

DEPRESSÃO, ANSIEDADE E EMPATIA EM PROFISSIONAIS DE AJUDA

Queirós, C.

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto

Actualmente a actividade profissional é considerada como um vector estruturante da vida de cada indivíduo. Contudo, algumas profissões, pelas características das tarefas desempenhadas, podem facilitar o desequilíbrio psicológico, provocando depressão e estados de ansiedade crónicos. Os trabalhadores que desempenham funções em profissões de ajuda parecem estar mais vulneráveis a perturbações psicológicas, pois ao usarem a empatia com doentes ou utentes que a eles recorrem, facilmente podem esgotar os seus recursos emocionais. O confronto com as condições de trabalho nem sempre correspondentes às suas expectativas, e o contacto com doentes/utentes em situação de crise e que deles exigem muita atenção, podem provocar uma diminuição da realização profissional, bem como levantar dúvidas sobre a sua competência profissional. Facilmente então o profissional fica ansioso, desmotivado ou deprimido, o que não só o fragiliza do ponto de vista individual, como também pode prejudicar a qualidade dos serviços prestados, afectando a instituição na qual trabalha.

PERCEPÇÃO DE STRESS E EMPATIA EM ENFERMEIROS

Rodrigues, S. & Queirós, C.

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto

Introdução: A enfermagem é uma profissão desgastante, pois implica interagir com alguém em situações de crise e de sofrimento. Devido à sobrecarga e ao stress enfrentado, a qualidade deste relacionamento pode estar comprometida, diminuindo a qualidade dos cuidados prestados. Apesar do stress, alguns profissionais conseguem estabelecer com o doente uma relação empática. Tentamos verificar se nos enfermeiros existe uma correlação entre a empatia e o stress percebido.

Método: Questionários de auto-preenchimento para avaliação da empatia (Jefferson Scale of Physician Empaty, de Hojat et al., 2001), percepção de stress (Perceived Stress Scale, versão de Mota Cardoso et al., 2002) e características sócio demográficas, aplicados a uma amostra não probabilística de tipo voluntário constituída por 74 enfermeiros de dois hospitais do distrito de Aveiro.

Resultados: Verificou-se que maiores níveis de empatia estão associados a menores níveis de stress percebido. Os inquiridos apresentam elevada empatia mas níveis de stress moderados. O sexo feminino apresenta maiores níveis de stress e de empatia.

Conclusões: Sugere-se intervir nas instituições de saúde, no sentido de em função das características da personalidade de cada profissional e da sua percepção de stress e das condições de trabalho, o ajudar a enfrentar positivamente os desafios provocados pelas suas tarefas profissionais.