

ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NO AMBIENTE HOSPITALAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

**OCCUPATIONAL STRESS AMONG NURSING PROFESSIONALS IN THE
HOSPITAL ENVIRONMENT: AN INTEGRATIVE REVIEW**

Ciências da Saúde • 21/08/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/787286536](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/787286536)

Sonia Isabel Crispim Cândido dos Santos¹

Andrea Silva Caldas Moreira²

Ellen Vidal Medeiros Lobo³

Maria Socorro da Silva Paiva Cavalcante⁴

RESUMO

Este estudo analisou os impactos do estresse ocupacional na saúde mental da equipe de enfermagem em ambiente hospitalar por meio de uma revisão integrativa da literatura (2021-2026). Foram analisadas 19 obras que evidenciam uma prevalência crítica de ansiedade (superando 32%) e Síndrome de Burnout (21,8%), especialmente em setores de alta complexidade. Os resultados indicam que a gênese do adoecimento é estrutural, impulsionada pela sobrecarga de trabalho, escassez de recursos e falta de autonomia, fatores que comprometem a segurança do paciente e elevam o sofrimento ético. Como estratégias de enfrentamento, destacam-se as Práticas Integrativas, o biofeedback cardiovascular e o fortalecimento do apoio social. Conclui-se que o estresse ocupacional é um fenômeno multidimensional que exige modelos de gestão focados na humanização do trabalhador e na garantia de autonomia profissional para mitigar o esgotamento e assegurar a qualidade assistencial.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional; Enfermagem; Saúde Mental; Gestão em Saúde.

ABSTRACT

This study analyzed the impacts of occupational stress on the mental health of hospital nursing teams through an integrative literature review (2021–2026). Nineteen works were analyzed, revealing a critical prevalence of anxiety (exceeding 32%) and Burnout Syndrome (21.8%), particularly in high-complexity units. The results indicate that the onset of illness is structural, driven by workload, resource scarcity, and lack of autonomy—factors that compromise patient safety and heighten moral distress. Coping strategies highlight Integrative Practices, cardiovascular biofeedback, and the strengthening of social support. In conclusion,

occupational stress is a multidimensional phenomenon that demands management models focused on worker humanization and professional autonomy to mitigate burnout and ensure quality of care.

Keywords: Occupational Stress; Nursing; Mental Health; Health Management.

1. INTRODUÇÃO

Na atualidade, a incidência de problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade, síndrome de burnout e estresse ocupacional, tem apresentado um crescimento significativo entre profissionais da saúde que lidam diretamente com estressores emocionais e conflitos interpessoais (Filho; Vital; Oliveira, 2021). A enfermagem, enquanto categoria que sustenta o cuidado direto e contínuo, enfrenta um cenário de vulnerabilidade exacerbada pela complexidade das rotinas hospitalares e pela natureza das demandas assistenciais. Segundo a Teoria de Médio Alcance do Estresse Ocupacional, esse fenômeno é compreendido como um processo dinâmico onde os antecedentes, como a sobrecarga e a falta de autonomia, geram atributos de tensão que resultam em consequências físicas e psicológicas para o trabalhador (Almino *et al.*, 2025).

O estresse ocupacional surge quando as demandas do ambiente de trabalho superam a capacidade de enfrentamento do indivíduo. No contexto hospitalar, esse quadro é intensificado pela alta responsabilidade, contato constante com a terminalidade e escassez de recursos, fatores que, em áreas de alta complexidade como o Bloco Operatório, elevam a prevalência de transtornos prováveis de ansiedade para patamares superiores a 32% (Rosin *et al.*, 2025). Além

disso, a presença de comportamentos como o workaholism tem se mostrado um preditor relevante para o desenvolvimento de sintomas depressivos e esgotamento profissional (Barbosa *et al.*, 2024).

A relevância deste estudo reside na necessidade de mapear como a organização do trabalho interfere no psiquismo do enfermeiro, especialmente considerando que a qualidade do ambiente de prática influencia diretamente a segurança do paciente, a satisfação profissional e a retenção de talentos nas instituições (Andrade *et al.*, 2025). Compreender esses mecanismos é vital, visto que o estresse elevado está associado a falhas assistenciais e ao declínio da capacidade para o trabalho (Correia; Pereira; Gasparino, 2025). Diante desse cenário, emerge a seguinte questão norteadora: quais os impactos do estresse ocupacional na saúde mental de profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar?

