

26

ESTRATÉGIA DE COPING
NA EQUIPE DE ENFERMAGEM▶ **Maria Madalena dos Santos nascimento**

Graduanda de Enfermagem no Centro Universitário de Ciências e Tecnologias do Maranhão -Unifacema. E-mail: mada.nascimento2021@gmail.com

 Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-9231184x>

▶ **Ana Carla Marques da Costa**

Doutora em Biologia Celular e Molecular aplicado à saúde ULBRA Email: ana.costa@unifacema.edu.

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-446-145x>

▶ **Danielly Conceição Costa**

Graduanda de Enfermagem no Centro Universitário de Ciências e Tecnologias do Maranhão -Unifacema.

Email: enfdaniellycosta@gmail.com

 Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-9118-6454>

▶ **Laís Lopes Meneses**

Enfermeira bacharel pela universidade Maurício de Nassau-Uninassau Email: lais.lopesmeneses@gmail.com

 Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5344>

▶ **Bethânia Rodrigues Cardozo**

Enfermeira Bacharel pela Universidade Maurício de Nassau-Uninassau. E-mail: bethaniacardozo23@gmail.com

 Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-5793-1311>

▶ **Milena Sousa Carvalho**

Enfermeira Bacharel pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologias do Maranhão -Unifacema. Email: millenanegocios@outlook.com

 Orci: <https://orcid.org/0000-0003-3993-1032>

▶ **Francisco Kaio Lima da Silva**

Enfermeiro Bacharel pela Universidade de Ciências e Tecnologias do Maranhão - Unifacema. E-mail: francisco.kayo.97@gmail.com

 Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5628-0097>

▶ **Simony Sousa da Silva**

Graduanda de enfermagem no Centro Universitario de Ciências e Tecnologia do Maranhão - Unifacema.

E-mal: simonysilvas2@hotmail.com

 Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-4795-0405>

► **Mariana Costa Andrade**

Graduanda de enfermagem do Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão- Unifacema. E-mail: marianaandrade0609@gmail.com.

 *Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-7039-8977>*

► **Francisco Braz Milanez Oliveira**

Doutor em medicina Tropical pelo Instituto Oswaldo Cruz (IOC - FIOCRUZ). E-mail: brazcm@hotmail.com

 *Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3841-0104>*

Autor correspondente:

► *Maria Madalena dos Santos Nascimento*

Rua grande s/n

Cidade: São João do Sóter, Maranhão, Brasil, CEP: 65615000

Celular: (99) 984297490

E-mail: mada.nascimento2021@gmail.com

RESUMO

Objetivo: examinar e mapear as evidências científicas sobre estratégia de coping na equipe de enfermagem. Metodologia: Scoping Review, baseado nos procedimentos recomendados pelo Instituto Joanna Briggs. Este método visa mapear os principais conceitos, clarificar e identificar lacunas do conhecimento, e obter a significância e a adequação da prática dos cuidados de saúde. Com base nestas perspectivas, estabeleceu-se a pergunta norteadora: “Quais são as evidências científicas sobre o uso da estratégia de coping na equipe de enfermagem?”. Foram realizadas buscas em três bases de dados nacionais e internacionais, sobre trabalhos publicados até abril de 2023. Dos 1389 estudos encontrados, 69 foram selecionados para leitura na íntegra, resultando em uma amostra final de 9 estudos analisados. Resultados: Os artigos foram publicados de 2018 a 2023, com abordagem qualitativa dos dados, sendo 04 estudo (50%) com delineamento transversal exploratório. No que tange a aplicação da estratégia de coping, 06 (75%) apontam que a aplicação da estratégia de coping é eficaz no enfrentamento de desafios vivenciados pela equipe de enfermagem. Conclusão: Ao implementar essas estratégias, a equipe de enfermagem estará mais preparada para enfrentar os desafios diários, reduzir o estresse e promover um ambiente de trabalho saudável. Isso resultará em benefícios tanto para os profissionais de enfermagem quanto para os pacientes, garantindo uma assistência de qualidade e contribuindo para o bem-estar de todos os envolvidos no processo de cuidado.

