



Universidade Federal Fluminense

ESCUELA DE ENFERMERÍA
AURORA DE AFONSO COSTA



Estrategias de afrontamiento y coping del estrés ocupacional utilizadas por los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario: scoping review

Claudia Cristiane Filgueira Martins Rodrigues¹, Kinsa Yasmin Andrade Alves¹, Lannuzya Veríssimo e Oliveira¹, Pétala Tuani Cândido de Oliveira Salvador¹

¹ Universidad Federal de Rio Grande do Norte

RESUMÉN

Objetivo: Identificar y mapear las estrategias de afrontamiento y coping del estrés laboral utilizadas por los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario. **Método:** Es una scoping review basada en las recomendaciones del Joanna Briggs Institute. La recolección de datos tuvo lugar en junio de 2020, en bases de datos que indexan artículos científicos, disertaciones y tesis. Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva simple. **Resultados:** La muestra final estuvo constituida por 63 estudios, de los cuales 49 (77,8%) correspondieron a artículos. Las estrategias para afrontar el estrés ocupacional presentadas en los estudios fueron: coping activo; cuidados personales; Prácticas integradoras y complementarias; apoyo social; formación; apoyo organizacional; y estrategia negativa. Estos deben abarcar los niveles de prevención primaria, prevención secundaria y terciaria. **Conclusión:** Las estrategias de afrontamiento enumeradas en los estudios incluían medidas que aseguran la reducción de la sobrecarga de trabajo; ayudar en el desarrollo de habilidades para lidiar con el estrés; y diseñar programas de asistencia especial.

Descriptores: Salud Ocupacional, Estrés Laboral, Adaptación Psicológica, Profesionales de enfermería. Hospitales.

INTRODUCCIÓN

El concepto de estrés se ha utilizado ampliamente en la actualidad para designar un conjunto de manifestaciones biopsicosociales. Estos incluyen aumento de la frecuencia cardíaca y la presión arterial, sudoración, dolor muscular, ansiedad, fatiga, irritabilidad, insomnio, trastornos alimentarios, disminución de la capacidad de concentración y otros efectos nocivos que afectan la calidad de vida, el rendimiento general y las relaciones interpersonales del individuo ⁽¹⁾.

Se sabe que, a lo largo de la vida, todo individuo se enfrenta a agentes que predisponen la aparición del estrés, tanto en la dimensión personal como profesional. En el ámbito profesional, los avances tecnocientíficos y la consolidación del sistema neoliberal estimularon las demandas de productividad e incitaron a la competencia, lo que a su vez aumentó el estrés entre los trabajadores ⁽²⁾.

Así, el estrés ya es una patología reconocida por la Organización Internacional del Trabajo y puede ocasionar numerosas demandas físicas y psicológicas en el individuo. Puede manifestarse por síntomas leves como dolores de cabeza frecuentes, taquicardia, trastornos de la alimentación y del sueño o incluso progresar a una enfermedad crónica como la hipertensión arterial sistémica ⁽²⁾.

Entre los profesionales más susceptibles al estrés laboral destacan los de enfermería, que suelen estar sometidos a sobrecarga laboral, deficiencias

estructurales, relaciones laborales precarias y devaluación profesional. Además, como resultado de su proceso de trabajo, la enfermería se enfrenta a diario al sufrimiento, la angustia y el dolor de los pacientes y familiares ⁽³⁾.

Para los profesionales de enfermería que laboran en el contexto hospitalario, existe la necesidad de una toma de decisiones inmediata y frecuente; el manejo de tecnologías duras; la administración y supervisión de personas; y asistencia directa e indirecta a pacientes críticamente enfermos o en riesgo de muerte inminente ⁽⁴⁾. Estos factores a menudo resultan en insatisfacción laboral y aumentan el estrés ocupacional ⁽⁵⁾.

Los estudios muestran que el alto nivel de estrés laboral entre los profesionales de enfermería está relacionado con la incapacidad temporal en el trabajo, el absentismo y la mayor ocurrencia de iatrogenesis, con un impacto negativo en la calidad de la atención brindada a los pacientes ^(6,7).

En este contexto, surgen estrategias de afrontamiento y coping. Es necesario diferenciar entre el concepto del término estrategias de afrontamiento y el concepto de coping presentado en la literatura. La palabra afrontar viene del verbo inglés cope, que significa enfrentarse, luchar, competir ⁽⁸⁾.

De esta forma, corresponden a todos los esfuerzos cognitivos y conductuales, con dos funciones principales, a saber: I- el manejo o alteración del evento estresante y; II- el

control, reducción o eliminación de respuestas emocionales al evento estresante ⁽⁹⁾.