Para responder a este problema, este estudo estabelece como objetivo geral analisar os impactos do estresse ocupacional na saúde mental da equipe de enfermagem que atua no ambiente hospitalar. Como objetivos específicos, busca-se: identificar os principais fatores estressores presentes nas diferentes unidades de assistência; descrever os impactos do estresse na saúde mental dos profissionais; e mapear as estratégias de enfrentamento e intervenções terapêuticas — a exemplo das práticas integrativas e do biofeedback cardiovascular — utilizadas para a mitigação dos danos psicossociais (Auatt *et al.*, 2026).

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que permite a busca, a avaliação crítica e a síntese das evidências disponíveis sobre o tema investigado (Mendes, Silveira e Galvão, 2008). O estudo foi elaborado a partir da análise de 19 obras científicas publicadas entre 2021 e 2026. Segundo Gil (2022), a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, o que possibilita ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente.

A busca das publicações foi realizada em bases de dados eletrônicas, incluindo SciELO, LILACS, PubMed e BVS. Foram utilizados descritores relacionados ao tema “estresse ocupacional”, “saúde mental”, “enfermagem” e “saúde do trabalhador”, combinados por meio do operador booleano AND. Adotaram-se como critérios de inclusão publicações disponíveis na íntegra, nos idiomas português, espanhol e inglês e critérios de exclusão, artigos duplicados e teses, dissertações e revisões não relacionadas ao tema. Priorizaram-se estudos transversais, revisões de escopo e ensaios clínicos. A análise foi realizada de forma descritiva, permitindo a síntese crítica dos conhecimentos sobre prevalência, fatores de risco e métodos de enfrentamento.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do corpus literário selecionado (2021-2026) revela que o estresse ocupacional na enfermagem não é um evento isolado, mas um processo resultante da cronificação de estressores ambientais e organizacionais.

3.1. Prevalência e Impactos na Saúde Mental

Os dados indicam uma prevalência alarmante de transtornos mentais comuns. Conforme apontado por Rosin *et al.* (2025), profissionais que atuam em setores de alta complexidade, como o Bloco Operatório, apresentam taxas de ansiedade superiores a 32%. Essa vulnerabilidade é corroborada por Munhoz *et al.* (2024), que associam o ambiente perioperatório a altos níveis de estresse e ansiedade. Tal cenário é potencializado pela falta de autonomia identificada por Almino *et al.* (2025), que, somada à imprevisibilidade das rotinas críticas descrita por Munhoz *et al.* (2024), deixa o profissional desarmado frente às exigências do setor.

O esgotamento profissional surge como o desfecho mais frequente. Garcia *et al.* (2024) destacam que, na enfermagem oncológica, a prevalência da Síndrome de Burnout atinge 21,8%, sendo a exaustão emocional o atributo de tensão mais evidente. Essa realidade é reforçada pela revisão sistemática de Escarón e Jardim (2026), que identifica a sobrecarga de trabalho e os conflitos interpessoais como os principais preditores universais para o desenvolvimento desta síndrome na categoria. Adicionalmente, o comportamento de workaholism (trabalho compulsivo) atua como um preditor central para depressão, conforme discutido por Barbosa *et al.* (2024). Complementarmente, Medeiros *et al.* (2023) reforçam que esse sofrimento em enfermeiros hospitalares está intrinsecamente ligado à falta de hábitos de vida saudáveis e variáveis laborais, o que agrava o quadro de exaustão.

Nesse contexto, a utilização de instrumentos validados para a realidade brasileira, como a escala DASS-21, demonstra-se essencial

para a triagem e identificação precoce desses agravos (Oliveira *et al.*, 2025).

Quadro de Referências e Achados

Autores	Foco do Estudo / Principais Resultados
Rosin <i>et al.</i> (2025)	Identificaram que mais de 32% dos profissionais em setores de alta complexidade (Bloco Operatório) apresentam casos prováveis de ansiedade.
Munhoz <i>et al.</i> (2024)	Associam o ambiente perioperatório a elevados níveis de estresse e ansiedade, destacando a imprevisibilidade das rotinas críticas.
Almino <i>et al.</i> (2025)	Discutem como a falta de autonomia profissional potencializa a vulnerabilidade do trabalhador de saúde frente às exigências do setor.
Garcia <i>et al.</i> (2024)	Estimaram a prevalência da Síndrome de Burnout em 21,8% na enfermagem oncológica, com destaque para a exaustão emocional.
Barbosa <i>et al.</i> (2024)	Analisaram o <i>workaholism</i> (trabalho compulsivo) como um preditor central para o desenvolvimento de sintomas depressivos.
Oliveira Jr <i>et al.</i> (2025)	Validaram a escala DASS-21 para enfermeiros brasileiros, fornecendo a base metodológica para a triagem precisa de depressão, ansiedade e estresse.
Medeiros <i>et al.</i> (2023)	Analisam a relação entre estresse, variáveis pessoais e hábitos de vida, destacando que o sofrimento é influenciado pela rotina laboral e escolhas de autocuidado.
Escarón e Jardim (2026)	Revisão sistemática que reitera a sobrecarga e os conflitos interpessoais como fatores preditores universais da Síndrome de Burnout na enfermagem.