PALAVRAS-CHAVE: equipe de enfermagem; estratégia de coping.

26

COPING STRATEGY IN THE
NURSING TEAM

ABSTRAC

Objective: To examine and map the scientific evidence on coping strategies in nursing staff. **Methodology:** Scoping Review, based on the procedures recommended by the Joanna Briggs Institute. This method aims to map key concepts, clarify and identify gaps in knowledge, and obtain significance and appropriateness for healthcare practice. Based on these perspectives, the guiding question was established, “What is the scientific evidence on the use of coping strategies in nursing staff?” Searches were conducted in three national and international databases, on papers published until April 2023. Of the 1389 studies found, 69 were selected for reading in full, resulting in a final sample of 9 studies analyzed. **Results:** The articles were published from 2018 to 2023, with a qualitative approach to the data, being 04 studies (50%) with exploratory cross-sectional design. Regarding the application of coping strategies, 06 (75%) point out that the application of coping strategies is effective in facing challenges experienced by the nursing team. **Conclusion:** By implementing these strategies, the nursing team will be better prepared to face daily challenges, reduce stress and promote a healthy work environment. This will result in benefits for both nursing professionals and patients, ensuring quality care and contributing to the well-being of all involved in the care process.

KEY WORDS: nursing staff; coping strategy.

INTRODUÇÃO

As estratégias de enfrentamento são estratégias cognitivas, comportamentais ou emocionais que uma pessoa usa para gerenciar situações estressantes e manter a integridade mental e física. Portanto, são as formas pelas quais um indivíduo lida com o estresse, minimiza o efeito dos estressores no corpo e visa o bem-estar físico e mental (SILVA *et al.*, 2018).

As estratégias podem ser divididas em: enfrentamento focado no problema e enfrentamento focado na emoção. Ocorre quando uma situação estressante é julgada fácil de mudar e é acompanhada por uma carga de estresse menor. As estratégias de coping focadas na emoção são altamente carregadas emocionalmente e decorrem de processos de autodefesa (SANTOS, 2018).

As atitudes defronte aos estressores dos assalariados e profissionais de enfermagem caracterizam determinadas formas de orientar e superar as situações de sofrimento (SILVEIRA *et al.*, 2022).

Nesse sentido, com foco no enfrentamento e engajamento no trabalho, medidas podem ser tomadas para promover a saúde no ambiente de trabalho dos profissionais de saúde. Um equilíbrio entre as demandas do ambiente de trabalho e as habilidades do profissional pode ser um benefício significativo, possibilitando aspectos positivos relacionados ao desempenho do empregado (FARSEN *et al.*, 2020).

O referencial teórico do coping completa os conceitos propostos por Neuman, pois mostra esforços comportamentais e cognitivos que permitem a cada pessoa mudar e gerenciar os fatores internos e externos que causam fadiga, emoções negativas e ansiedade (SOUSA AR *et al.*, 2020). O estresse determina qualquer motivação que exija ambiente externo ou interno e transcende as fontes adaptação de um indivíduo ou sistema social, de acordo com a organização Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 90% stresse afeta a população mundial (GRAÇA *et al.*, 2019).

Portanto, enfrentar um problema significa que você está tentando superar o que está causando stresse e pode redirecioná-lo ao significado que vem das dificuldades, de levar a vida ou tenta resolver o problema para salvar equilíbrio das condições físicas, psicológicas e sociais (ANTONIOLLI *et al.*, 2018).

Estratégias de coping é um tema de suma importância para equipe de enfermagem, pois agrega um conjunto de técnicas e habilidade para lidar com situações de estresse e pressão no trabalho, assim melhora a saúde do profissional e a qualidade do atendimento do paciente. O presente estudo objetiva examinar e mapear as evidências científicas sobre o uso da estratégia de coping na equipe de enfermagem .