Las estrategias de afrontamiento son las acciones que utilizan principalmente los profesionales para afrontar el estrés laboral. Cabe agregar que dichas estrategias pueden ser cambiantes constantemente, de acuerdo con las características del estresante y los requerimientos del contexto. Parece que los individuos desarrollan diferentes formas de afrontamiento, incluso ante la misma situación conflictiva ⁽¹⁰⁾.

En este sentido, diferentes estudios buscan comprender las formas de afrontamiento utilizadas en relación al estrés de los profesionales de enfermería, especialmente en el contexto hospitalario, con el fin de comprender las dinámicas laborales y relacionales así como las formas de expresión / posicionamiento de estos individuos, favoreciendo mejorar la calidad de vida profesional ⁽⁴⁻¹¹⁾.

De esta forma, resulta pertinente mapear las estrategias de afrontamiento del estrés laboral que utilizan los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario, especialmente en el contexto actual, en el que se vive la pandemia Covid-19, que ha requerido de muchas adaptaciones por parte de estos profesionales para superar los desafíos diarios que exige el escenario pandémico. Se entiende que este mapeo puede apoyar la reflexión e implementación de estrategias de cuidado para los profesionales de enfermería.

Ante lo anterior, se planteó la pregunta: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento y coping del estrés laboral que utilizan los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario? Así, el objetivo es identificar y mapear las estrategias de afrontamiento y coping del estrés laboral que utilizan los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario.

MÉTODO

Se trata de una scoping review, que es conceptualizada por el Joanna Briggs Institute como un tipo de revisión de la literatura dirigida a mapear conceptos relacionados con un determinado tipo de tema ⁽¹²⁾ y presentada de acuerdo con las recomendaciones del Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation ⁽¹³⁾.

Para sistematizar los procesos de construcción de esta scoping review, se adoptó un protocolo de investigación, registrado en el Open Science Framework, y estructurado con los ítems: tipo de estudio, objetivo, composición de la muestra, formulación de preguntas, criterios de inclusión, exclusión, recopilación de datos, extracción de datos y síntesis de datos.

Así, el objetivo fue planteado y respondido a partir del análisis de las producciones científicas -artículos, disertaciones y tesis- sobre estrategias de afrontamiento y coping del estrés ocupacional utilizadas por los profesionales de enfermería en el ámbito hospitalario,

correspondientes a la muestra de este estudio.

La formulación de la pregunta siguió al PCC mnemónico, en el que: 1) P (*population*) - Profesionales de enfermería; 2) C (concept) - afrontar el estrés laboral; y 3) C (contexto) - Área hospitalaria. Dicho esto, se obtuvo la siguiente pregunta de investigación: "¿Cómo afrontan los profesionales de enfermería del área hospitalaria el estrés laboral?".

Inicialmente, para identificar la existencia de estudios y protocolos similares a los conceptos de esta scoping review, en junio de 2020 se realizó una búsqueda en las bases de datos JBI *Clinical Online Network of Evidence for Care and Therapeutics* (CONNECT+), *Database of Abstracts of Reviews of Effects* (DARE), *International Prospective Register of Ongoing Systematic Reviews* (PROSPERO) e *The Cochrane Library*. Hubo un estudio que contempló el "concepto" y el "contexto" similar a la pregunta de investigación antes mencionada, sin embargo la "población" estuvo compuesta por profesionales de la salud. Por lo tanto, no se identificaron protocolos y revisiones con un tema similar.

Después de esta etapa, se desarrollaron estrategias de investigación. La identificación de *Medical Subject Headings* (MeSH) y descriptores de ciencias de la salud (DeCS), coherente con el PCC mnemónico preestablecido, se produjo a partir de la búsqueda en el portal *PubMed Central* (PMC) y en la base de datos *Cumulative Index to Nursing and*

Allied Health Literature (CINAHL) y Biblioteca Virtual en Salud (BVS).

De esta forma, se delimitaron las estrategias de investigación: 1) MeSH: (*Nurses OR nursing*) AND (*Psychological adaptation OR coping strategies OR Stressors OR Coping OR work stress OR Burnout OR coping style*) AND *hospital*; e 2) DeCS: (profesionales de enfermería OR enfermagem OR equipe de enfermagem) AND (adaptación psicológica OR Coping OR estrategias de afrontamiento estrés OR salud Ocupacional OR carga de trabajo) AND (hospitales OR hospital OR contexto hospitalario).

La selección de la muestra se realizó en junio de 2020, utilizando las estrategias de investigación mencionadas en las bases de datos. PubMed, CINAHL, *Web of Science*, Scopus, Base de Datos de Enfermería (BDENF), BVS e *Education Resources Information Center* (ERIC), lo logrado a través del acceso a través de la Comunidad Académica Federada en el Portal de Revistas de la Coordinación para el Perfeccionamiento del Personal de Educación Superior (CAPES).

