



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

# IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 12, Issue, 12, pp. 60935-60940, December, 2022

<https://doi.org/10.37118/ijdr.25799.12.2022>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

## ABORDAGEM SOBRE A DOR E A AUTO MEDICAÇÃO EM ENFERMEIROS E UNIVERSITÁRIOS DE CURSOS DE ENFERMAGEM

<sup>1,\*</sup>Plínio Regino Magalhães and <sup>2</sup>Janici Therezinha Santos

<sup>1</sup>Fisioterapeuta, Mestrando em Saúde Pública pela Universidade San Lorenzo – Assunção – Paraguai;

<sup>2</sup>Enfermeira – Doutora em Biotecnologia pela Universidade Anhanguera- São Paulo, Mestre em Gerontologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – São Paulo - Brasil, Docente de Enfermagem, Enfermeira de educação continuada da Sociedade para a Excelência da Saúde e Medicina - SESM.

### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received 10<sup>th</sup> September, 2022

Received in revised form

26<sup>th</sup> October, 2022

Accepted 14<sup>th</sup> November, 2022

Published online 25<sup>th</sup> December, 2022

#### Key Words:

Dor; Automedicação; Enfermeiros; Estudantes.

#### \*Corresponding author:

Plínio Regino Magalhães

### ABSTRACT

O presente estudo objetivou realizar uma abordagem sobre a dor e a automedicação em enfermeiros e universitários de cursos de enfermagem. Se trata de uma pesquisa de Revisão Sistemática da Literatura (RSL), de caráter descritivo e exploratório. Foram utilizadas as bases de dados LILACS, SciELO, MEDLINE, BDeF. Para a busca, foram considerados apenas estudos nos idiomas inglês e português, publicados no período entre 2010 a 2022. A busca foi realizada no período de março de 2020 a julho de 2022. Os resultados mostraram que, os enfermeiros e estudantes de enfermagem, se automedicam e os medicamentos mais utilizados pelos mesmos são os analgésicos e anti-inflamatórios. A procura por esses tipos de medicamentos se deve ao fato de que tanto os profissionais como os estudantes, vivem situações estressantes no seu dia a dia, as quais causam dores e outras enfermidades. Com base em todas as informações obtidas, foram apresentadas ações que pudessem minimizar o emprego da automedicação entre profissionais de enfermagem e estudantes da mesma área.

Copyright © 2022, Plínio Regino Magalhães and Janici Therezinha Santos. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Plínio Regino Magalhães and Janici Therezinha Santos. "Abordagem sobre a dor e a auto medicação em enfermeiros e universitários de cursos de enfermagem", *International Journal of Development Research*, 12, (12), 60935-60940.

## INTRODUCTION

A definição da dor, segundo a Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) compreende uma experiência sensorial e emocional desagradável associada ou não a lesões reais e potenciais (BOTTIGA; FONTANA, 2010; CORREIA; DURÁN, 2017). A dor é uma resposta sintomática do organismo, sendo muitas vezes, a primeira delas. Saber desmistificá-la e manejá-la pode proporcionar agilidade no tratamento, conforto ao indivíduo, assim como garantir um tratamento adequado sob supervisão especializada (MARTINS *et al.*, 2011; PINTO, 2019). A dor é o quinto sinal vital que o ser humano apresenta e que deve ser rigorosamente identificada nos casos de procura por assistência médica. Nos casos de internação, este sinal vital deve ser sempre registrado ao mesmo tempo e no mesmo ambiente clínico em que também são avaliados os outros sinais vitais como a temperatura corporal, frequência cardíaca, frequência respiratória e pressão arterial (CALIL; PIMENTA, 2005; BARROS *et al.*, 2019). A prática de entender o indivíduo com dor é muito ampla por se tratar de um sintoma subjetivo. Por isso, foram desenvolvidos instrumentos como escalas de dor para avaliar com exatidão a intensidade e característica da experiência dolorosa pelo paciente, identificando os aspectos que possam estar contribuindo para a sua manifestação e as

repercussões da dor no funcionamento biopsicossocial (NASCIMENTO; DUTRA, 2011; AZEVEDO-SANTOS *et al.*, 2017). Quando os indivíduos apresentam dor, procuram amenizá-la e para tanto muitas vezes recorrem às medicações a que estão habituados podendo, neste sentido, deixarem de identificar as causas reais da mesma. Estando sob a dor que se repete continuamente, estas pessoas devem ser melhor observadas, pois tais medicamentos utilizados sem restrição ou indicação médica podem ser responsáveis por diferentes alterações como a hipotensão e/ou taquicardia, além de sudorese excessiva, entre outros sinais, podendo o medicamento acarretar efeitos não desejáveis (FONTES; JQUES, 2007; SILVA *et al.*, 2018). Estudos apontam que, a dor tem sido de alta prevalência na população, independentemente da idade e das atividades exercidas. Esta realidade traz elevados custos para a sociedade. Dentre estes custos, as seguradoras de saúde e os serviços de saúde, estão abarrotados de queixas de pessoas que apresentam algum tipo de dor. Estes sintomas causam um impacto negativo nas atividades dos indivíduos que vivem esta experiência, sendo assim considerada a dor um problema de saúde pública (TSANG *et al.*, 2008; COTA; DA SILVA, 2018). Pesquisas revelam que, nos Estados Unidos da América são gastos anualmente bilhões de dólares para tratamento e

compensações trabalhistas envolvendo doentes com dor crônica e esta tem sido uma das principais causas de afastamento do trabalho e muitas vezes acarreta incapacidades (MITCHELL *et al.*, 2008). O Instituto de Medicina dos Estados Unidos da América considerou a dor crônica como um problema de saúde pública. A dor lombar, por exemplo, é um problema de alto custo médico e social nos Estados Unidos, sendo causa de perda de milhares de dias de trabalho por mil habitantes por ano (KRELING *et al.*, 2006). No Brasil, há relatos de que, aproximadamente 1/3 de indivíduos são prejudicados em suas atividades diárias tanto laborais como sociais e familiares em vista das queixas constantes de dor. Portanto, a prevalência da dor considerada crônica nas populações, é alta (SILVA *et al.*, 2011; MOURA *et al.*, 2017). Sendo assim, a reflexão do presente estudo, foi em torno dos profissionais e estudantes de enfermagem e revelar dados sobre a automedicação para ambos os grupos respectivamente, evidenciando propostas de minimizar a dor nessas populações de forma consciente, sem a necessidade de recorrer a automedicação.