MATERIAIS E MÉTODOS

Desenho, período e local do estudo

Trata-se de um estudo de *Scoping Review (revisão de escopo)*, conforme o método de revisão proposto pelo Instituto Jonna Briggs (JBI) o qual é utilizado para mapear evidências sobre um determinado fenômeno e os principais conceitos que o sustentam, clarificar áreas de pesquisa e identificar lacunas do conhecimento (COLQUHOUN *et al.*, 2014). Difere-se das revisões sistemáticas, porque não visam avaliar a qualidade das evidências disponíveis e das revisões tradicionais da literatura uma vez que lista critérios de seleção pautados na relevância para o tema/fenômeno de forma mais sistemática (PETERS *et al.*, 2015; TRICCO *et al.*, 2018; LOCKWOOD *et al.*, 2020).

A coleta dos dados desta revisão de escopo foi realizada em abril de 2023. As investigações foram realizadas nas bases de dados *US National Library of Medicine National Institutes of Health* (PubMed), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) do scientife Eletonic Library Online(Scielo). Essas bases de dados foram selecionadas por serem abrangentes, tendo ampla cobertura das publicações na área da saúde.

Protocolo do estudo e critérios de inclusão e exclusão

Para construção da pergunta de pesquisa e estratégia de busca, percorreram-se as seis etapas recomendadas pelo *Institute Joanna Briggs* (JBJ): 1) identificação do objetivo de pesquisa e da questão norteadora (Quais são as evidências científicas sobre o uso da estratégia Coping, na equipe de enfermagem ?); 2)

identificação de estudos relevantes que caracterizem a amplitude da revisão; 3) seleção de estudos conforme critérios definidos; 4) extração e mapeamento dos dados; 5) sumarização dos resultados por meio do agrupamento dos dados em análise temática que atendam aos objetivos e pergunta norteadora e, por fim, 6) apresentação dos resultados e suas implicações (PETERS *et al.*, 2015; TRICCO *et al.*, 2018).

Utilizou-se o acrônimo *Population, Concept e Context* (PCC), sendo P para população (equipe de enfermagem), C para conceito (estratégia de coping) e C para contexto (hospital).

Os critérios de inclusão estabelecidos foram os estudos relacionados à estratégia de coping na equipe de enfermagem. As referências dos artigos incluídos foram rastreadas manualmente para artigos com potencial para inclusão no presente estudo. Foram excluídos textos publicados antes de 2018, protocolos de revisão sistemática ou metanálise, editoriais, opiniões de especialistas, artigos cujo texto completo não foi encontrado. A estratégia de busca está descrita no quadro 1.

Quadro 1. Bases de dados e estratégias de busca.

BASES DE DADOS	ESTRATÉGIA DE BUSCA
Pubmed	((“Nursing,team) OR (adaotation, Psychological) AND (hospital)
BVS	(Nursing,team) AND (Adaotation,Psychological) AND (Hospital)
SCIELO	(Nursing,team) AND (Adaptation,Psychological)

Fonte: Os autores, 2023.

Análise e tratamentos dos dados

Os estudos identificados pelas buscas realizadas nas bases de dados previamente citadas. Para seleção dos artigos, foram analisadas as palavras contidas nos títulos, resumos e descritores. Os estudos selecionados que respondiam à questão norteadora desta revisão foram lidos na íntegra e suas referências foram analisadas em busca de estudos adicionais. Caso os conflitos não fossem resolvidos entre os dois avaliadores, um terceiro seria consultado. As referências duplicadas foram identificadas e removidas pelo *Covidence online software*.