Además de los estudios indexados en las bases de datos anteriores, se realizaron búsquedas en portales que brindan disertaciones y tesis, tales como: Catálogo de Tesis y Disertaciones CAPES, Europe E-Theses Portal (DART), Electronic Theses Online Service (ETHOS), Repositorio científico de acceso abierto de Portugal (RCAAP), National ETD Portal e Theses Canada.

Se incluyó una investigación con enfoque cualitativo y cuantitativo,

publicada íntegramente y en portugués, español o inglés. Se excluyeron editoriales, relatos de experiencias y ensayos teóricos. No se definió límite de tiempo.

La preselección de los estudios se realizó mediante la lectura del título y el resumen. La selección de la muestra final, por otro lado, procedió a una lectura completa. En esa ocasión, se recolectaron las variables: tipo de estudio, año de publicación, país de origen, educación del autor, tema, tipo de investigación, procedimientos de recolección de datos, procedimientos de análisis de datos, sujetos de investigación, ambiente recopilación de datos y detalle de estrategias para afrontar el estrés.

Estas variables se ordenaron y tabularon en una hoja de cálculo de Microsoft Excel, y luego se analizaron los datos mediante estadística descriptiva simple.

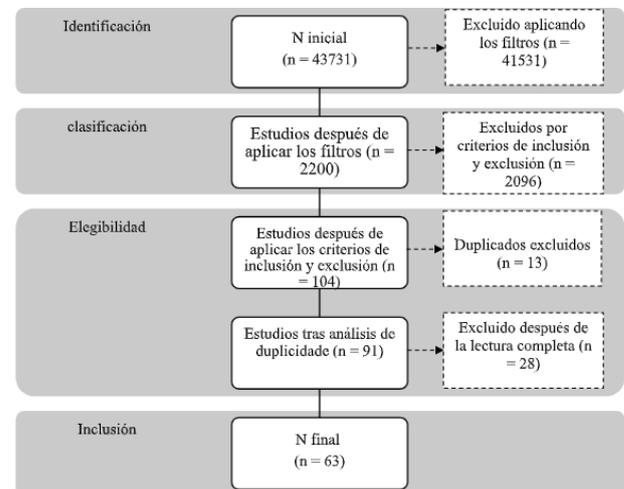
En cuanto a los aspectos éticos, por tratarse de datos de dominio público, no exigió el reconocimiento por parte del Comité de Ética e Investigación, de acuerdo con los supuestos de la Resolución No. 510/2016, del Consejo Nacional de Salud.

RESULTADOS

Del número inicial de estudios, 63 (0,1%) componen la muestra final (Figura 1): 49 (77,8%) artículos, 12 (19,0%) disertaciones y 2 (3,2%) tesis, cuyas dimensión temporal varió de 1990 a 2020, con el mayor número de publicaciones en los últimos seis años - 2015 a 2020,

período en el que se publicaron 40 (63,5%) encuestas sobre el tema estudiado.

Figura 1. Diagrama de flujo adaptado do PRISMA ScR.



Fuente: Adaptado de PRISMA ScR.

Los estudios componentes de la muestra final fueron producidos por autores de Enfermería (56; 88,9%), Medicina (5; 7,9%) y Psicología (2; 3,2%) y se desarrollaron dentro de 16 diferentes países, con énfasis en las encuestas realizadas en Brasil (34; 54,0%) y en Estados Unidos (10; 15,9%) (Figura 2).

Figura 2. Países donde se realizaron los estudios, en números absolutos.



En cuanto al tema mencionado por los autores de los estudios seleccionados, 43 (68,3%) mencionaron investigar estrategias de afrontamiento del estrés, mientras que los demás (20; 31,7%) utilizaron la nomenclatura "estrategias de coping". De estos últimos, se destaca que 18 (28,6%) encuestas provinieron de Brasil, lo que puede indicar una preferencia por el uso del término "estrategias de afrontamiento" en otros países.

En cuanto al enfoque metodológico utilizado por los estudios, hay un énfasis significativo en la investigación cuantitativa

(48; 76,2%) en el estudio del afrontamiento del estrés, por lo que solo 10 (15,9%) estudios utilizaron un enfoque cualitativo y 1 (1,6%) combinó ambos tipos de enfoque. Cabe destacar que se incluyeron 4 (6,3%) estudios de revisión de la literatura, los cuales no fueron clasificados al respecto. El cuadro 1 destaca los instrumentos de recolección de datos utilizados por los investigadores, así como sus procedimientos de análisis.

Cuadro 1. Enfoque metodológico, instrumentos de recolección y procedimientos de análisis de las investigaciones seleccionadas.

