariadefb@gmail.com)

M.F.Barboza, (2017)

.<https://www.webartigos.com/>

INTRODUÇÃO

Ao estudar o ser humano em sua complexidade e em sua amplitude de servir ao próximo, observa-se que o mesmo ultrapassa seus limites, sem se quer perceber, que já os atingiu.

Esta pesquisa tem como tema: o método de lipp para avaliação do grau do stress; a amostragem em estudo é composta por um grupo de técnicos em enfermagem. E o questionamento tem o intuito de saber se o profissional conhece que está sofrendo por stress; e se o mesmo tem conhecimento de como trabalhar seu limite de stress.

Sabe-se que o stress pode atacar qualquer pessoa, até mesmo aquelas que se julgam fortes estão sujeitas a uma carga de fatores estressantes, que ultrapassam a condição física e emocional do sujeito. O lidar com as outras pessoas nem sempre é tarefa fácil.

O objetivo é avaliar o nível de stress dos técnicos em enfermagem que atuam na equipe do Serviço de Urgencia Móvel de Belo Horizonte – MG. E,

assim trazer sugestões que possam contribuir para uma melhoria da qualidade de vida e da atuação desses profissionais.

A pesquisa tem o intuito de fazer um paralelo entre a parte teórica estudada na Instituição de ensino, com a prática vivenciada no departamento público do SAMU.

Esta oportunidade foi dada através do projeto de estágio supervisionado VIII que permite utilizar as habilidades de pesquisadora para aplicar o teste de lipp e fazer a avaliação dos dados coletados.

DESENVOLVIMENTO

O que caracteriza o Stress

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o stress pode ser considerado uma epidemia universal, visto que devido aos avanços tecnológicos e a constante atualização das informações, vem interferindo na qualidade de vida dos indivíduos, consequentemente resultam em perdas de ordem familiar, social, acarretando a redução da motivação para ações em geral, patologias ou perturbações físicas e psicológicas, não contando com os problemas no setor de trabalho (LIPP, 1996; JACQUES, 2004).

Segundo Silva e Martinez (2005) um fator importante é que, independente da região da residência das pessoas, a presença do stress deve ser relacionado por inúmeros agentes causadores.

Para Lipp (2003) o stress na área de saúde recebeu esta terminologia inicialmente em 1936, por Hans Selye médico endocrinologista; Dr. Selye elucidou como uma réplica não específica do sistema perante a uma situação que leva a mudanças na homeostase, “em que seja necessária uma mobilização para enfrentar o evento que causou a alteração em nível biopsicossocial” (SELYE, 1954).

Calais (2003); Lipp, (2003) afirmam que stress é um sistema que demanda adaptação do organismo a um estímulo externo ou interno, que possa de alguma maneira alterar a percepção de bem-estar da pessoa. De acordo com os autores as reações das pessoas envolvidas frente ao stress

pode ser diversificadas. Observa-se que para obtenção de uma resposta básica ao stress é condicionada a pessoa envolvida para “lutar ou fugir”.

Segundo Glassman & Hadad (2006) não pode se relacionar o grau de stress existente unicamente com as situações que o acarretaram, porém deve considerar também com a maneira de como o indivíduo capta e reage frente a situação estressante.

Ao estudar o ser humano em sua complexidade e em sua amplitude de servir ao próximo, observa-se que o mesmo ultrapassa seus limites, sem se quer perceber, que já os atingiu. O stress pode atacar qualquer pessoa, até mesmo aquelas que se julgam fortes estão sujeitas a uma carga de fatores estressantes. Fatores estes que ultrapassam a condição física e emocional de suportar. Lipp (1996) relata que o stress ocorre de dois jeitos, o primeiro tem natureza aguda é de grande intensidade, porém evolui com melhora do quadro rapidamente; já o segundo tem natureza crônica é de grau moderado, perdura por um período mais extenso, poucos são os recursos utilizados pelo indivíduo para encarar este tipo de stress.

Lipp cita que os órgãos do indivíduo que sofre por stress são afetados por sintomas específicos, dentre eles Lipp refere “enfarto, úlceras, psoríase, depressão e outros, ou até mesmo a morte em casos mais graves” (LIPP, 2003).

É verídico que quando o organismo está vivendo um stress, o mesmo da início a vários tipos de reações específicas que geralmente segundo Lipp a evolução se dá em três fases: **ALERTA, RESISTÊNCIA E EXAUSTÃO.** **Fase I – Alerta** (alarme) **Fase II Resistência → na ocorrência de 4 (quatro) ou mais dos itens na fase II** **Fase III - Exaustão** (esgotamento) Exaustão → na ocorrência de 9 (nove) ou mais itens na fase III.