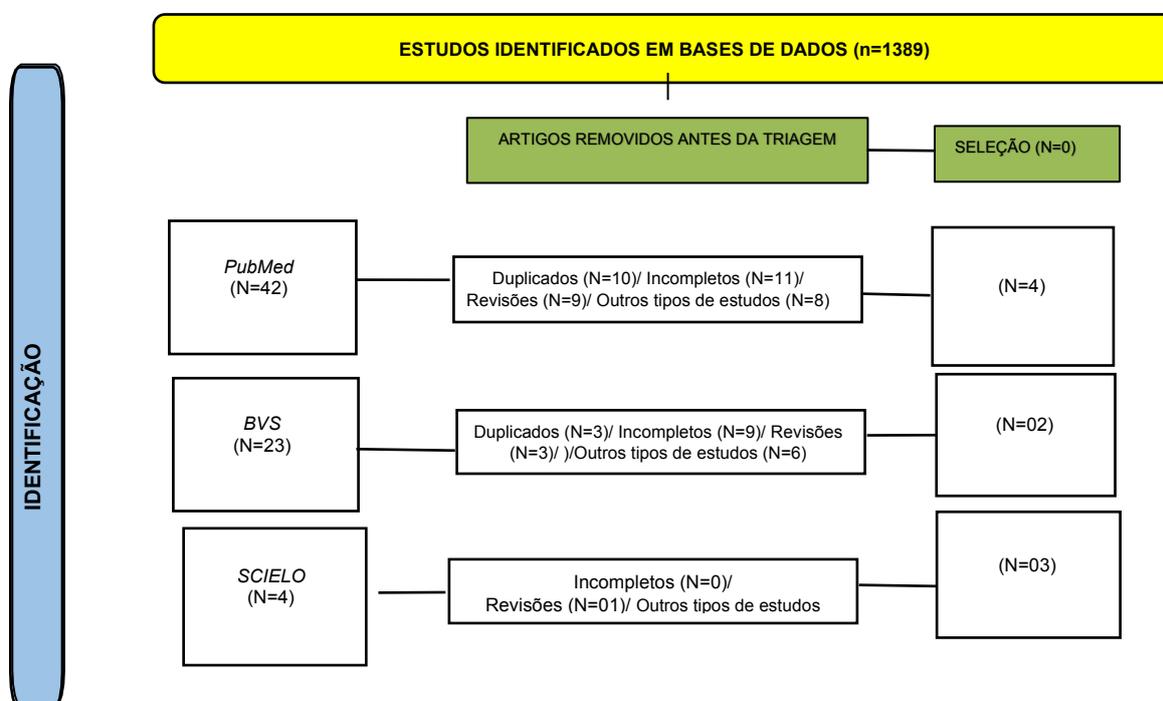
Os descritores foram combinados de diferentes maneiras, objetivando ampliar as buscas. Ressalta-se que as variações terminológicas nos diferentes idiomas bem como os sinônimos foram utilizados na pesquisa sensibilizada, com o uso dos operadores booleanos AND, para ocorrência simultânea de assuntos, e OR, para ocorrência de seus respectivos sinônimos.

Dessa forma, identificaram-se 1389 artigos nas 3 bases de dados. A metodologia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA) (TRICCO *et al.*, 2018), foi adotada para sistematizar o processo de inclusão e exclusão dos estudos, apresentado na Figuras. Os dados extraídos dos artigos foram país da realização do estudo ou da instituição do primeiro autor. Os dados dos artigos foram extraídos e inseridos em uma tabela.

RESULTADOS

Foram identificados 1389 estudos dos quais, 30 eram duplicados e 1320 foram excluídos. Com base no título e resumo, estudos foram avaliados e 69 estudos seguiram por elegibilidade para etapa de leitura do texto completo. Para essa revisão sistemática rápida, 9 estudos foram incluídos. A principal razão para todas as exclusões foi a não resposta do artigo à pergunta da pesquisa. O fluxograma segundo o PRISMA (TRICCO *et al.*, 2018) dos estudos pode ser visualizado conforme apresentado na Figura 1. A maioria dos estudos incluídos foram publicados no ano de 20218 a 2023. Quanto ao tipo de estudo, foram analisados artigos sobre estratégias de coping na equipe de enfermagem.

Figura 1. Fluxograma, segundo os *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*, para selecionar estudos.



Fonte: Os autores, 2023.