Enfoque	Instrumentos de recolección de datos	Análisis de los datos
Cuantitativo (48; 76,2%)	<p><i>Evaluar estrategias de afrontamiento del estrés / coping</i></p> <p>Escala de <i>Coping</i> Ocupacional (ECO) Escala de <i>Coping</i> Religioso-Espiritual (CRE) Escala de Modos de Enfrentamiento de los Problemas (EMEP) Inventario de Estrategias de <i>Coping</i> de Lazarus y Folkman <i>Simple Coping Style Scale</i></p> <p><i>Para Evaluar otras variables estudiadas</i> <i>Beck depression inventory</i> (BDI) Devilliers, Carson e Leary (DCL) <i>Stress Scale</i> Escala Bianchi de Stress Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-42) Escala de Estrés de Enfermería (NSS) Escala de Estrés en el Trabalho (EET) Escala de <i>Hardiness</i> (EH) Escala de satisfacción con el apoyo social (ESSS) Escala ProQOL (satisfacción, pasión y fatiga) Formulario de encuesta de actividades diarias <i>Health-Promoting Lifestyle Profile</i> (HPLP-II) <i>Kinzei's Scale for Measuring Stress</i> <i>Kogan's Attitudes Toward Old People Scale</i> <i>Korean Five-Facet Mindfulness Scale</i></p>	<p>Estadísticas descriptivas Estadística inferencial</p>

	Lista de Sintomas de Stress (LSS) <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI) <i>Measurement of Occupational Stressors</i> (ERI) <i>Perceived Organisational Support scale</i> (POS) <i>Psychological Capital Questionnaire</i> (PCQ) Cuestionario sobre consumo de ansiedad y trabajo (QRCAT) <i>State Hope Scale</i> <i>Toronto Alexithymia Scale</i> (TAS-20) <i>Utrecht Work Engagement Scale</i> (UWES) WHOQOL-bref (qualidade de vida) <i>Wong and Law Emotional Intelligence Scale</i> (WLES) <i>Work-family conflict</i> (WFC) <i>Workplace Stress Scale</i> (WSS)	
Cualitativa (10; 15,9%)	Entrevista Grupo de enfoque Nota Di�ario de campo	An�alisis de contenido An�alisis tem�atico An�alisis fenomenol�gico NVivo
Mixta (1; 1,6%)	Cuestionario y <i>Antonovsky's SOC questionnaire</i>	An�alisis tem�atico y estad�stica descriptiva

Fuente: Elaboración propia.

Entre los instrumentos utilizados para identificar estrategias de afrontamiento del estrés / coping, las investigaciones analizadas utilizaron de forma más destacada: el inventario de estrategias de *Coping* de Lazarus y Folkman, un instrumento autoaplicable compuesto por 66 ítems, que agrupa las estrategias en las áreas de confrontación, retraimiento, autocontrol, apoyo social, aceptación de la responsabilidad, escape y evitación, reevaluación positiva y resolución de problemas; e a *Simple Coping Style Scale*, una escala que subdivide las estrategias de afrontamiento en positivas, como el apoyo de familiares o amigos, y negativas, como procrastinar, intentar olvidar todo, etc.

En cuanto a los sujetos participantes en las investigaciones analizadas, predominaron los estudios que investigaron las estrategias de afrontamiento de los enfermeros al estrés (36; 57,1%), seguidos de los que encuestaron al equipo de enfermería en su conjunto (20; 31,7%) . Tres (4,8%) investigaciones incluyeron solo a técnicos de enfermería, otras 3 (4,8%) estudiaron, junto con el equipo de enfermería, los médicos y 1 (1,6%) también incluyó a estudiantes de medicina como sujetos participantes.

A excepción de los estudios del tipo de revisión de la literatura (4; 6,3%) componentes de la muestra final de esta scoping review, todas las investigaciones evaluaron cómo afrontar el estrés en el

entorno hospitalario (59; 93,7%), que se investigó junto con el contexto del home care y la atención prehospitalaria en solo 1 encuesta (1,6%). Algunos autores especificaron el sector hospitalario analizado, con énfasis en: quirófano (5; 7,9%); Unidad de Cuidados Intensivos (4; 6,3%); sala de emergencias (2; 3,2%); y enfermería (2; 3,2%).

El gráfico 2 enumera las estrategias de afrontamiento al estrés/coping mencionadas por los estudios analizados.

Quadro 2. Estrategias de afrontamiento del stress/coping aclaradas por la investigación analizada.