1) Fase de alarme ou alerta: é a resposta inicial do organismo ao estressor, mobilizando uma resposta orgânica rápida para o enfrentamento. Podem ser observadas nesta fase várias reações fisiológicas, como sudorese excessiva, taquicardia, respiração ofegante. Ocorre também a face positiva do stress, com aumento do nível de atenção e velocidade na articulação de pensamentos, além de aumento na motivação e vontade de iniciar novos projetos (LIPP, 2003A).

2) Fase de resistência: ocorre aumento da capacidade de resistência do organismo, independentemente da permanência ou não do

estressor, com uso de toda a energia e recursos disponíveis, podendo gerar sensação de desgaste idiopático, inclusive danos à memória. Nesse momento há adaptação do organismo, com a respiração, os batimentos cardíacos, a circulação e a pressão arterial voltando aos níveis anteriores (LIPP, 2003A).

3) Fase de quase exaustão e exaustão: fase de quase exaustão foi recentemente descoberta por Lipp (2000), caracterizada pelo enfraquecimento e incapacidade do indivíduo em resistir ou se adaptar ao estressor, podendo ocasionar leves problemas de saúde, que não o incapacitam. Já a fase de exaustão é caracterizada pela impossibilidade de resistência ao estressor, em que o organismo é incapaz de eliminá-lo ou adaptar-se adequadamente, com surgimento de patologias orgânicas e psíquicas (LIPP, 2003A).(LIPP, 2003A).

De acordo com os estudiosos do tema, quando o local de trabalho é visto como uma ameaça ao trabalhador, certamente haverá ocorrências do stress no trabalho, e também leva a repercutir na sua vida pessoal do indivíduo (MARTINS, BRONZATTI, VIEIRA, PARRA & SILVA, 2000).

Nota-se que nas últimas décadas, tem crescido o interesse na literatura científica pelas pesquisas sobre o stress na vida dos trabalhadores em geral. Pode dizer que um dos objetivos das pesquisas sobre a temática é o “impacto negativo do stress ocupacional na saúde e no bem-estar dos trabalhadores e, conseqüentemente, no funcionamento e na efetividade das organizações” (COX,1987; PASCHOAL & TAMAYO, 2004)

METODOLOGIA

Abordagem Metodológica

Esta pesquisa será de cunho quali-quantitativa. Para Minayo e Sanches (1993); Leopardi (2002); as pesquisas qualitativa-quantitativa de grande relevância e complementares, segundo o procedimento metodológico da investigação; sendo que a análise poderá ser esclarecida quantitativa, e qualitativa.

A coleta de dados será feita através de entrevista com dez técnicos de enfermagem sendo que o instrumento de coleta de dados, reproduz os sintomas utilizados no teste de Lipp. Na entrevista realizará o levantamento dos níveis de estresse da equipe de enfermagem através de teste preconizado por (LIPP, 2003).

O método quantitativo caracteriza-se pelo emprego da quantificação tanto nas modalidades de coleta de informações, quanto no tratamento delas por meio de técnicas estatísticas. O método quantitativo representa a intenção de garantir a precisão dos resultados, evitando distorções de análise e interpretação (RICHARDSON et al, 1999).

RESULTADO

Avaliação do Nível de estresse, através do teste de inventário de sintomas de estresse de LIPP (ISSL) em uma amostra de funcionários do Serviço Público Móvel de Urgência de Belo Horizonte – MG.

FASE I – ALERTA (ALARME)

Sintomas experimentados nas ULTIMAS 24 HORAS :

De acordo com Marilda Emmanuel Novaes Lipp, as últimas 24 horas é a fase de contato com a fonte de estresse, com suas sensações típicas na qual o organismo perde o seu equilíbrio e se prepara para enfrentar a situação estabelecida em função de sua adaptação. São sensações desagradáveis, fornecendo condições para reação à estas sendo fundamentais para a sobrevivência do indivíduo.

TESTE DE LIPP

Ordem	Enunciado da pergunta	Percentual	Total
01	Mãos e/ou pés frios	14%	100%
02	Boca seca	42,8%	100%
03	Nó ou dor no estômago	28%	100%
04	Aumento de sudorese (muito suor)	75%	100%

05	Tensão muscular (dores nas costas, pescoço, ombros).	64%	100%
06	Aperto na mandíbula/ ranger de dentes, ou roer unhas ou ponta de caneta	33%	100%
07	Diarreia passageira.	14%	100%
08	Insônia, dificuldade de dormir	75%	100%
09	Taquicardia (batimentos acelerados de coração).	64%	100%
10	Respiração ofegante, entrecortada	0,0%	100%
11	Hipertensão súbita e passageira pressão alta súbita e passageira)	14%	100%
12	Mudança de apetite(comer bastante ou ter falta de apetite).	33%	100%
13	Aumento súbito de motivação	14%	100%
14	Entusiasmo súbito	28%	100%
15	Vontade súbita de iniciar novos projetos.	33%	100%