**Objetivo:** Realizar uma abordagem sobre a dor e a automedicação em enfermeiros e universitários de cursos de enfermagem.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma Pesquisa de Revisão Sistemática da Literatura (RSL), de caráter descritivo e exploratório. A RSL foi desenvolvida respeitando-se as seguintes etapas metodológicas descritas abaixo conforme (De Souza, *et al.*, 2011 e De Moraes Jr., 2016): 1) Definição do problema/objeto do estudo que foi o entendimento da relação da dor com a automedicação em estudantes de enfermagem; 2) Critérios de inclusão tais como: artigos que incluíam em seu título uma ou mais palavras chave, que contemplavam no resumo dados clínicos ou avaliação clínica, que estivessem gratuitos e com texto completo nas bases de dados eletrônicas indexadas; 3) Síntese dos dados, onde foram feitas paráfrases dos trechos relevantes selecionados para a revisão da literatura. Foram utilizadas as bases de dados LILACS, SciELO, MEDLINE, BDeF para a busca. Foram considerados apenas estudos nos idiomas inglês e português, publicados no período entre 2010 a 2022. A busca foi realizada no período de março de 2020 a julho de 2022. Os descritores utilizados foram: *dor, automedicação, enfermeiros e estudantes*. Preferencialmente, foram selecionados artigos recentes com elevado impacto, que propiciassem um conjunto relevante de informações para o entendimento da relação da dor com a automedicação em profissionais enfermeiros e estudantes de enfermagem. Assim, utilizando-se do conector booleano combinados pelo “AND” entre si os resultados estão expostos no quadro 1 a seguir: Após leitura dos resumos foram selecionados:

### Quadro 1. Resultados das combinações com o conector booleano “AND” na busca de artigos – 2022

Descritores: Automedicação AND Enfermeiros = 159 artigos.
Descritores: Estudantes e dor AND automedicação AND enfermeiros = 132 artigos.

Fonte: Bases de dados: LILACS, SciELO, MEDLINE, BDeF

21 textos internacionais + 10 revistas especializadas + 21 artigos nas bases de dados Lilacs + 10 artigos na BDeF. Totalizando = 62 artigos elegíveis. Os textos foram analisados e a discussão foi apresentada de forma descritiva e por tópicos a seguir.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

**Prevalência da dor e automedicação em profissionais da enfermagem:** O trabalho clínico do enfermeiro e a produção do cuidado se dão pela intrínseca inter-relação de usuários com a equipe, em que o cuidado é resultado da equação constituída pela tríade trabalhador-usuário-estabelecimento de saúde. Ambos, cuidado e clínica, emergem na interseção de diferentes necessidades, interesses, dificuldades, potencialidades, visões de mundo, concepções de saúde e modos de intervir, recursos disponíveis, entre outros (CARDOSO *et al.*, 2020).

Essas diferenças geram tensões que são constitutivas desse processo. As tensões enfrentadas pelos enfermeiros na prática clínica na atenção básica vão desde aspectos estruturais e de organização do trabalho, como reconhecimento desta prática e ainda o trabalho realizado pela própria equipe. Além disso, a natureza dos problemas e demandas que os usuários apresentam aos enfermeiros e o esforço destes buscando operacionalizar em ações de cuidado a concepção de saúde ampliada, sob o comando das tecnologias leves, frequentemente colocam o trabalhador de saúde diante de situações complexas e inespecíficas e para as quais seus saberes e habilidades técnicas não têm sido suficientes. Essa situação provoca no enfermeiro diferentes formas de enfrentamento, podendo este inventar novas soluções ou reproduzir práticas instituídas (MATUMOTO *et al.*, 2013). Para Marinho (2005), os sinais evidentemente reconhecidos e identificados como característicos à dor se manifestam a partir de uma variada gama de comportamentos, sendo mais frequentes encontrarem-se associados a gemidos, choro, expressão facial de sofrimento, postura corporal encurvada, impaciência aparente, reveladas através de certo incômodo ao movimento ou ainda, ao imobilismo, entre outras variedades e assim comunicam um estar para além do ‘apagamento do corpo. O ser humano, por natureza, quer se livrar da dor, utilizando medicamentos que trazem alívio e bem-estar. Os medicamentos são fundamentais para alívio de sintomas, recuperação ou manutenção da saúde, no entanto não são isentos de riscos e podem ser perigosos quando usados de forma irracional, o que se torna preocupante devido a reações adversas e a possibilidade de causar intoxicação e levar o paciente à hospitalização bem como aumentar os custos com o tratamento ou em um quadro mais grave provocar a morte (GAMA; SECOLI, 2017; CARDOSO *et al.*, 2020). Quando essa utilização é realizada de forma irracional, aumentam-se os riscos de manifestação dos efeitos adversos. Entretanto, é observado que essa prática é muito comum entre profissionais da área de saúde como também em outros grupos da população e vários fatores contribuem para sua ocorrência (CARVALHO *et al.*, 2018; CARDOSO *et al.*, 2020).

No que se refere aos profissionais de enfermagem, é comum a prática da automedicação desde o período acadêmico (GAMA; SECOLI, 2017). Esta situação é preocupante principalmente porque são profissionais que estão diretamente ligados com as orientações de promoção e prevenção da saúde, na dispensação, prescrição e administração de medicamentos, representando o maior percentual dentro das instituições de saúde, e a primeira linha de cuidado junto aos pacientes (PALODETO; FISCHER, 2019; CARDOSO *et al.*, 2020). Tem sido verificado que mais de 70% dos estudantes de enfermagem e aproximadamente 80% dos profissionais da área, recorrem à prática da automedicação. Os fatores condicionantes dessa postura estão relacionados ao estresse, a não estarem imunes a qualquer enfermidade ou comportamento de risco à saúde como apontam estatísticas que reforçam tais fatos aproximadamente 30% dos enfermeiros estão mais propensos que a população em geral a se tornarem quimicamente dependentes de medicamentos e apresentam alguma síndrome relacionada ao trabalho exaustivo, se comparados com outros profissionais (OLIVEIRA; TEXEIRA, 2016; CARDOSO *et al.*, 2020). De Souza e Neta (2016) realizaram um estudo descrevendo o problema da automedicação, através de uma revisão da literatura. Os resultados apontaram as dores e estresse como fatores precipitantes e analgésicos e anti-inflamatórios como medicamentos mais utilizados. Os sinais e sintomas que apareceram com maior frequência são apresentados na Tabela 1.

