

Estresse Ocupacional

VISÃO GERAL

O estresse ocupacional é definido como as reações físicas e emocionais que ocorrem quando as demandas no trabalho excedem a capacidade, tolerância, recursos e necessidades do anesthesiologista. O estresse excessivo pode levar a consequências graves, como piora no desempenho no trabalho, grande impacto na segurança dos pacientes e dos anesthesiologistas, além de comprometer a saúde dos profissionais e suas vidas familiares.

RECOMENDAÇÕES

Nível Individual

- É recomendado um processo de adaptação individual às expectativas diárias:
- Não negar a situação
- Evitar o isolamento
- Diminuir a intensidade da rotina
- Alcançar um equilíbrio entre família, amigos, trabalho e descanso
- Se necessário, procurar aconselhamento psicológico profissional

Equipe

- Os colegas de trabalho são fundamentais para o diagnóstico precoce e o suporte. Contar com um programa de saúde ocupacional, um espaço para compartilhar experiências, apoio profissional para melhorar as relações interpessoais e buscar um ambiente de trabalho mais humanizado, compassivo e menos competitivo.

Nível Institucional

- Garantir um equilíbrio entre a carga de trabalho e as habilidades e recursos do anesthesiologista;
- Oferecer oportunidades para que os profissionais utilizem todas as suas habilidades – cada atividade deve ter um significado claro;
- Definir claramente os papéis e responsabilidades do anesthesiologista;
- Envolver os anesthesiologistas na tomada de decisões quando mudanças potenciais afetarem sua rotina;
- Otimizar a comunicação;
- Reduzir a incerteza – estabelecer planos de carreira e explorar futuras oportunidades de trabalho;
- Proporcionar oportunidades de socialização entre os trabalhadores;
- Estabelecer horários de trabalho que correspondam às demandas e responsabilidades dos anesthesiologistas;
- Melhorar as medidas de segurança dentro da sala de operação;
- Melhorar a infraestrutura.

SUPORTE NECESSÁRIO

Responsável

Diretor de Gestão Integrada

Diretor de Qualidade e Segurança

Diretor de Geral