Estrategia	Detallando
<i>Coping activo</i>	Resiliencia, encontrar significado en el trabajo, fomentar las conexiones interpersonales, desarrollar una actitud positiva, realizar Higiene emocional, reconociendo la singularidad y las contribuciones de una persona en el trabajo, reinterpretando positivamente el factor estresante y desarrollando la inteligencia emocional.
Cuidados Personales	Ejercicios físicos, música, lectura, conocimiento, meditación, religiosidad, actividades de ocio
Prácticas integradoras y complementarias	Auriculoterapia, masajes y aromaterapia
Apoyo social	Participación en grupos psicoterapéuticos y búsqueda de apoyo de familiares a amigos.
Formación	Entrenamiento breve en asertividad, curso de Mindfulness, programa de manejo del estrés, entrenamiento en resolución de conflictos y habilidades comunicativas
Apoyo organizacional	Arreglos de trabajo adecuados, un ambiente de aprendizaje que promueva el crecimiento y desarrollo individual y condiciones laborales positivas.
Estrategia negativa	Uso de drogas y sustancias (tabaco), distancia, negación

Fuente: Elaboración propia.

En general, se enfatizó que las estrategias para enfrentar el estrés deben involucrar tres niveles de prevención: 1) prevención primaria, que incluye aclaración del trabajo, mayor autonomía y control que tienen los empleados para reducir la sobrecarga laboral; 2) prevención

secundaria, para ayudar a los trabajadores a desarrollar habilidades de afrontamiento como forma de afrontar el estrés; y 3) prevención terciaria, ofreciendo programas especiales de asistencia, es decir, tratamiento de trabajadores que padecen trastornos relacionados con el estrés.

DISCUSIÓN

Los resultados indican que los estudios fueron publicados en 16 países diferentes y principalmente en tres áreas del conocimiento, todas en el área de la salud, aspecto que refleja la gran repercusión del tema afrontamiento del estrés, especialmente en el área de la salud ⁽¹⁴⁾.

Además, se destacó la categoría de artículos científicos de estudio (literatura blanca), que se asocia a una amplia difusión del conocimiento sobre este tema en plataformas de búsqueda de fácil acceso ⁽¹⁵⁾.

También se pudo identificar el incremento en el número de publicaciones sobre el tema en los últimos seis años. Este hecho puede estar relacionado con la notoria relevancia que tomaron las enfermedades mentales y del comportamiento durante este período. Después de todo, este tipo de enfermedades, que se manifiestan por crisis de ansiedad, estrés, fatiga y agotamiento profesional, han sido un tema recurrente en el ámbito laboral, especialmente entre los profesionales de la salud ⁽¹⁶⁾.

Estas enfermedades son responsables de una importante reducción del potencial de oferta laboral, aumento del absentismo y la exclusión social de miles de personas, generando altos costos económicos y sociales ⁽¹⁷⁾.

Es de destacar que el área de conocimiento que más investiga sobre el tema es la enfermería, ya que

históricamente es una profesión que tiene en su proceso de trabajo el contacto directo con los estresores y el sufrimiento humano ⁽¹⁸⁾.

Entre las situaciones que pueden desencadenar estrés en el trabajo del enfermero, los estudios destacan las cargas físicas y psicológicas presentes en este contexto, tales como: alta responsabilidad en el cuidado de los demás; limitación de la autonomía profesional; ritmos, tiempos y exigencias. Así, es posible mostrar que los estresores son inherentes a la profesión de enfermería en cualquiera de los ambientes laborales en los que se desenvuelven estos profesionales ⁽¹⁹⁾.

Por tanto, saber afrontar estas demandas y las respuestas físicas y mentales que el estrés puede desencadenar en este organismo es de suma importancia para minimizar las posibles consecuencias nocivas en el organismo de estos profesionales.

Así, las respuestas a una reacción de estrés, que desencadena síntomas físicos, psicológicos y conductuales, se pueden igualar mediante el uso de estrategias de afrontamiento, que permiten al profesional no enfermarse por estrés laboral ⁽¹⁹⁾.

Mientras tanto, las estrategias de afrontamiento del estrés y el coping son recursos ampliamente utilizados para minimizar las consecuencias negativas del estrés. Estos términos estuvieron presentes en los resultados de este estudio.

Denotamos que los estudios que aportaron el coping identifican las situaciones que realizan los individuos para afrontar o adaptar las demandas de estrés presentes en el entorno laboral. La investigación informa que es posible identificar estrategias de coping centradas en el problema, como toma de decisiones, orientación o apoyo, autocontrol, etc. Y otros se centraron en la emoción, como el desbordamiento emocional ^(22; 23).

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, algunos estudios sitúan acciones de apoyo social, como estar con amigos o familiares, relacionarse bien con los compañeros de trabajo; escuchar música y seguir siendo escuchado sobre su problema ⁽²⁴⁾.

También se pudo identificar que la mayoría de los estudios presentaron un diseño metodológico de tipo cuantitativo, aspecto que se justifica por el hecho de que tanto el estrés como el coping cuentan con escalas de fácil aplicación a los participantes, que permiten medir el nivel de estrés experimentado por los participantes. individuo, sus fases y sus signos y síntomas ^(25, 26, 27).