Tabela 1. Automedicação relacionada a sinais e/ou sintomas

Sinal/Sintoma	Número de indivíduos	Porcentagem (%)
Cansaço/Estresse	3	30
Dor	4	40
Febre	2	20
Problemas na garganta	2	20
Processo alérgico	1	10
Redução da obesidade	1	10
Resfriado	2	20

Fonte: De Souza e Neta (2016).

Conforme mencionado pelos mesmos autores, no processo da automedicação o ponto precipitante parecia estar quase sempre associado à dor (40%) explicitada como causa ou justificativa desse processo. Foram também citados o cansaço e estresse em 30% da literatura analisada e febre, resfriado e problemas de garganta em 20% do material. O processo alérgico e redução da obesidade foram a causa em 10% dos artigos avaliados. Com isso, pode ser observado que o uso do medicamento sem prescrição e/ou orientação corretas é seguido de queixas, principalmente relacionadas à dor. O cansaço e o estresse apareceram em segundo lugar em relação à pesquisa (Tabela 2) (DE SOUZA; NETA, 2016).

**Tabela 2. Principais medicamentos utilizados na automedicação**

Medicamento	Número de citações	Porcentagem (%)
Analgésico	8	80
Antialérgico	1	10
Antibiótico	3	30
Anti-inflamatório	7	70
Antiobesidade	1	10
Antipirético	3	30
Psicotrópico	3	30

Fonte: De Souza e Neta (2016).

Os autores concluíram que a automedicação está evidente e comprovada no meio dos profissionais e acadêmicos da área da saúde que deveriam ser o exemplo quanto ao manejo prudente dos fármacos. No entanto, deve ser considerada uma dimensão multifacetada que apresenta o problema, pois não é tão simples quanto se possa propor (DE SOUZA; NETA, 2016). A automedicação tornou-se uma via de escape para os profissionais e acadêmicos da área da saúde para o enfrentamento de problemas relacionados principalmente à sua profissão. Com isso, é previsível que haja em vários casos abusos ou erros quanto ao uso do medicamento, pois o fato de não procurarem ajuda devidamente habilitada possibilita maior chances de equívoco (DE SOUZA; NETA, 2016). Cardoso *et al.* (2020) realizaram um estudo onde participaram 97 profissionais, todos registrados e atuantes, de ambos os sexos e maiores de 18 anos. Os profissionais entrevistados foram 65 das Unidades Básicas de Saúde (UBS) e 32 da Unidade de Pronto Atendimento (UPA). Sobre a avaliação do perfil profissional da equipe observou-se que 64 (66%) são técnicos de enfermagem, 33 (34%) enfermeiros dos quais 94 (97%) são do sexo feminino. A prática da automedicação entre os profissionais de enfermagem da UBS e UPA foi realizada por 70,10% nos últimos 30 dias, durante a pesquisa, conforme relatado pelos autores. A realização dessa prática após o trabalho foi observada em 42,43%, e a aquisição desses medicamentos foi realizada principalmente em farmácias. Com relação às causas que levam à prática da automedicação Cardoso *et al.*, (2020) destacam que, 41 (41,42%) afirmaram que é para melhorar um sintoma de forma rápida; 39 (39,40%) é a demora no atendimento do serviço público de saúde; 13 (13,14%) são influenciados pela família e quatro (4,4%) por amigos ou vizinhos. Quanto à classe de medicamento utilizada com maior frequência entre os profissionais, sem consultar o serviço de saúde, foram os analgésicos com 46 (48%). Outro fato elencado no estudo de Cardoso *et al.* (2020) foi a utilização de automedicação pelos trabalhadores de enfermagem na forma de polifarmácia combinando principalmente analgésico, antitérmico, anti-inflamatório e antiácido, sendo praticada por 47,37%, seguido pela combinação entre analgésicos e anti-inflamatórios com seu uso por 31,58% dos profissionais. Cardoso *et al.* (2020) destacam que, os efeitos adversos mais citados no estudo foram sonolência 18% e desconforto abdominal 16%. Considerando-se ainda que grande parte (39%) não sente nenhum efeito adverso, potencializando-se ainda mais o uso indevido de medicamentos. A prática da automedicação foi realizada também com fins estéticos, nesse estudo, 42% afirmaram fazer uso com esse objetivo, utilizando inibidores de apetite (22%) como laxantes (5%) e diuréticos (4%) bem como, a combinação entre dois ou mais medicamentos para esta finalidade. Outro resultado importante foi o uso de anabolizantes utilizado com fins estéticos pela categoria dos enfermeiros (CARDOSO *et al.*, 2020). Foi realizado um estudo por Machado *et al.* (2020), pesquisa de corte transversal, de caráter descritivo e

quantitativo, por meio da aplicação de questionários pré definidos para profissionais da enfermagem (enfermeiros e técnicos de enfermagem) atuantes em um estabelecimento público e em um estabelecimento privado, durante o mês de julho de 2019, em Nova Aurora – Paraná (PR). Foi observado que os profissionais atuantes eram, em sua maioria, do sexo feminino, o que correspondeu a 93% no estabelecimento público (28 pessoas) e 80% no estabelecimento privado (16 pessoas) e isso foi confirmado pelo teste estatístico ( $p=0,013$ ). Ainda, quando questionados sobre o uso de medicamentos, os profissionais apresentaram respostas diferentes. Verificou-se que a prática de automedicação é maior, isto é, 75% em enfermeiros quando comparados aos técnicos de enfermagem (60%) (Tabela 3). Verificou-se também que tanto enfermeiros quanto técnicos de enfermagem costumam realizar a prática do retardo do diagnóstico pelo mascaramento dos sintomas e reações adversas. Em seu dia a dia esses profissionais são expostos ao estresse, jornada de trabalho de longa duração, desordem física e psíquica, sendo os mesmos classificados como grupo de risco devido aos fatores mencionados. O uso excessivo de analgésicos pode resultar em más condições de trabalho, levando a fadiga e a uso de medicamentos pelo alto distúrbio musculoesquelético já descrito entre trabalhadores da enfermagem. Dor de cabeça e dor muscular foram as relatadas como mais frequentes no grupo investigado por Machado *et al.* (2020). O uso de substâncias psicoativas (SPA) por trabalhadores da saúde, independentemente ter ocorrido em ambientes de trabalho — é uma questão importante de política social, tendo em vista os danos que podem ocasionar na saúde desses trabalhadores, bem como o impacto na sua produtividade (RIBEIRO *et al.*, 2019; 2020). Do ponto de vista gerencial, os problemas ocasionados pelo uso das SPA podem incluir comprometimento na realização de tarefas relacionadas ao trabalho, acidentes ou lesões, baixa frequência, alta rotatividade de funcionários e aumento dos custos nos cuidados de saúde (SCHOLZE *et al.*, 2017; RIBEIRO *et al.*, 2019; 2020).