FASE II – RESISTÊNCIA (LUTA

Sintomas experimentados no ULTIMO MÊS:

Segundo Marilda Emmanuel Novaes Lipp, o ultimo é a fase de resistência , pode se dizer que é a fase intermediária em que o organismo procura o retorno ao equilíbrio. Apresenta-se desgastante, com esquecimento, cansativa e duvidosa. Pode ocorrer nesta fase a adaptação ou eliminação dos agentes estressantes e consequente reequilíbrio e harmonia ou evoluir para a próxima fase em consequência da não adaptação e/ou eliminação da fonte de estresse.

TESTE DE LIPP

Ordem	Enunciado da pergunta	Percentual	Total
01	Problemas de memória	50%	100%
02	Mal estar generalizado, sem causa específica	33,8%	100%
03	Formigamento nas extremidades (pés e mãos)	33%	100%
04	Sensação de desgaste físico constante	30%	100%
05	Mudança de apetite	64%	100%
06	Aparecimento de problemas dermatológicos (pele)	33,8%	100%
07	Hipertensão arterial (pressão alta)	0,0%	100%
08	Cansaço constante	50%	100%
09	Aparecimento de gastrite prolongada(queimação no estômago,azia).	33%	100%
10	Tontura e sensação de estar flutuando	28%	100%
11	Sesibilidade emotiva excessiva, emociona-se por qualquer coisa.	20%	100%
12	Dúvidas quanto a se próprio	14%	100%
13	Pensamento constante sobre o umsó assunto	28%	100%
14	Irritabilidade excessiva	64%	100%
15	Diminuição da libido (desejo sexual diminuido)	28%	100%

FASE III - EXAUSTÃO (ESGOTAMENTO)

Sintomas experimentados nos ULTIMO 3 (TRES)MÊSES:

Para Marilda Emmanuel Novaes Lipp esta é a fase "crítica e perigosa", ocorrendo uma espécie de retorno a primeira fase, porém agravada e com comprometimentos físicos em formas de doenças.

TESTE DE LIPP

Ordem	Enunciado da pergunta	Percentual	Total
01	Diarreia frequente	14%	100%
02	Dificuldades sexuais	14%	100%
03	Formigamento nas extremidades (pés e mãos)	33%	100%
04	Insônia	50%	100%
05	Hipertensão arterial confirmada	75%	100%
06	Problemas dermatológicos prolongados (pele)	33,8%	100%
07	Mudança extrema de apetite	50%	100%
08	Taquicardia (batimentos acelerados de coração).	50%	100%
09	Tontura frequente	33%	100%
10	Úlcera	0,0%	100%
11	Impossibilidade de trabalhar	14%	100%
12	Pesadelos	28%	100%
13	Sensação de incompetência em todas as áreas	14%	100%
14	Vontade de fugir de tudo	40%	100%
15	Apatia, vontade de nada fazer, depressão ou raiva prolongada	28%	100%
16	Cansaço excessivo	62%	100%
17	Pensamento constante sobre o mesmo assunto	38%	100%
18	Irritabilidade sem causa aparente	50%	100%
19	Angústia ou ansiedade diária	38%	100%
20	Hipersensibilidade emotiva	38%	100%
21	Perda de senso de humor	42%	100%

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do questionário aplicado, foi possível avaliar o nível de estresse, mas é importante ressaltar que os sintomas também podem significar a presença de outros problemas. O presente estudo contribuiu para aprofundar o conhecimento existente na área. Foram observados. Foram encontrados alguns dados significativos. entre eles, um índice maior de estresse foram os sintomas experimentados nas últimas 24 horas. O participante que assinalou acima de 8 itens, o seu nível de estresse está altíssimo. Precisa de cuidados. Aconselho buscar auxílio de um psicólogo especializado em estresse.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

LIPP, M. E. N. Pesquisas sobre stress no Brasil:saúde, ocupações e grupos de risco.Campinas: Papyrus . (1996)

CALAIS, S. L. Diferenças entre homens e mulheres na vulnerabilidade ao stress. In M. E. N. Lipp (Ed.), Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas (pp.87-90) São Paulo: Casa do Psicólogo (2003)

COX, T. Stress, coping and problem solving. *Work and Stress*, (1987)1 (1), 5-14

SELYE, H. Stress, a tensão da vida.São Paulo: Ibrasa.(1954)

SILVA, E. A. T., & Martinez, A. Diferença em nível de stress em duas amostras: capital e interior de São Paulo. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 22 (1), 53-61. (2005).