Las escalas de coping le permiten capturar las posibles influencias organizativas que tienen en un grupo específico de personas. Sin embargo, es importante destacar que la investigación cualitativa también es relevante porque parte de la escucha activa de lo vivido por estos profesionales, peculiaridades que permiten un reflejo directo de su práctica profesional, ayudándoles a afrontar y

adaptar el estrés experimentado en su entorno de trabajo ⁽²⁷⁾.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento y coping del estrés identificadas en los estudios, fue posible clasificarlas en tres categorías. El primero se refiere a la prevención primaria, refiriéndose a un esclarecimiento de la función real que ocupan los puestos por los profesionales en la búsqueda de minimizar la sobrecarga en los servicios.

Un estudio sobre la perspectiva del estrés experimentado por los profesionales de enfermería señala que es necesario incentivar a estos trabajadores a participar activamente en la mejora del clima laboral y en el reconocimiento del proceso de trabajo con el fin de minimizar las demandas excesivas y la acumulación de funciones ⁽²⁸⁾.

Mientras tanto, a medida que se produce este reconocimiento, los profesionales son capaces de mantener un ritmo de trabajo adecuado, minimizando las exigencias estresantes presentes en el entorno laboral.

Otro aspecto abordado como estrategia de afrontamiento y coping por los estudios se clasificó como prevención secundaria, que se refiere a las formas en que los trabajadores pueden afrontar y hacer frente el estrés en sus actividades diarias. Un estudio señala que a partir de la mejora de la inteligencia emocional, mejorando la capacidad de reconocer los significados de las emociones y las relaciones en el entorno laboral, es posible orientar las acciones hacia una mejor adaptación a este entorno ⁽²⁹⁾.

Además, el uso de Prácticas Integrativas y Complementarias (PICs) apunta a una reducción del estrés laboral, afirmación identificada en una investigación con enfermeras estadounidenses, basada en el uso de la meditación enfocada en la respiración, el yoga y la meditación basada en la atención (mindfulness).⁽³⁰⁾ Al mismo nivel, otras prácticas como la auriculoterapia, la musicoterapia en el lugar de trabajo favorecen la minimización de demandas estresantes y posibilitan el bienestar en el desempeño de funciones.

Otra categoría mencionada en los estudios y catalogada como prevención terciaria fue la oferta de programas especiales de atención a los profesionales que padecen trastornos relacionados con el estrés. La investigación sobre el tema demuestra la relevancia del apoyo psicológico durante la jornada laboral, para mejorar la calidad de vida de los profesionales involucrados y que están experimentando dificultades en su relación con el trabajo.

Por tanto, es de suma importancia que la institución pueda reconocer el estrés como un trastorno capaz de enfermar al profesional y que se le pueda ofrecer apoyo emocional y físico. Por lo tanto, es fundamental implementar políticas para valorar a los trabajadores; la creación de condiciones laborales saludables; la reducción de horas de trabajo por turno; reemplazo adecuado de personal; integración entre trabajadores; y la promoción de la justicia organizativa y penal, el respeto y la educación.

CONCLUSIÓN

Se analizaron 63 estudios publicados entre 1999 y 2020 de 16 países diferentes y tres áreas de conocimiento diferentes. Entre las estrategias de afrontamiento y coping destacadas, fue posible categorizarlas en tres niveles de prevención del estrés: 1) prevención primaria, que incluye aclaración del trabajo, mayor autonomía y control que tienen los empleados para reducir la sobrecarga laboral; 2) prevención secundaria, para ayudar a los trabajadores a desarrollar habilidades de afrontamiento como forma de afrontar el estrés; y 3) prevención terciaria, ofreciendo programas especiales de asistencia, es decir, tratamiento de trabajadores que padecen trastornos relacionados con el estrés.

Como limitación del estudio en pantalla, podemos reportar el hecho de que la palabra estrategia de afrontamiento y coping no son descriptores controlados, lo que puede haber contribuido a la no selección de algún estudio. Es importante enfatizar que los resultados deben entenderse de acuerdo al límite de tiempo del período de recolección de datos.

Se espera contribuir a la promoción de este tema relevante en los días actuales en los que las estrategias de afrontamiento deben ser la guía para el bienestar de estos profesionales en el contexto laboral.