Assim, no contexto brasileiro, levantamentos específicos e de grande dimensão populacional acerca do consumo de SPA por trabalhadores de saúde, a relação com as condições de trabalho e implicações para vida social e laboral, ainda são incipientes. Fato que denota a ausência de estatísticas expressivas sobre a situação, bem como de programas efetivos e atenção das políticas públicas para essa problemática (RIBEIRO *et al.*, 2019; 2020). Entretanto, algumas investigações em diferentes regiões do país revelam que o uso de SPA por profissionais da saúde é uma situação bastante relacionada aos aspectos vivenciados por estes em seus ambientes de trabalho, e que variadas substâncias como álcool, tabaco, medicamentos psicotrópicos e até mesmo composições ilícitas (maconha, anfetaminas e inalantes), fazem parte do conjunto de SPA consumidas pelos mesmos (RIBEIRO *et al.*, 2020). Ribeiro *et al.*, (2020) estudaram uma população composta por trabalhadores de saúde, de 14 categorias profissionais, com representatividade estimada de 289 participantes (95% de confiabilidade e 2% de precisão). Foram incluídos trabalhadores efetivos, com tempo de serviço igual ou superior a um ano, que possuíam carga horária igual ou superior a 24 horas semanais de trabalho e que estavam presentes na instituição no período da coleta de dados; e excluídos profissionais afastados de suas funções laborais, por férias ou qualquer tipo de licença no período da coleta dos dados. Ribeiro *et al.*, (2020) referem ainda que, da amostra total, observou-se uma predominância do sexo feminino 178 (61,6%), com média de idade de 35,4 anos, casados 127 (43,9%), religião católica 214 (74,0%), quase a metade era profissional de técnico em enfermagem 144 (49,8%). Metade da amostra considerou o grau de exigência para a rotina de trabalho alto 165 (57,1%) como o grau da carga de trabalho 145 (50,2%) elevado. Quanto às condições de saúde autorreferidas, Ribeiro *et al.*, (2020) destacam que, 155 (53,6%) atribuíam o atual estado de saúde física e mental ao trabalho, sendo o cansaço mental 119 (41,2%), cansaço físico 112 (38,8%) e o estresse 110 (38,1%), como os principais agravos de saúde relacionados ao trabalho. Em relação ao uso de SPA, 243 (84,1%) referiram consumo. Destes, 168 (55,8%) dos trabalhadores assinalaram o uso de drogas lícitas, sendo prevalente o álcool 170 (41,4%) e o tabaco 77 (18,7%). Em menor proporção, o consumo de drogas ilícitas como: a maconha 16 (3,9%), inalantes 13 (3,2%) e

anfetaminas 2 (0,5%). Notou-se também, o uso de medicamentos de uso hospitalar e de prescrição médica, as mais consumidas foram: os hipnóticos/ sedativos 50 (12,2%), antidepressivos 47 (11,4%) e os opiáceos 30 (7,3%). Desses participantes, 100 (34,6%) relataram o uso dessas substâncias por automedicação, sem indicação médica, e 180 (68,2%) as usava por via oral. As motivações foram justificadas pelo uso recreativo 123 (14,6%), alívio de tensões 108 (12,8%) e a ansiedade 85 (10,0%). As situações em que mais ocorreu o consumo foram após o trabalho 121 (15,4%), relaxar/descansar 108 (13,8%) e para desinibição 95 (12,1%) (RIBEIRO *et al.*, 2020). Foi realizado em estudo em Portugal, sobre a automedicação em profissionais da saúde, com 264 participantes, conforme relatado por Pissarra *et al.*, (2017). Os autores informaram que a maior parte dos profissionais entendeu que a automedicação é “medicar-se a si mesmo sem a supervisão de outro profissional de saúde para tratar uma doença” (40,1%, n=125). Foi registrada uma prevalência de automedicação de 74,6% (n=197), sendo que, a principal razão para recorrer a esta prática, foi a de “doenças/sintomas que não necessitam de intervenção médica” (30,9%, n=98). Por outro lado, a principal razão para não praticar a automedicação foi a do “risco do uso indevido dos medicamentos” (47,2%, n=34). Dos profissionais de saúde que praticavam a automedicação, 66,7% (n=170) mencionaram adquirir os medicamentos para consumo próprio, 71,9% (n=182) em farmácias, e a grande maioria (84,8%, n=167) referiu adquiri-los sem receita médica. Todas estas percentagens referiam-se ao número total de praticantes de automedicação, ou seja, n=197 (74,6%). Os profissionais de saúde a que estas percentagens dizem respeito foram todos os considerados neste estudo: farmacêuticos, enfermeiros, médicos, técnicos de diagnóstico e terapêutica, técnicos auxiliares de saúde, nutricionistas e fisioterapeutas (PISSARRA *et al.*, 2017). As situações clínicas mais referidas entre os profissionais de saúde, para praticar a automedicação, foram as dores de cabeça (17,1%, n=165), as gripes e constipações (14,8%, n=143), a febre (11,0%, n=106), as dores de garganta (10,1%, n=97) e as dores musculares (10,0%, n=96). As categorias de medicamentos mais consumidas pelos profissionais de saúde foram a dos analgésicos (20,7%, n=153), seguindo-se a dos anti-inflamatórios (17,5%, n=129) e a dos antipiréticos (12,9%, n=95). Os medicamentos para gripes e constipações corresponderam apenas a 10,7% (n=79). A diferença entre os valores referentes às gripes e constipações pode dever-se ao fato de 14,8% dos participantes se automedicarem nestas situações, mas apenas 10,7% adquiriram medicamentos específicos para estas situações clínicas. A grande maioria dos inquiridos (67,1%, n=177) não considerou correta a prática de automedicação, enquanto 29,9% (n=79) considerou correta esta prática. Os restantes 3,0% (n=8) não manifestaram a sua opinião (PISSARRA *et al.*, 2017). Com os estudos aqui apontados, verificou-se que a prevalência de automedicação nos profissionais de saúde é bastante elevada. No caso de profissionais de enfermagem, a maioria, nos estudos relatados, era de pessoas do sexo feminino e o maior consumo, o de analgésicos.