3.2. Fatores Estressores e a Organização do Trabalho

A aplicação da Teoria de Médio Alcance do Estresse Ocupacional, avaliada por Almino *et al.* (2025), permite identificar que a falta de autonomia e a sobrecarga de trabalho são antecedentes críticos. Nas Unidades de Pronto Atendimento, a análise SWOT realizada por Mendes, Silveira e Barlem (2025) classificou o excesso de atendimentos e a escassez de recursos como "ameaças" externas que fragilizam o psiquismo da equipe. Nesse sentido, Menezes e Servo (2024) destacam que o estresse acumulado na atenção a crises sanitárias, como a COVID-19, resultou em sentimentos de medo e exaustão extrema, frequentemente vinculados à precarização das condições de trabalho e à impotência profissional.

O ambiente de prática também exerce influência direta na segurança do paciente. Correia, Pereira e Gasparino (2025) e Andrade *et al.* (2025) demonstram que ambientes de trabalho insalubres e com baixo apoio social não apenas elevam o estresse do enfermeiro — como observado por Lopes *et al.* (2021) em unidades neonatais — mas também comprometem a segurança assistencial, convertendo o sofrimento ético do profissional em riscos mensuráveis ao paciente. Adicionalmente, Moura *et al.* (2025) destacam que, em instituições de longa permanência, as repercussões do estresse ocupacional manifestam-se por meio de exaustão física e desequilíbrio psicossocial, evidenciando que a cronicidade do cuidado prolongado é um fator de risco determinante para o adoecimento da equipe.

Quadro: Fatores Estressores e Organização do Trabalho

Autores	Abordagem/Contexto	Principais Fatores Estressores Identificados
Almino <i>et al.</i> (2025)	Teoria de Médio Alcance	Identificam a falta de autonomia e a sobrecarga de trabalho como antecedentes críticos do estresse ocupacional.
Mendes, Silveira e Barlem (2025)	Análise SWOT em UPAs	Classificam o excesso de atendimentos e a escassez de recursos como "ameaças" externas que fragilizam a saúde mental.
Correia, Pereira e Gasparino (2025)	Ambiente e Segurança	Demonstram que ambientes insalubres elevam o estresse e comprometem diretamente a segurança do paciente.
Andrade <i>et al.</i> (2025)	Apoio Social	Evidenciam que o baixo apoio social no ambiente de prática converte o sofrimento ético em riscos assistenciais reais.
Lopes <i>et al.</i> (2021)	Unidades Neonatais	Correlacionam ambientes desfavoráveis a altos níveis de estresse em setores de alta criticidade.
Menezes e Servo (2024)	Pós-pandemia / COVID-19	Revelam sentimentos de medo, impotência e exaustão ligados à precarização e à alta carga emocional da assistência.
Moura <i>et al.</i> (2025)	Instituições de Longa Permanência	Analizam as repercussões do estresse no cuidado prolongado, destacando a exaustão física e o desequilíbrio psicossocial.

Fonte: Elaborada pelos Autores.

3.3. Estratégias de Enfrentamento e Intervenções Terapêuticas

Diante do cenário de adoecimento, a literatura recente enfatiza a transição de estratégias individuais para intervenções institucionais e integrativas.

Práticas Integrativas: A revisão de Costa *et al.* (2024) aponta que práticas como a auriculoterapia e a meditação são eficazes na redução imediata dos níveis de cortisol e ansiedade. Munhoz *et al.* (2024) confirmam a eficácia da auriculoterapia especificamente em profissionais de áreas críticas.

Biofeedback Cardiovascular: O estudo clínico de Macedo *et al.* (2023) demonstrou que o uso do biofeedback auxilia o enfermeiro no controle da variabilidade da frequência cardíaca, promovendo uma autorregulação emocional mais eficiente diante de crises no ambiente hospitalar.