REFERENCIAS

1. Trettene AS, Ferreira JAF, Mutro MEG, Tabaquim MLM, Razera APR. Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em

- Unidades de Pronto Atendimento. Bol Acad Paul Psicol [Internet]. 2016 [cited 2020 jul 01];36(91):243-61. Available from:http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2016000200002
2. Rodrigues CCFM, Salvador PTCO, Assis YMS, Gomes ATL, Beserril MS, Pereira VE. Estresse entre os membros da equipe de enfermagem. Rev Enferm UFPE online [Internet]. 2017 [cited 2020 jul 02]; 11(2): 601-8. Available from:<https://pdfs.semanticscholar.org/982a/ef22b1cc21c4594b62d2d19c1718e5c05c8e.pdf>
3. Oliveira JF, Santos AM, Primo LS, Silva MRS, Domingues ES, Moreira FP. Satisfação profissional e sobrecarga de trabalho de enfermeiros da área de saúde mental. Ciênc Saúde Coletiva [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 24(7): 2593-99. Available from:<https://www.scielo.br/pdf/csc/v24n7/1413-8123-csc-24-07-2593.pdf>
4. Pereira SS, Texeira CAB, Reisdorfer E, Vieira MV, Donato ECS, Cardoso L. A relação entre estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento em profissionais de nível técnico de enfermagem. Texto Contexto Enferm [Internet]. 2016 [cited 2020 jul 03];25(4):2-8. Available from:https://www.scielo.br/pdf/tce/v25n4/pt_0104-0707-tce-25-04-2920014.pdf
5. Moura RS, Saraiva FJC, Santos RM, Rocha KRSL, Barbosa VMS, et.al. Níveis de estresse da enfermagem nas Unidades de Terapia Intensiva. Rev Enferm UFPE on line [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 13(3):569-577. Available from:<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revista-enfermagem/article/view/236549/31528>
6. Silva KKM, Martino MMF, Viana MCO, Bezerra CMB, Miranda FAN. Relationship between work shifts and quality of sleep of nurses: a descriptive study. Online Braz J Nurs [Internet]. 2018 [cited 2020 jul 03]; 16(1):57-63. Available from:<http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/5577>
7. Forte ECN, Pires DE, Padilha MI, Martins MMFPS. Erros de enfermagem: o que está em estudo. Texto Contexto Enferm [Internet]. 2017 [cited 20 jul 03]; 26(2):1-10. Available from:https://www.scielo.br/pdf/tce/v26n2/pt_0104-0707-tce-26-02-e01400016.pdf
8. Guido LA. Stress e coping entre enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica. Universidade de São Paulo. Tese [doutorado]. São Paulo: Escola de enfermagem da USP. 2003.
9. Lazaroto PK, Celich KLS, Souza SS, Léo MMF, Silva TG, Zenevycz LT. Estratégias de enfrentamento utilizadas pela equipe de enfermagem no cuidado ao paciente oncológico e família. Rev Enferm UFSM [Internet]. 2018 [cited 2020 jul 03]; 8(3): 560-575. Available from:<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/29408/pdf>
DOI:<https://doi.org/10.5902/2179769229408>
10. Cunha JHS, Frizzo HCS, Sousa LMP. Terapias complementares no cuidado aos profissionais de saúde que cuidam de pessoas com câncer. Cad Naturol Terap Complem [Internet]. 2016 [cited 2020 jul 03]; 5(9):69-74. Available from:<http://www.portaldeperiodicos.unisul.br/index.php/CNTC/article/view/4825>
11. Sant'ana JLG, Maldonado UM, Gontijo LA. Dinâmica de geração e dissipação do estresse na equipe de enfermagem num centro de oncologia. Rev. Latino-Am. Enferm [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 27(18):1-10. Available from:https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692019000100342&tlng=pt Doi:<https://doi.org/10.1590/1518-8345.2874.3156>
12. Joanna Briggs Institute (AU). The Joanna Briggs Institute Reviewers' Manual 2020: Methodology for JBI Scoping Reviews. Adelaide: JBI [Internet] 2020 [cited 2020 set 03]. Available from:<https://wiki.jbi.global/display/MANUAL>
13. Tricco, AC, Lillie E, Zarin W, O'Brien KK, Colquhoun H, Levac D, et al. PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. Ann Intern Med [Internet]. 2018 [cited 2020 set 09] 169(7). Available from: doi:10.7326/M18-0850
14. Ribeiro RP, Marziale MHP, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro PHV. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2018 [cited 2020 jul 03] 39(2). Available from:https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472018000100421&script=sci_arttext