*A automedicação é frequente entre os profissionais de saúde, sobretudo entre os enfermeiros, haja vista que apresentam o conhecimento sobre as características de cada fármaco e as suas respectivas indicações terapêuticas, o que dispensaria a consulta com um médico para a prescrição desses medicamentos (PIMENTA et al., 2020).*

**A dor e a automedicação entre estudantes de enfermagem:** Na Austrália, um estudo realizado por Mitchell *et al.*, (2008) revelou a prevalência de dor lombar em estudantes de enfermagem de duas universidades (n=897) foi de 79%. A maioria eram mulheres (91%) e os relatos apontaram diminuição na capacidade de realizar as atividades cotidianas para 44,4% dos estudantes do 1º ano, 36,6% do 2º ano e 34,3% dos estudantes do 3º ano. Observou-se, também, que os estudantes do 3º ano utilizavam mais medicamentos para o alívio da dor que os de outros anos letivos. Na Espanha, estudo de coorte que investigou a prevalência de dor lombar entre 174 estudantes do curso de enfermagem mostrou índice de 31% no ano de ingresso ao curso e de 72% no último ano da graduação. Esse aumento foi associado à maior carga física ocupacional dos estudantes do último ano em relação aos do primeiro ano (NASCIMENTO; DUTRA,

2011). No Brasil, foi realizado um estudo observacional, com delineamento transversal, na faculdade de enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG), no período de março a junho de 2008. A população alvo constituiu-se de 250 alunos, matriculados no curso de graduação em enfermagem. Foram excluídos aqueles com menos de 18 anos de idade. Dos 250 estudantes elegíveis, 39(15,6%) recusaram-se a participar da pesquisa ou não foram localizados nas salas de aula em mais de três tentativas. Assim, a população constituiu-se de 211 estudantes, distribuídos nos cinco anos do curso de enfermagem (DA SILVA *et al.*, 2011). As variáveis de desfecho foram: ocorrência de dor crônica (principal dor) e suas características (localização, intensidade, qualidade e alívio). A dor crônica foi considerada como aquela sentida há seis meses ou mais em um mesmo lugar. A intensidade da principal dor (no pior momento) foi mensurada por meio de uma escala numérica (0-10) sendo 0 em sem dor e 10 a pior dor. A prevalência de dor crônica na população de jovens universitários de enfermagem, eminentemente feminina, foi alta. A dor foi considerada como forte para a maioria dos estudantes, frequentemente localizada na cabeça, com ocorrência dos episódios principalmente no período vespertino, permanecendo por algumas horas do dia, fato que pode impactar negativamente as atividades cotidianas e acadêmicas dos estudantes. Um estudo conduzido com estudantes universitários de diferentes cursos, em Ribeirão Preto, Estado de São Paulo, estimou a prevalência de enxaqueca de 24% e de cefaleia tensional de 32%, sendo que, entre os enxaquecosos, a produtividade escolar foi menor do que entre aqueles que sofriam cefaleia tipo tensional (DA SILVA *et al.*, 2011). Outros estudos conduzidos com a população brasileira em geral apontaram prevalência de cefaleia de 74,1%, no Estado de Santa Catarina, de 53,2% no interior do Espírito Santo (13) e de 71,3%, no Rio Grande do Sul. Em todos os estudos houve predominância de mulheres e adultos jovens. A prevalência de cefaleia como a principal dor referida pelas universitárias de enfermagem foi menor que aquela encontrada em estudos semelhantes.

No entanto, a intensidade subjetiva de dor foi classificada como muito forte/pior possível para a maioria das estudantes. Os episódios de dor surgiam preferencialmente à tarde, permanecendo por algumas horas do dia, surgindo com frequência e desencadeados pelos estudos e pelo estresse (BRAGA *et al.*, 2012). De Oliveira *et al.*, (2017) descreveram o perfil acadêmico e avaliaram a prevalência de distúrbios/dor musculoesquelética em estudantes do curso de graduação em enfermagem de uma universidade comunitária do Sul do Brasil. Realizaram um estudo descritivo de natureza quantitativa do tipo *survey*, com 149 estudantes de enfermagem, por meio da aplicação do instrumento composto por questões referentes às variáveis sociodemográficas, hábitos de vida e saúde, como pela versão brasileira do *Standardized Nordic Questionnaire*. A maioria dos participantes era do sexo feminino, com idade entre 18 e 25 anos, sem companheiro, residiam com a família, não possuíam filhos, não recebiam bolsa ou ajuda familiar e trabalhavam em hospitais. A prevalência de sintomas musculoesqueléticos foi na região dorsal e lombar e ombros. Com base nos resultados, os autores identificaram que 62% dos entrevistados apresentavam algum tipo de dor no momento da avaliação, já a prevalência de dor crônica foi de 18%. As maiores queixas de dor foram na coluna lombar 44% e cabeça 41%. Além disso, 52% dos voluntários com dor relataram atividade física regular (BARBOSA *et al.*, 2019). A incidência de dor, leva a automedicação, a prática da automedicação, conforme visto anteriormente, não está restrita apenas aos leigos, ao contrário, é muito difundida junto aos profissionais médicos e enfermeiros, pois estes estão em contato constante e tem fácil acesso às medicações. Apesar de estarem cientes dos riscos envolvidos, ignoram seus efeitos, assumindo essa prática, sentindo-se seguros por estarem em um ambiente hospitalar e este comportamento fazer parte do convívio social. A informação obtida através dos estudos na área da saúde parece estar associada a uma convicção de que tal prática estaria respaldada de alguma maneira. Isto também pode ser observado entre os acadêmicos da área da saúde (SANTOS *et al.*, 2012; SOUZA; NETA, 2016). Verificou-se a prevalência de automedicação entre acadêmicos de uma universidade pública do Sul de Minas Gerais e verificou-se se os dois grupos se comportam de modos diferentes.