Quadro 2. Síntese dos artigos selecionados conforme ano de publicação, autoria, país do estudo, objetivos e desfecho (N=9)

Autores/Ano	País	Objetivo	Delimitação/ Participantes	Local do estudo	Desfecho
Han p, Duan x, Wang l, et al.(2022)	Estados unidos	Determinar a experiência de estresse e os estilos de enfrentamento de novos enfermeiros durante os Programas de Residência de Enfermagem (PNRs), identificando, avaliando e sintetizando dados dos estudos qualitativos.	Meta-síntese qualitativa exploratória.	Hospital	Os novos enfermeiros enfrentaram muito estresse físico e emocional durante os NRPs, o que teve um impacto negativo em sua saúde física e mental. Os NRPs são um período crítico para o crescimento da carreira de novos enfermeiros. Estratégias de gerenciamento eficazes devem ser implementadas para melhorar a capacidade do enfermeiro, atender às suas necessidades, melhorar a autoeficácia e construir suporte organizacional, pois isso pode melhorar a qualidade da enfermagem clínica e manter o entusiasmo e a estabilidade da equipe de enfermagem.
Romero-garcía M, Delgado-Hito, et al.(2022)	Espanha	Avaliar sofrimento moral, problemas de saúde mental relacionados (ansiedade e depressão) e estilos de enfrentamento entre a equipe da UTI durante a primeira onda da pandemia de COVID-19 na Espanha.	Este estudo foi baseado em um desenho multicêntrico, transversal, descritivo e correlacional. O cenário do estudo consistiu em UTIs e áreas convertidas em UTIs em hospitais públicos e privados na Espanha durante a primeira onda da epidemia de COVID-19.	Hospital	Este estudo revela o risco real de sofrimento moral entre os funcionários da UTI durante a pandemia de COVID-19. Esse nível de angústia, juntamente com estilos de enfrentamento passivos e orientados para a evitação, fornece preditores significativos de ansiedade e depressão e está relacionado a um desejo mais forte de deixar o emprego. O treinamento em estilos de enfrentamento funcionais, dilemas éticos e cuidados intensivos pode ajudar a aliviar o sofrimento moral e reduzir os danos relacionados. A atenção à saúde mental dos profissionais de saúde da linha de frente durante uma pandemia deve se concentrar não apenas na equipe da UTI, mas também nos trabalhadores de reforço que, desde então, retornaram às suas funções originais e que podem ter sofrido danos significativos em termos de bem-estar emocional, conforme relatado por nosso estudo. Mais pesquisas devem ser realizadas para identificar critérios úteis para selecionar esses profissionais de reforço e para fornecer a eles treinamento, acompanhamento e apoio emocional adequados.
Liang Sy, Liu HC, Luyy,et al.(2020)	Coreia	O objetivo deste estudo foi avaliar a quantidade de variação nas estratégias de enfrentamento de pacientes com tumores cerebrais que poderia ser explicada pela resiliência.	Esta pesquisa transversal envolveu 95 pacientes que passaram por terapias cirúrgicas, quimioterápicas ou radioterápicas para seus tumores cerebrais pelo menos 1 mês antes da coleta de dados.	Hospital	Os resultados atuais fornecem evidências para apoiar a importância da resiliência na formação das estratégias de enfrentamento de pacientes relevantes.