15. Paiva JDM, Cordeiro JJ, Silva KKM, Azevedo GS, Bastos RAA, Bezerra CMB, et al . Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. Rev Enferm UFPE on line [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03] 13(1):483-490. Available from: DOI: [http://10.5205/1981-8963-v13i02a235894p483-490-2019](http://dx.doi.org/10.5205/1981-8963-v13i02a235894p483-490-2019)
16. Santana LC, Ferreira LA, Santana LPM. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem de um hospital universitário. Rev Bras Enferm [Internet]. 2020 [cited 2020 jul 03] 73(2). Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0997>
17. Pereira GS, Levandowski ML. Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento utilizadas por monitores de comunidades terapêuticas para abuso de substância. Aletheia [Internet]. 2016 [cited 2020 jul 03]; 49(1):60-73. Available from: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/3598>
18. Medeiros ARS, Evangelista CB, Cruz RAO, Amorim EH, et. Al. O burnout em profissionais de enfermagem que atuam em um complexo psiquiátrico. Rev Enferm UFSM [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 9(e36). Available from: DOI: <http://dx.doi.org/10.5902/2179769236205>
19. Reis CD, Amestoy SC, Silva GTR, Santos SD, Varanda PAG, et.al. Situações estressoras e estratégias de enfrentamento adotadas por enfermeiras líderes. Acta Paul Enferm [Internet]. 2020 [cited 2020 jul 03]; 33(1). Available from: <https://www.scielo.br/pdf/ape/v33/1982-0194-ape-33-eAPE20190099.pdf>
20. Petersen RS, Marziale MHP. Análise da capacidade no trabalho e estresse entre profissionais de enfermagem com distúrbios osteomusculares. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2017 [cited 2020 jul 03], 38(3). Available from: DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.03.67184>
21. Gonzalez MT, Landero RR, Quezada-Berumen LC. Escala de tolerancia al estrés: propiedades psicométricas en muestra mexicana y relación con estrés percibido y edad Ansiedad Estrés [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 25(2). Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S113479371930048X>
22. Antonioli L, Guanilob-Echevarría ME, Rosso LH, Junior, PRBF, Dal Pai D, et.al. Estratégias de coping da equipe de enfermagem atuante em centro de tratamento ao queimado. Rev Gaúcha Enferm. [Internet]. 2018 [cited 2020 jul 03]; 39(e). Available from: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/179335/001060963.pdf?sequence=1>
23. Avelino DC, Silva PMC, Costa LFP, Azevedo EB, Saraiva AM. Trabalho de enfermagem no centro de atenção psicossocial: estresse e estratégias de coping. Rev Enferm UFSM [Internet]. 2014 [cited 2020 jul 03]; 4(4). Available from: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/14163/pdf>
24. Sousa CV, Cabral JMS, Batista NK. A Síndrome de Burnout e o trabalho de técnicos de enfermagem em um Hospital Privado. Rev Alcance [Internet]. 2019 [cited 2020 jul 03]; 11(1):61-76. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Caissa_Sousa/publication/333411074_a_sindrome_de_burnout_e_o_trabalho_de_tecnicos_de_enfermagem_em_um_hospital_privado/links/5cf927a94585157d15963235/a-sindrome-de-burnout-e-o-trabalho-de-tecnicos-de-enfermagem-em-um-hospital-privado.pdf
25. Lipp MN. Manual do Inventário de Sinais e sintomas de Lipp, 2000.
26. Biachi ERF. Escala Bianchi de Estresse. Rev Esc Enferm USP [Internet] 2009. [cited 2020 jul 03]. 43(Esp). Available from: <https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43nspe/a09v43ns.pdf>
27. Calil TZN, Francisco CM. Estratégias nas instituições de saúde para reduzir estresse na enfermagem. Revista Científica de enfermagem [Internet] 2020. [cited 2020 jul 03] 10(29). Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S113479371930048X>
28. Ueno LGS, Bobroff MCC, Martns JT, Machado RCBR, Linares PG, Gaspar SG. Estresse ocupacional: estressores referidos pela equipe de enfermagem. Revista de Enferm UFPE. [Internet] 2017. [cited 2020 jul 03] 11(4). Available from: DOI: <http://10.5205/reuol.9763-85423-1-SM.1104201710>
29. Muniz M, Primi R, Miguel FR. Investigação da inteligência emocional como fator de controle do stress em guardas municipais. Psicologia: teoria e prática [Internet] 2007. [cited 2020 jul 03] 9(7). Available from: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?scrip>

t=sci_arttext&pid=S1516-36872007000100003

30. Rodriguez L, Silva EO, Neto GG, Montesinos DLL, Seva MJ et.al. Uso de práticas integrativas e complementares no tratamento de estresse ocupacional: uma revisão integrativa. *Enfermeria Global*. [Internet] 2016. [cited 2020 jul 03] 11(39). Available from: http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n39/pt_revision2.pdf

Received: 07/17/2020
Revised: 09/01/2020
Approved: 09/24/2020

31. Oliveira AFC, Teixeira ER, Athanazio AR, Soares RS. Psychic suffering and psychodynamics in the nurse's work environment: an integrative review. *Online Brazilian Journal of Nursing*. [Internet] 2020. [cited 2020 jul 03], 19(1). Available from: <http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6353>