Para isso, realizou-se um estudo descritivo e transversal com uma amostra de 200 acadêmicos, sendo 100 da área da ciência da saúde (grupo 1) e 100 da área das ciências humanas (grupo 2). Os autores verificaram a prevalência de automedicação como sendo de 96,9% entre os acadêmicos do grupo 1 e 82,6% do grupo 2 ( $p=0,002$ ) (MONTANARI *et al.*, 2014). As classes de fármacos mais utilizadas foram as dos analgésicos/antipiréticos. O principal responsável pela indicação do medicamento no grupo 1 foi o farmacêutico; já no grupo 2, foram os familiares e conhecidos ( $p=0,002$ ). Os autores concluíram que a automedicação foi uma prática frequente entre os dois grupos estudados, sendo que os acadêmicos que possuíam em seu currículo disciplinas de terapêutica, foram os que mais fizeram uso dessa prática. Como ocorre em vários outros estudos de utilização de medicamentos, os analgésicos representaram a classe de fármacos de maior utilização (MONTANARI *et al.*, 2014). Iuras *et al.*, (2016) realizaram um estudo observacional quantitativo e descritivo, onde questionários com múltiplas questões (24 no total) foram aplicados a estudantes da Universidade Estadual do Amazonas, para avaliar a prevalência da automedicação. Todos os estudantes universitários, estavam distribuídos entre os cursos de enfermagem, medicina e odontologia, cursando o terceiro, quarto e quinto semestres, os quais foram selecionados para a entrevista. Os autores mostraram alguns dados em porcentagem, referente ao uso de medicamentos. Afirmaram possuir conhecimento suficiente para adquirir medicamentos sem prescrição médica (88%), afirmaram conhecer as reações adversas provocadas pelos medicamentos adquiridos sem prescrição médica (74%). Os principais problemas que surgiram após o consumo de medicamentos sem prescrição médica, foram: insônia (23%), cefaleia (29%), dor no estômago (12%), reação alérgica (12%), enjoo (18%), sono e tontura (6%). 75% dos entrevistados utilizaram medicamentos para ajudá-los no desempenho acadêmico. Os principais medicamentos utilizados sem prescrição médica, foram: cápsulas de cafeína (51%), guaraná em pó (17%), metilfenidato (17%), vitaminas/polivitamínicos (11%), piracetan (8%) e *Ginkgo biloba* (2%). Uma pesquisa realizada pelo Instituto de Ciências, Tecnologia e Qualidade, apontou que os maiores adeptos da automedicação no Brasil são os jovens. Investigou-se a prevalência da automedicação em universitários da área de saúde e de humanas. Foi utilizado o método exploratório e descritivo com abordagem qualitativa e quantitativa. Os graduandos da área de saúde se automedicaram mais em relação ao da área de humanas, sendo que 78% dos entrevistados revelaram já terem se automedicado, e 30% relataram efeitos colaterais, dado este, por ser alarmante, revela a necessidade de intervenção e melhoria no tocante à automedicação responsável (CRUZ *et al.*, 2019). Porto *et al.* (2020) identificaram os fatores associados à prática da automedicação por estudantes de enfermagem e profissionais enfermeiros. Realizaram uma revisão integrativa da literatura. Alguns fatores relacionados à automedicação mostraram-se de risco para a escolha desta prática, sendo eles: o estresse laboral, sobrecarga de trabalho e falta de tempo para buscar consulta médica. Dos nove artigos analisados na amostra final, o estresse correspondeu a 27%, a sobrecarga e a falta de tempo representaram 18% respectivamente e o conhecimento sobre os medicamentos correspondeu a 37% dos fatores sociais evidenciados no estudo. Entre os fármacos mais consumidos estão os analgésicos (34%), os antidepressivos (24%), os antitérmicos (14%), os anticoncepcionais (14%) e os antibióticos (14%). Por fim, observou-se que os analgésicos e os anti-inflamatórios são muito utilizados para tratamento sintomático, apontando-se para a necessidade da correta orientação e também atenção farmacêutica, bem como para a conscientização dos universitários, visando promover uma reflexão e responsabilidade dos mesmos com a própria saúde e com a correta utilização de medicamentos (SILVA *et al.*, 2019).

**Ações que podem minimizar o emprego da automedicação entre profissionais de enfermagem e estudantes:** A pesquisa de Da Silva *et al.*, (2018) revelou que, dentre as medicações mais utilizadas e que lideram as pesquisas sobre automedicação entre profissionais da área da saúde, estão os analgésicos, os anti-inflamatórios, os antibióticos, os antidepressivos, e ainda, muitos fármacos que possuem a capacidade de mantê-los sob vigilância ou ainda aqueles que induzem ao sono. Uma das várias maneiras de desconstruir a ideia (automedicação como uma prática segura) é ensinar, durante a