Sturlmann CFZ, Spellman H, Cometti DJ <i>et al.</i> (2023)	Estados Unidos	fornece um currículo que informasse os provedores médicos sobre a base teórica e a utilidade clínica do modelo sociocognitivo de estresse e enfrentamento.	workshop educacional para o programa de treinamento em cuidados primários IMPACT, incluíam professores de cuidados primários, o coordenador dedicado de acesso ao paciente do projeto, 18 e estagiários de medicina (residentes de medicina interna e estudantes de medicina), assistente médico e programas de treinamento em farmácia.	Questionário on-line	Resultados de quarenta e oitenta participantes, AllPartOftheAcctProgram, atendem a Workshop. There were 11 Faculty Members, including a parte de base de retantina e a deformina e a campanha e a campanha (n), a 1,1; esentrangeoffieldsandlevels of Experience, com 15 First-Throughfourth estudantes de medicina de 2º ano (46%), nove estudantes de farmácia (27%), sete residentes de medicina interna no segundo e terceiro anos (21%) e dois estudantes de assistência médica (6%). Obtivemos avaliações pós-reunião de 35 participantes (uma taxa de conclusão de 73%).
Baccin AA, Lima ALD, J Maliska JKL, <i>et al.</i> (2021)	Brasil	Avaliar a relação entre coping e engajamento em profissionais de enfermagem de um hospital público.	Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, correlacional e transversal, realizado entre dezembro de 2017 a janeiro de 2018, com 250 trabalhadores da equipe de enfermagem em um hospital público localizado no interior do Rio Grande do Sul.	Hospital	As correlações significativas encontradas entre coping e engajamento em profissionais da enfermagem demonstram a relevância da avaliação desses conceitos. Portanto, determinados fatores de coping ocupacional e engajamento podem auxiliar nas atividades laborais na equipe de enfermagem.
Andolhe, R., Barbosa, R. L., Oliveira, E <i>et al.</i> (2015)	Brasil	.Investigar o estresse emocional, o coping e burnout da equipe de enfermagem e a associação com fatores biossociais e do trabalho em Unidade de Terapia Intensiva (UTI).	Estudo transversal, realizado em oito UTI de hospital-escola, do município de São Paulo, em 2012.	Hospital	O controle do ambiente de trabalho e o sono adequado são fatores decisivos e protetores para enfrentamento das situações de estresse ocupacional.
Trinade <i>et al.</i> (2020)	Brasil	investigar os mecanismos de enfrentamento do estresse utilizados pelos trabalhadores das dezesseis equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF) de Santa Maria, RS, Brasil	Trata-se de estudo descritivo no qual se empregou a abordagem quantitativa para selecionar os trabalhadores esgotados (com escores compatíveis com Burnout, avaliado por meio do Maslach Burnout Inventory (MBI) e os não esgotados (sem Burnout).	Unidade Básica de Saúde	Os resultados deste estudo estão de acordo com pesquisas(4,9,17) realizadas por profissionais de saúde em outros cenários, em que o sofrimento no trabalho frequentemente está relacionado à fragilidade do suporte social do trabalhador, entre outros aspectos. Portanto, acreditamos que, apesar das limitações do estudo, ou seja, cada participante atribui um valor singular ao trabalho e tem um nível diferente de comprometimento e expectativas em relação à sua ocupação, este estudo destaca o contexto organizacional e as relações interpessoais como elementos essenciais para o desenvolvimento de mecanismos de enfrentamento do estresse ocupacional

Rodrigues AB <i>et al.</i> (2018)	Brasil	Os objetivos desse estudo foram identificar os fatores estressantes para enfermeiros que atuam em oncologia e verificar as estratégias de coping utilizadas pelos mesmos.	O presente estudo utiliza os recursos da abordagem quantitativa e é do tipo descritivo-exploratório.	Hospital	Os resultados da pesquisa mostram que os fatores considerados mais estressantes para os enfermeiros de oncologia são: o óbito dos pacientes (28,6%), as situações de emergência (16,9%), os problemas de relacionamento com a equipe de enfermagem (15,5%) e as situações relacionadas ao processo de trabalho (15,5%). Na população estudada, a estratégia de coping mais utilizada foi a reavaliação positiva.
Sousa RC <i>et al.</i> (2018)	Brasil	Identificar as estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional dos trabalhadores de Enfermagem no ambiente hospitalar, por meio de uma revisão bibliográfica.	Pesquisa bibliográfica nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).	Hospital	As estratégias de controle foram avaliadas como eficazes para o enfrentamento do estresse.

Fonte: Os autores, 2023.

Quadro 3 - Síntese dos artigos selecionados conforme estratégia usadas na equipe de enfermagem (n=9).