GLASSMAN, W. E., & Hadad, M. *Psicologia : abordagensatuais* (4ª ed.). Porto Alegre: Artmed (2006).

MARTINS, L. M. M., BRONZATTI, J. A. G., VIEIRA, C. S. C. A., PARRA, S.H. B., & SILVA, Y. B. Agentes estressores no trabalho ugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. *Revista da Escola de Enfermagem USP*,(2000).

PASCHOAL, T. & TAMAYO, A. Validação da Escala de estresse no Trabalho. *Estudos de Psicologia*,(2004). 9(1), 45-52.

MARTINEZ, M. C. & LATORRE, M. R. D. O. Fatores associados à capacidade para o trabalho de trabalhadores do Setor Elétrico. *Cadernos de Saúde Pública*, (2009).25(4), 761-772.

LIPP, M. E. N. Pesquisas sobre stress no Brasil:saúde, ocupações e grupos de risco.Campinas: Papyrus.Lipp, M. E. N. (2000). Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp. São Paulo: Casa do Psicólogo.Lipp, M. E. N. (2003a).

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002b.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Pesquisa Social – Teoria, método e criatividade.Petrópolis: Vozes, 2002.

MINAYO, Maria Cecília Santos & SANCHES, Odécio. Quantitativo-Qualitativo: oposição ou complementaridade? Caderno de Saúde Pública. RJ, 9 (3), p. 239-248, jul/set, 1993.

RICHARDSON, Roberto Jarry et al. Pesquisa Social– métodos e técnicas. SP: Atlas, 1999.

SEYLE, H. Stress in health and disease. Boston: Butterworth.1954.

APÊNDICE

TESTE DE LIPP

Assinale no interior dos parenteses, os sintomas que tem experimentado nas **ÚLTIMAS 24 HORAS:**

- () Mãos e/ou pés frios
- () Boca Seca
- () Nó ou dor no estômago
- () Aumento de sudorese (muito suor)
- () Tensão muscular (dores nas costas, pescoço, ombros)
- () Aperto na mandíbula/ranger de dentes, ou roer unhas ou ponta de caneta
- () Diarréia passageira
- () Insônia, dificuldade de dormir
- () Taquicardia (batimentos acelerados do coração)
- () Respiração ofegante, entrecortada
- () Hipertensão súbita e passageira (pressão alta súbita e passageira)

- () Mudança de apetite (comer bastante ou Ter falta de apetite)
- () Aumento súbito de motivação
- () Entusiasmo súbito
- () Vontade súbita de iniciar novos projetos

TESTE DE LIPP

Para identificá-la assinale no interior dos parenteses, os sintomas que tem experimentado no **ÚLTIMO MÊS:**

- () Problemas com a memória, esquecimentos
- () Mal-estar generalizado, sem causa específica
- () Formigamento nas extremidades (pés ou mãos)
- () Sensação de desgaste físico constante
- () Mudança de apetite
- () Aparecimento de problemas dermatológicos (pele)
- () Hipertensão arterial (pressão alta)
- () Cansaço Constante
- () Aparecimento de gastrite prolongada (queimação no estômago, azia)
- () Tontura, sensação de estar flutuando
- () Sensibilidade emotiva excessiva, emociona-se por qualquer coisa
- () Dúvidas quanto a si próprio

- () Pensamento constante sobre um só assunto
- () Irritabilidade excessiva
- () Diminuição da libido (desejo sexual diminuído)

TESTE DE LIPP

Para identificá-la assinale no interior dos parenteses, os sintomas que tem experimentado nos **ÚLTIMOS 3 (TRÊS) MESES:**

- () Diarréias freqüentes
- () Dificuldades Sexuais
- () Formigamento nas extremidades (mãos e pés)
- () Insônia
- () Tiques nervosos
- () Hipertensão arterial confirmada
- () Problemas dermatológicos prolongados (pele)
- () Mudança extrema de apetite
- () Taquicardia (batimento acelerado do coração)
- () Tontura freqüente
- () Úlcera
- () Impossibilidade de Trabalhar

- () Pesadelos
- () Sensação de incompetência em todas as áreas
- () Vontade de fugir de tudo
- () Apatia, vontade de nada fazer, depressão ou raiva prolongada
- () Cansaço excessivo
- () Pensamento constante sobre um mesmo assunto
- () Irritabilidade sem causa aparente
- () Angústia ou ansiedade diária
- () Hipersensibilidade emotiva
- () Perda do senso de humor