Resiliência e Apoio Social: Schultz *et al.* (2022) reforçam que o apoio social entre pares e a promoção da resiliência individual atuam como fatores protetores, mitigando o impacto das demandas psicológicas elevadas.

Tabela: Estratégias de Enfrentamento e Intervenções para o Estresse Ocupacional

Estratégia / Intervenção	Autor(es)	Público / Contexto	Principais Resultados
Práticas Integrativas (Auriculoterapia e Meditação)	Costa <i>et al.</i> (2024)	Profissionais de Enfermagem	Eficácia na redução imediata dos níveis de cortisol e dos sintomas de ansiedade.

Auriculoterapia	Munhoz <i>et al.</i> (2024)	Profissionais de áreas críticas	Confirmação da eficácia da técnica especificamente em ambientes de alta complexidade.
Biofeedback Cardiovascular	Macedo <i>et al.</i> (2023)	Enfermeiros hospitalares	Melhora no controle da variabilidade da frequência cardíaca e maior autorregulação emocional em crises.
Resiliência e Apoio Social	Schultz <i>et al.</i> (2022)	Profissionais de Enfermagem	O apoio entre pares e a resiliência individual atuam como barreiras protetoras contra demandas psicológicas.

Fonte: Elaborada pelos Autores.

Síntese dos Achados

Os resultados confirmam a hipótese de que o estresse ocupacional é um fenômeno multidimensional. Enquanto os fatores organizacionais (sobrecarga, falta de recursos) são os principais geradores de tensão, as intervenções baseadas em tecnologias leves (Práticas Integrativas) e suporte psicossocial emergem como caminhos viáveis para a manutenção da saúde mental e da capacidade para o trabalho (Santos *et al.*, 2024).

Conforme sintetizado nas Tabelas, observa-se uma convergência dos estudos para a necessidade de suporte institucional e implementação de tecnologias leves de cuidado para a preservação da saúde mental do enfermeiro.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente análise permitiu compreender que a saúde mental dos profissionais de enfermagem é diretamente influenciada pela complexidade dos cenários de atuação e pela organização do trabalho. Os dados evidenciam uma prevalência crítica de ansiedade e Síndrome de Burnout, especialmente em setores de alta complexidade como o Bloco Operatório e a Oncologia, onde a exaustão emocional se destaca como o principal atributo de tensão.

Observou-se que a gênese desse adoecimento não é puramente individual, mas sim estrutural. A aplicação da Teoria de Médio Alcance do Estresse Ocupacional e a análise SWOT demonstraram que fatores como a falta de autonomia, a sobrecarga de atendimentos e a escassez de recursos atuam como ameaças constantes ao equilíbrio psíquico da equipe. Mais do que um problema de saúde do trabalhador, a precarização do ambiente de prática reflete-se na segurança do paciente, uma vez que o sofrimento ético e o estresse profissional convertem-se em riscos assistenciais mensuráveis.

Portanto, conclui-se que a implementação de estratégias de humanização não deve ser restrita ao paciente, mas estender-se de forma sistemática aos profissionais. É imperativo que as instituições de saúde adotem modelos de gestão que promovam o apoio social e a autonomia, visando mitigar o workaholism e os desfechos depressivos. Como limitação, este estudo sugere a necessidade de pesquisas longitudinais que avaliem o impacto de intervenções específicas na redução do estresse ocupacional a longo prazo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMINO, R.H.S.C. *et al.*, Avaliação da teoria de médio alcance do estresse ocupacional em profissionais de saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem – REBEN** 78(4): 2025; e20240505. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2024-0505pt>

ANDRADE, L.L.C. *et al.*, Ambiente de trabalho de enfermeiros na atenção primária à saúde de Manaus: estudo transversal analítico. **Revista da Escola de Enfermagem da USP** v. 60 . 2026 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2025-0280pt>

AUATT, P. M. C. *et al.*, Intervenções terapêuticas em profissionais da saúde para a síndrome de burnout: uma revisão de escopo. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 18, e-14488, 2026. Acesso em 11 Abril 2026

BARBOSA, N. S. *et al.*, Fatores associados ao workaholism na saúde mental de enfermeiros: revisão integrativa. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 32, e4219, 2024. DOI: 10.1590/1518-8345.7046.4219