País Autores/Ano	Estratégia usadas na equipe de enfermagem
Estados Unidos Han p, Duan x, Wang l, <i>et al.</i> 2022	Estratégias de superação de estressores de acordo com as necessidades dos novos enfermeiros
Espanha Romero-garcía M, Delgado-Hito, <i>et al.</i> 2022	A principal estratégia funcional de enfrentamento da equipe de saúde era uma atitude positiva que lhes permitisse reinterpretar as situações negativas com que se deparavam, tornando mais fácil lidar com elas
Coreia Liang Sy, Liu HC, Luyy, <i>et al.</i> 2020	Estratégia de enfrentamento positivas, estratégias de enfrentamento para alcançar menos ansiedade e melhor psicossocial bem-estar.
Estados Unidos Sturlmann CFZ, Spellman H, Coletti DJ <i>et al.</i> 2023	Estratégias de enfrentamento atualizadas fornecem um cenário de caso hipotético e, em pequenos grupos, representam um encontro com o paciente para construir um repertório de enfrentamento eficaz para o paciente.
Brasil Baccin AA, Lima ALD, J Maliska JKL, <i>et al.</i> 2021	estratégias de intervenção e de planejamento de ações para a promoção da saúde de trabalhadores de enfermagem.
Brasil Andolhe, R., Barbosa, R. L., Oliveira, E <i>et al.</i> 2015	estratégias de enfrentamento (coping) são utilizadas.
Brasil Trinade <i>et al.</i> (2020)	Estratégias de resolução de problemas e para regular as respostas emocionais causadas por um evento estressante estratégias focadas na emoção, estratégia de controle, estratégias de controle e as ações cognitivas e as reavaliações de fuga são as estratégias de evitação-enfrentamento.
Brasil Rodrigues AB <i>et al.</i> 2018	Coping focalizado no problema e coping focalizado na emoção. No primeiro, há a procura de Estratégias que derivam de processos defensivos como evitar, distanciar-se e buscar valores positivos em eventos negativos como forma de diminuir a importância emocional do estressor. Já o coping focalizado no problema a pessoa tenta definir o problema que vivencia, procurando soluções alternativas e optando entre elas.
Brasil Sousa RC <i>et al.</i> 2018	Estratégias de enfrentamento dentro do contexto laboral hospitalar, este estudo objetivou identificar as estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional dos trabalhadores de Enfermagem no ambiente hospitalar, por meio de uma revisão bibliográfica

Fonte: Autores, 2023.

DISCUSSÃO

O processo de trabalho da enfermagem pode ser permeado pelo ritmo acelerado de trabalho; a falta de profissionais, o que gera sobrecarga de tarefas; a necessidade de realizar atividades rapidamente e com tempos de descanso reduzidos; pela falta de autonomia; por excesso de autoridade institucional; através de um rigoroso controle de gestão; e falta de comunicação, resultando em sobrecarga mental devido ao estresse crônico (MININEL *et al.*, 2018).

A maneira como as pessoas escolhem suas estratégias de enfrentamento é parcialmente determinada por seus recursos internos e externos, que incluem saúde, crenças, responsabilidade, apoio, habilidades sociais e recursos materiais (RODRIGUES *et al.*, 2018).

Do ponto de vista cognitivo, foi proposto um modelo que divide o coping em duas categorias funcionais: coping centrado no problema e coping centrado na emoção. A primeira delas busca estratégias derivadas de processos defensivos como evitação, distanciamento e encontrar valores positivos em eventos negativos para reduzir o significado emocional do estressor. No tratamento orientado para o problema, uma pessoa tenta definir o problema diante dele, procurar soluções alternativas e escolher entre elas (FOLKMAN *et al.*, 2018).

Nesse sentido, com foco no enfrentamento e engajamento no trabalho, medidas podem ser tomadas para promover a saúde no ambiente de trabalho dos profissionais de saúde. Um equilíbrio entre as demandas do ambiente de trabalho e as habilidades do profissional pode ser um benefício significativo, o que possibilita aspectos positivos do trabalho do empregado (FARSEN *et al.*, 2020).

Em enfermeiras que descobriram que o uso do humor reduzia os níveis de ansiedade, enquanto estratégias pouco saudáveis, como álcool ou ansiolíticos e comer demais, aumentavam esses níveis. No entanto, estratégias eficazes de enfrentamento ativo, flexibilidade para mudar o foco ou perspectiva durante o horário de trabalho e aceitação estão associadas a um melhor bem-estar emocional nos profissionais de saúde (CAI *et al.*, 2020).

