

## ESTRESSE ENTRE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

**Resumo:** A dor é comum entre os pacientes oncológicos, principalmente aqueles que são expostos a procedimentos invasivos, não é simples para o profissional a avaliação da experiência dolorosa, pois envolve fatores multidimensionais. O objetivo foi apresentar as principais escalas de mensuração da dor, enfatizando a melhor forma de atender o paciente oncológico e a construção de uma cartilha com as principais escalas para consulta dos profissionais da saúde. Trata-se de um estudo descritivo baseado na revisão tradicional da literatura, O levantamento de literatura ocorreu por meio de estudos indexados nas bases de dados LILACS, SCIELO e BDEF. As principais escalas apresentadas são: Escala Visual Numérica, Escala Visual Analógica, Escala de Descritores Verbais, Escala de Faces, Pain Assessment in Advanced Dementia, Questionário de Dor McGill. As escalas dão subsídios para que os profissionais identifiquem as alterações presentes nos pacientes usando assim a intervenção adequada. É preciso empenho do enfermeiro em aplicar a escala adequada, de forma individualizada. A cartilha incentiva a equipe de enfermagem quanto à importância da utilização das escalas de dor de acordo com a necessidade do paciente, garantindo um tratamento humanizado e a melhor terapia.

Descritores: Estresse, Enfermagem, Unidade de Terapia Intensiva.

Stress between nursing professionals in intensive therapy unit

**Abstract:** To identify the main occupational stress factors of the nursing team working in the Intensive Care Unit, as well as to know how stress is manifested in the nursing team. Bibliographic review. There are several factors that trigger stress within Intensive Care Units, such as inadequate working conditions; lack of teamwork; scarcity of material resources; excessive working hours; death of patients; dissatisfaction with work; professional devaluation, noise; and the environment. The importance of the understanding of the reality experienced by the nursing professionals who work in Intensive Care Units helps in the formulation of proposals for interventions and search for solutions of the factors that contribute to generate stress, such as the adoption of more humanized measures of work and mechanisms that facilitate the work of the nursing team, valuing their knowledge and their experience.

Descriptors: Stress, Nursing, Intensive Care Unit.

Estrés entre profesionales de enfermería en unidad de terapia intensiva

**Resumen:** Identificar los principales factores de estrés ocupacional del equipo de enfermería actuantes en la Unidad de Terapia Intensiva, así como conocer de qué forma el estrés se manifiesta en el equipo de enfermería. Revisión bibliográfica. Son diversos los factores que desencadenan estrés dentro de las Unidades de Terapia Intensiva, tales como condiciones de trabajo inadecuadas; falta de trabajo en equipo; escasez de recursos materiales; carga horaria de trabajo excesiva; muerte de los pacientes; insatisfacción con el trabajo; desvalorización profesional, ruidos; y el medio ambiente. La importancia de la comprensión de la realidad vivenciada por los profesionales de enfermería que actúan en Unidades de Terapia Intensiva auxilian en la formulación de propuestas de intervenciones y búsqueda de soluciones de los factores que contribuyen a generar el estrés, tales como la adopción de medidas más humanizadas de trabajo y mecanismos que faciliten el trabajo del equipo de enfermería, valorizando su saber y su experiencia.

Descriptorios: Estrés, Enfermería, Unidad de Terapia Intensiva.

### Maria Joelma dos Santos

Graduada em Enfermagem pela faculdade Anhanguera de Brasília-DF. Pós Graduada em Enfermagem do trabalho pela CBPEX BRASÍLIA-DF. Pós Graduanda em Enfermagem Forense, pela FACCRI/Instituto Keynes, Brasil.

E-mail: joelmaguerreira.santos@gmail.com

### Viviane Marques Guedes

Graduada em Comunicação Social - Jornalismo pela Universidade Federal da Paraíba (2005). Pesquisadora voluntária do Grupo de Pesquisa sobre o Cotidiano e o Jornalismo (GRUPECJ), na Universidade Federal da Paraíba. Professora da Consultoria Brasileira de Pesquisa, Ensino e Extensão, vinculada à Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas.

E-mail: vmmetodologia@gmail.com

Submissão: 14/02/2019

Aprovação: 05/08/2019

## Introdução

A palavra “estresse” tem sido muito utilizada, sendo geralmente associada a sensações de desconforto e de diversas reações emocionais. A cada dia que passa há um aumento significativo das pessoas que se dizem estressadas<sup>1</sup>.

O tema vem sendo objeto de diferentes estudos ao longo dos anos, especialmente nos campos da Medicina, Psicologia e Administração, o que de certa forma veio a contribuir para a formulação de diversas teorias e conceitos acerca desta problemática<sup>2</sup>.

As doenças decorrentes das condições de trabalho, associadas às pressões do mundo moderno, representam prejuízos significativos para os recursos públicos e privados<sup>3</sup>, razão pela qual, esforços têm sido empreendidos no sentido de compreender e enfrentar o estresse, o qual tem sido considerado por muitos especialistas como o “mal do século”, o qual ocorre mais frequentemente em profissionais de saúde<sup>1,4</sup>.