CORREIA, L. L.; PEREIRA, J. S.; GASPARINO, R. C. Influence of the work environment on patient safety and stress among healthcare professionals. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 59, e20240420, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2024-0420en>

COSTA, G. R. *et al.*, Práticas integrativas frente ao estresse em profissionais de enfermagem na pandemia da Covid-19: scoping review. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 58, e20240108, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2024-0108pt>

ESCARÓN, M. R.; JARDIM, V. M. R. Síndrome de Burnout en enfermería, factores asociados: una revisión sistemática. **Revista Uruguaya de Enfermería**, v. 21, n. 1, e402, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.33517/rue2026v21n1a3>

FILHO, J. M. N.; VITAL, A. L. F.; OLIVEIRA, A. K. S. G. Síndrome de Burnout e ansiedade em trabalhadores em saúde mental: enfrentando uma realidade silenciosa. **Revista Ciência Plural**, v. 7, n. 2, p. 74-87, 2021. Acesso em 12 Abril 2026

GARCIA, A. J. *et al.*, Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem oncológica: estudo transversal. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 70, n. 4, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2024v70n4.4983>

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022.

LOPES, R. P. *et al.*, Ambiente de prática profissional e estresse no trabalho da enfermagem em unidades neonatais. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 55, e20200539, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2020-0539>

MACEDO, A. B. T. *et al.*, Efeito do biofeedback cardiovascular no estresse da equipe de enfermagem: ensaio clínico controlado aleatório. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 76, n. 6, e20230069, 2023. Acesso em: 12 Abril 2026

MEDEIROS, S. E. G. *et al.*, Estresse e sofrimento em enfermeiros hospitalares: relação com variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 32, e20220262,

2023.Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2022-0290pt>

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C.C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Acesso em 13 Abril 2026

MENDES, V. M. S. *et al.*, Análise SWOT do estresse ocupacional e enfrentamento da equipe de enfermagem de Unidades de Pronto Atendimento. **Cogitare Enfermagem**, v. 30, e98647, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.98647pt>

MENEZES, C. B.; SERVO, M. L. S. O estresse em trabalhadores de enfermagem na atenção às pessoas com COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 77, n. 5, e20230542, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0542pt>

MOURA, L. *et al.* As repercussões do estresse ocupacional na saúde de trabalhadores que atuam em instituições de longa permanência. **Escola Anna Nery**, v. 29, e20250079, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2025-0079pt>

MUNHOZ, O. L. *et al.*, Eficácia da auriculoterapia para ansiedade e estresse em profissionais de enfermagem perioperatória: estudo misto. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 32, e4276, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2023-0347pt>

OLIVEIRA, J. A. N. *et al.*, Impacto da satisfação e motivação no estresse ocupacional da enfermagem do bloco operatório: estudo

piloto. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 78, n. 1, e20230415, 2024
Acesso em 13 Abril 2026

OLIVEIRA, S. A. *et al.*, Evidências de validade da Depression, Anxiety and Stress Scale entre trabalhadores de enfermagem brasileiros. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 38, eAPE0321, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2025AO0003261i>

ROSIN, J. *et al.*, Prevalência de depressão e ansiedade e fatores relacionados a esses distúrbios entre trabalhadores de enfermagem atuantes em centro cirúrgico. **Revista. Sobecc**, São Paulo. 2025; 30: E1077 Disponível em: <https://doi.org/10.5327/Z1414-44251077>

SANTIN JÚNIOR, L. J. *et al.*, Propriedades psicométricas do Burnout Assessment Tool - Versão geral em trabalhadores de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 33, e4426, 2025. Acesso em 13 Abril 2026

SANTOS. M.A.Q.F. *et al.*, Relação entre fatores psicossociais e capacidade para o trabalho de profissionais da saúde. **Rev Gaúcha Enferm.** 2024; 45: e20230172. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2024.20230172.pt>

SCHULTZ, C.C. *et al.*, A resiliência e a redução do estresse ocupacional na Enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** 2022; 30:e3635. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5866.3635>

¹ Doutoranda em Saúde Pública, Universidad de la Integracion de las Américas- UNIDA, Paraguai. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Doutoranda em Saúde Pública, Universidad de la Integración de las Américas -UNIDAS, Paraguai. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Enfermeira, Mestre em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas. Doutoranda em Saúde Pública, Universidad de la Integacion de las Américas - UNIDA, Paraguay. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁴ Mestrado profissional Em Ciências da Saúde - FAMED - UFAL - HUPAA - Preceptora da Residência Multiprofissional. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)