graduação, aos acadêmicos que o consumo de medicamentos em si já possui certo grau de riscos, e que são ponderados durante o processo de prescrição de medicamentos. Assim, utilizá-los sem julgamento e auxílio profissional maximizam os riscos em número e potencial. Além disso, estes futuros profissionais da área da enfermagem devem ser instruídos que o conhecimento adquirido na disciplina de farmacologia não é suficiente para respaldar a prática de automedicação (SANTOS *et al.*, 2012; DE SOUZA; NETA, 2016). De Souza e Neta (2016) propuseram, como uma alternativa para combater, as instituições, onde trabalham profissionais que se automedicam, devem fazer busca ativa desses para identificação dos mesmos e propor meios que extingam a(s) causa(s) precipitante dessa atitude. Outrossim, deve ser feita avaliação periódica do estado de saúde emocional dos trabalhadores para que possa haver promoção da saúde e prevenção de doenças evitando assim, não só a automedicação, mas o absenteísmo e a falta de estímulo e bem-estar do profissional em seu ambiente de trabalho. O uso indevido de medicamentos segundo Porto *et al.*, (2020) pode levar à índices de intoxicações medicamentosas. A principal responsável por esses altos índices está relacionada à publicidade que é feita em relação aos medicamentos que não precisam de prescrição médica e à facilidade em adquiri-los, ainda mais em se tratando de um profissional da saúde que tem fácil acesso a eles. Esses medicamentos mesmo sendo considerados como de uso seguro, quando utilizados incorretamente, trazem riscos à saúde. Nesse sentido, aponta-se a necessidade de os serviços de saúde implementarem estratégias para a promoção da saúde do trabalhador, buscando a prevenção de acidentes, a redução dos riscos ocupacionais e a adoção de hábitos de vida saudáveis. Também é oportuno destacar a importância do reconhecimento do trabalho dos profissionais de enfermagem, garantindo-lhes autonomia profissional, capacitações, atualizações científicas e práticas de gestão saudáveis e humanizadas que contribuam para satisfação desses profissionais (PIMENTA *et al.*, 2020). Silva Junior *et al.* (2020) descreveram que o conhecimento das técnicas para o cuidado de si envolve a percepção efetiva do significado do trabalho e da vida, permitindo que o enfermeiro se desenvolva pessoal e profissionalmente. Cuidar de si é cuidar da própria alma, aprender a viver e ter a possibilidade e o dever de ocupar-se de si. Como fatores limitantes para o cuidado efetivo de si entre enfermeiros, foram colocados a demanda de trabalho, o dimensionamento inadequado de pessoal, as jornadas de trabalho exaustivas, condições insalubres, burocracia, falta de autonomia e incompatibilidade entre afazeres, família e lazer. Os autores observaram que, no Brasil, estudos sobre a consolidação de práticas de cuidado de si, principalmente no ambiente laboral, ainda são incipientes. A partir dos resultados encontrados pelos autores, os mesmos sugerem aos gestores um redirecionamento na condução da prática que esteja ancorado no autoconhecimento e contemple o fortalecimento do enfermeiro como gestor do cuidado e líder imediato da equipe assistencial. Sugerem ainda, a inclusão do cuidado de si nos currículos de graduação e pós-graduação em enfermagem (SILVA JUNIOR *et al.*; 2020).

## CONCLUSÃO

Buscando identificar no ambiente universitário e no ambiente profissional de enfermagem, as várias situações que levam os mesmos a se automedicar, tem-se como conclusão que, as consequências que esta atitude traz poderá resultar em consequências e efeitos indesejáveis. Assim, com a finalidade de evitar o problema, devem-se realizar nos dois ambientes, projetos de intervenção através da educação que busquem a melhoria das condições de trabalho e da saúde da equipe de enfermagem e dos estudantes de forma que os conscientizem sobre a gravidade dessa prática.

## REFERÊNCIAS

AZEVEDO-SANTOS, I.F.; ALVES, I.G.N.; DE CERQUEIRA NETO, M.L.; BADAUÊ-PASSOS, D.; SANTANA-FILHO, V.J.; DE SANTANA, J.M. Validação da versão brasileira da Escala Comportamental de Dor (*Behavioral Pain Scale*) em