Com isso investir na estratégia de coping na equipe de enfermagem é fundamental para garantir um ambiente de trabalho saudável e um cuidado de qualidade aos pacientes.

CONCLUSÃO

Em resumo, a estratégia de coping na equipe de enfermagem é fundamental para lidar com o estresse e os desafios que surgem no dia a dia da profissão. Ao adotar estratégias saudáveis de enfrentamento, os profissionais podem promover seu bem-estar físico, mental e emocional, melhorando sua capacidade de fornecer cuidados de qualidade aos pacientes.

Priorizar o autocuidado, estabelecer limites saudáveis, desenvolver habilidades de enfrentamento, buscar apoio social e contar com o suporte da equipe de liderança são elementos-chave para uma estratégia eficaz de coping. Além disso, a atualização profissional contínua e a busca por educação também desempenham um papel importante no fortalecimento da equipe.

Ao implementar essas estratégias, a equipe de enfermagem estará mais preparada para enfrentar os desafios diários, reduzir o estresse e promover um ambiente de trabalho saudável. Isso resultará em benefícios

tanto para os profissionais de enfermagem quanto para os pacientes, garantindo uma assistência de qualidade e contribuindo para o bem-estar de todos os envolvidos no processo de cuidado.

CONFLITO DE INTERESSE

Não há conflito de interesse a declarar.

REFERÊNCIAS

HAN P, DUAN X, WANG L, ZHU X, JIANG J. Stress and coping experience in Nurse Residency Programs for new graduate nurses: A qualitative meta-synthesis. **Front Public Health**. 2022 Sep 20;10:979626. doi: 10.3389/fpubh.2022.979626. PMID: 36203675; PMCID: PMC9530278.

ROMERO-GARCÍA M et al. Moral distress, emotional impact and coping in intensive care unit staff during the outbreak of COVID-19. **Intensive Crit Care Nurs**. 2022 Jun;70:103206. doi: 10.1016/j.iccn.2022.103206. Epub 2022 Jan 21. PMID: 35120794; PMCID: PMC8776502.

LIANG SY, LIU HC, LU YY, WU SF, CHIEN CH, TSAY SL. The Influence of Resilience on the Coping Strategies in Patients with Primary Brain Tumors. **Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)**. 2020 Feb;14(1):50-55. doi: 10.1016/j.anr.2020.01.005. Epub 2020 Jan 26. PMID: 31996321.

STUHLMANN CFZ, SPELLMAN H, COLETTI DJ. Everybody Copes: An Interprofessional Workshop on Stress, Coping, and Helping Primary Care Patients Manage Medical Stressors. **MedEdPORTAL**. 2023 Feb 14;19:11300. doi: 10.15766/mep_2374-8265.11300. PMID: 36798526; PMCID: PMC9925639.

BACCIN, A et al. Coping e engajamento no trabalho de equipe de enfermagem hospitalar. **Rev Bras Promoç Saúde**. 2021;34:11734.

ANDOLHE, R., BARBOSA, R. L., OLIVEIRA, E. M. DE ., COSTA, A. L. S., & PADILHA, K. G. Estresse, coping e burnout da Equipe de Enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva: fatores associados. **Revista Da Escola De Enfermagem Da USP**, 49(spe), 58–64.

TRINDADE, L. DE L., LAUTERT, L., & BECK, C. L. C. Coping mechanisms used by non-burned out and burned out workers in the family health strategy. **Revista Latino-americana De Enfermagem**, 17(5), 607–612.

RODRIGUES AB, CHAVES EC. Stressing factors and coping strategies used by oncology nurses. **Rev Latino-Am Enfermagem** [Internet]. 2008Jan;16(1):24–8. Available from:

SOUZA RC, SILVA SM, COSTA MLAS. Occupational stress in hospital settings: review of coping strategies of nursing professionals. **Rev Bras Med Trab**.2018;16(4):493-502.