- adultos sedados e sob ventilação mecânica. *Revista Brasileira de Anestesiologia*, v. 67, p. 271-277, 2017.
- BARBOSA, R.M.; DE MOURA, R.F.; AGUIAR, A.A.; DOS SANTOS, A.C.N. Prevalência de dor crônica em acadêmicos de uma instituição de ensino superior privada. In: 16ª Jornada UNIFACS de Iniciação Científica - JUIC Universidade Salvador – UNIFACS. Anais. Salvador: UNIFACS, 2019, p. 1-3.
- BARROS, M.M.A.; LUIZ, B.V.S.; MATHIAS, C.V. Pain as the fifth vital sign: nurse's practices and challenges in a neonatal intensive unit care. *Brazilian Journal of Pain*, v. 2, p. 232-236, 2019.
- BOTTIGA, F. H.; FONTANA, R. T. A dor como quinto sinal vital. *Texto e Contexto – Enfermagem*, v. 19, p. 83-90, 2010.
- BRAGA, P.C.V.; SOUZA, L.A.F.; EVANGELISTA, R.A.; PEREIRA, L.V. Ocorrência e prejuízos da cefaleia em estudantes universitárias de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 46, p.138-44, 2012.
- CALIL, A. M.; PIMENTA, C.A.M. Intensidade da dor e adequação de analgesia. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, v. 13, p. 692-699, 2005.
- CARDOSO, L.S.; DA SILVA, A.M.C.; MAGALHÃES, N.A.; PORTO, T.N.R.S.; BALDOINO, L.S.; AMORIM, L.V.; FEITOSA, G.T.; IBIAPINA, F.M.; SILVA, E.N.D.; DE SOUSA NETO, B.P. Automedicação entre profissionais de enfermagem em uma unidade de pronto atendimento e unidades básicas de saúde. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 12, n. 12, e4761, p. 1-10, 2020.
- CORREIA, M.D.L.; DURAN, E.C.M. Definição conceitual e operacional dos componentes do diagnóstico de enfermagem Dor Aguda (00132). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v.25, e2973, 2017.
- COTA, I.S.; DA SILVA, F.L. Análise da evolução dos custos assistenciais das operadoras de planos de saúde considerando fator moderador. *Redeca*, v. 5, p. 139-154, 2018.
- CRUZ, E.S.; DA SILVA, I.; AUGUSTO, V.; COELHO, A. Incidência da automedicação entre jovens universitários da área da saúde e de humanas. *Revista Saúde UniToledo*, v. 03, p. 02-12, 2019.
- DA SILVA, A.B.; BARROS, E.R.; SANTOS, E.L.; BARROS, F.C.A.; LIMA, M.C.B.; SANTOS, S.C.; LIMA, T.S.; SILVA, V.M.; MAIA, L.F.S. A automedicação e suas consequências entre profissionais de enfermagem. In: Seminário de Produção Científica em Ciências da Saúde, 2018, Carapicuíba - SP, Anais...Carapicuíba, 2018, p. 1:15.
- DA SILVA, C.D.; FERRAZ, G.C.; SOUZA, L.A.F.; CRUZ, L.V.S.; STIVAL, M.M.; PEREIRA, L.V. Prevalência de dor crônica em estudantes universitários de enfermagem. *Texto Contexto em Enfermagem*, v. 20, p. 519-525, 2011.
- DE OLIVEIRA, M.A.; GRECO, P.B.T.; PRESTES, F.C.; MACHADO, L.M.; MAGNAGO, T.S.B.S.; DOS SANTOS, R.R. Trastornos/dolor músculoesquelético em estudantes de enfermagem de una universidad comunitaria del sur del Brasil. *Enfermería Global*, v. 47, p. 128-143, 2017.
- DE OLIVEIRA, J.K.A.; LLAPA-RODRIGUEZ, E.O.; LOBO, I.M.F.; SILVA, L.S.L.; DE GODOY, S.; DA SILVA, G.G. Patient safety in nursing care during medication administration. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, v. 26, p. 3-17, 2018.
- DE SOUZA, D.R.P.; NETA, M.E. Automedicação por profissionais e acadêmicos da área da saúde: uma revisão de literatura. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, v. 14, p. 965-974, 2016.
- DOS SANTOS, J.M.; DO COUTO, G.B.F.; DIAS, A.K.; MARKUS, G.W.S.; PEREIRA, R.A. Cuidados paliativos em enfermagem: uma revisão bibliográfica. *Revista Multidebates*, v. 4, p. 105-112, 2020.
- IURAS, A.; MARQUES, A.A.F.; GARCIA, L.F.R.; SANTIAGO, M.B.; SANTANA, L.K.L. Prevalência da automedicação entre estudantes da Universidade do Estado do Amazonas (Brasil). *Revista Portuguesa de Estomatologia, Medicina Dentária e Cirurgia Maxilofacial*, v. 57, p. 104-111, 2016.
- MACHADO, J.; DA SILVA, C.M.; DE PEDER, L.D. Concepções sobre automedicação entre profissionais de enfermagem. *Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências da Saúde*, v. 7, p. 10-15, 2020.
- MARINHO, P.E.M. Refletindo sobre a expressividade da dor e a relação terapeuta-paciente. *Fisioterapia em Movimento*, v. 18, p. 73-79, 2005.
- MARTINS, A. R.; SCHREIBER, G.; SADE, P. M. C. O papel do enfermeiro frente ao manejo da dor em adultos. *Revista da Faculdade Evangélica*, v. 1, p. 2-11, 2011.
- MATUMOTO, S.; FORTUNA, C.M.; KAWATA, L.S.; MISHIMA, S.M.; PEREIRA, M.J.B. Cartografia das dores do cuidar no trabalho clínico do enfermeiro na atenção básica. *Texto e Contexto em Enfermagem*, v. 22, p. 318-326, 2013.
- MITCHELL, T.; O'SULLIVAN, P. B.; BURNETT, A. F.; STRAKER, L.; RUDD, C. Low back pain characteristics from undergraduate student to working nurse in Australia: a cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Studies*, v. 45, p. 1636-1644, 2008.
- MONTANARI, C.M.; DE SOUZA, W.A.; VILELA, D.O.; ARAÚJO, F.S.; PODESTÁ, M.H.M.C.; FERREIRA, E.B. Automedicação em acadêmicos de uma universidade pública do sul de Minas Gerais. *Tempus, Actas de Saúde Coletiva*, v. 8, p. 257-268, 2014.
- MOURA, C.C.; CHAVES, E.C.L.; SOUZA, V.L.S.; LUNES, D.H.; RIBEIRO, C.R.G.; PARAIZO, C.M.S.; FAVA, S.M.C.S.; DÁZIO, L.M.R. Impactos da dor crônica na vida das pessoas e a assistência de enfermagem no processo. *Avances en Enfermería*, v. 35, p. 53-62, 2017.
- NASCIMENTO, L. A. D.; DUTRA, M. C. G. Avaliação da dor como quinto sinal vital: opinião de profissionais de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 1, p. 4-50, 2011.
- OLIVEIRA, F.A.; TEXEIRA, E.A. Concepções sobre o uso da automedicação pelos trabalhadores de enfermagem em terapia intensiva oncológica. *Journal of Nursing*, v. 10, p. 24-31, 2016.
- PALODETO, M.F.T.; FISCHER, M.L. Apropriação da terminologia 'uso consciente de medicamentos' visando à promoção da saúde global. *Reciis – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde*, v. 13, p. 191-207, 2019.
- PIMENTA, C.J.L.; SILVA, C.R.R.; BEZERRA, T.A.; COSTA, T.F.; OLIVEIRA, J.S.; COSTA, K.N.F.M. The impact of work on the health of nursing professionals. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v.54, e03584, 2020.
- PISSARRA, I.; GALLARDO, E.; ROSADO, T. Prevalência da automedicação em profissionais de saúde. *Salutis Scientia – Revista de Ciências da Saúde da ESSCVP*, v. 9, p. 3-10, 2017.
- RIBEIRO ÍAP, MARQUES LL, ASSIS LRS, SILVEIRA HN, LACERDA JN, MENDES MRRS. Substâncias psicoativas no contexto do trabalhador da saúde. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 90, p. 1-2, 2019.
- RIBEIRO, I.A.P.; FERNANDES, M.A.; PILLON, S.C. Prevalência e fatores associados ao consumo de substâncias psicoativas por trabalhadores de saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73 (Suppl 1), e20200279, 2020.
- SCHMOELLER, R.; TRINDADE, L.L.; NEIS, M.B.; GELBCKE, F.L.; PIRES, D.E.P. Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 32, p. 368-377, 2011.
- SILVA, A.B.; BARROS, E.R.; SANTOS, E.L.; BARROS, F.C.A.; LIMA, M.C.B.; SANTOS, S.C.; LIMA, T.S.; SILVA, V.M.; MAIA, L.F.S. A automedicação e suas consequências entre profissionais de enfermagem. In: Seminário de Produção Científica em Ciências da Saúde. Anais...Carapicuíba, 2019. p. 1:15.
- SILVA JÚNIOR, E.J.; BALSANELLI, A.P.; NEVES, V.R. O cuidado de si no cotidiano do enfermeiro: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, e20180668, p. 1-8, 2020.
- TSANG, A.; VON KORFF, M.; LEE, S.; ALONSO, J.; et al.M. Common chronic pain conditions in developed and developing countries: gender and age differences and comorbidity with depression-anxiety disorders. *Journal of Pain*, v. 9, p. 883-891, 2008.