O trabalho no ambiente hospitalar se constitui em uma atividade na qual, aspectos físicos e psíquicos estão diretamente relacionados, podendo tanto representar equilíbrio, desenvolvimento e satisfação ou tensão, desajuste e até mesmo o adoecimento do trabalhador<sup>5,6</sup>.

A enfermagem é uma profissão desgastante por inúmeros motivos, entre eles, o fato de estar envolvidos nas relações humanas<sup>7,8</sup>, bem como pela sobrecarga de trabalho e especificidade das tarefas desenvolvidas e a busca por excelência o que, por vezes, faz com que tais profissionais não consigam diagnosticar suas próprias vulnerabilidades ao referido mal<sup>9,10</sup>.

Este trabalho tem por objetivo identificar os principais fatores de stress ocupacional da equipe de enfermagem atuantes na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), bem como conhecer de que forma o estresse se manifesta na equipe de enfermagem, a fim de compreender melhor e elucidar alguns dos problemas enfrentados pela profissão e propor formas de minimizar o estresse vivenciado no cotidiano da assistência e de melhoria da qualidade de vida destes profissionais, favorecendo, desta forma, não só o trabalhador, mas a própria instituição hospitalar, como um todo.

## Material e Método

A metodologia utilizada será a revisão bibliográfica acerca dos conceitos, fases e sintomatologias do stress, sua prevenção, estratégias de enfrentamento e mais especificamente sobre o stress ocupacional ligados à enfermagem.

## Resultados e Discussão

O termo tem origem no latim *stringere*, no século XVII, passando a ser utilizado no idioma inglês para designar “opressão, desconforto e adversidade”<sup>11</sup>. Em 1929, Cannon formulou o conceito de homeostase, que corresponde à capacidade de autorregulação dos vários sistemas existentes nos organismos em que estes, frente a alterações no seu equilíbrio interno, reagem de forma a buscar restabelecer uma posição similar àquela prévia à ocorrência do desequilíbrio<sup>12</sup>.

O termo “estresse” é originário da física, que dizia respeito ao sentido de deformidade que determinada estrutura sofre quando submetida a um esforço. O primeiro a fazer uso do termo estresse na área de saúde foi Hans Selye, na época estudante de medicina, que o definiu como “um conjunto de reações que o

organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige esforço para adaptação”. Nos últimos anos, o número de doenças relacionadas ao estresse está aumentando. Entre as três causas principais de mortalidade (câncer, doenças cardíacas e cerebrovasculares), o estresse se insere como fator de risco<sup>13</sup>.

Com o passar do tempo, o termo stress passou por inúmeras modificações, passando a ser utilizado pela medicina e biologia para significar o empenho do organismo em adaptar-se para o enfrentamento de uma situação avaliada como ameaçadora à sua vida e seu equilíbrio interno<sup>14</sup>.

O estresse pode ser definido como:

[...] qualquer evento proveniente do ambiente externo ou interno que excede as fontes de adaptação ou resistência de um indivíduo ou sistema social. É um processo que envolve alterações orgânicas e psíquicas com relevância para o sistema cognitivo na interpretação de diferentes estímulos<sup>8</sup>.

Apesar de ser comum sua associação a algo prejudicial, o estresse se constitui numa reação orgânica indispensável ao equilíbrio homeostático e manutenção das atividades humanas, desde que encontre-se em concentrações aceitáveis aos níveis de cortisol, que é o hormônio marcador do estresse. Se excesso, pode resultar em um processo patológico<sup>15</sup>.

### Fases e Sintomas do Estresse

Teoricamente o estresse se manifesta através da Síndrome de Adaptação Geral (SAG), compreendendo o conjunto de respostas específicas de defesa e de adaptação orgânica ao estressor e através da Síndrome de Adaptação Local (SAL), na qual o estressor persiste e o organismo não consegue

adaptar-se, impossibilitando o retorno à homeostase, com consequente sobrecarga de um órgão ou de um sistema, resultando em somatização ou doença<sup>1</sup>.

O estresse se desenvolve em quatro fases: fase de alerta, estágio de resistência, fase de exaustão e exaustão<sup>11</sup>:

**1. Fase de alerta:** É considerada o estresse positivo. Ocorre da necessidade do uso de muita energia para a solução de um problema. Os sintomas ligados diretamente a essa fase são: tensão ou dor muscular, azia, problemas de pele, irritabilidade sem causa aparente, nervosismo, sensibilidade excessiva, ansiedade e inquietação. Cessando o fator estressante, a pessoa sai desta fase sem nenhuma seqüela, mas se o agente estressor permanece, pode-se iniciar a próxima fase;

**2. Fase de resistência:** Caracteriza-se pela tentativa de resistir ao estresse. Os principais sintomas são a dificuldade com a memória e o cansaço excessivo. Também nesta fase, se o esforço da pessoa for suficiente para que a mesma lide com a situação, elimina-se o estresse e desta forma, a pessoa sai ileso desse processo;

**3. Fase de quase exaustão:** Caracterizada pelo fato da pessoa não conseguir adaptar-se ou resistir às fases anteriores. O organismo começa então a passar por um processo de colapso gradual, necessitando, muitas vezes, de ajuda médica para tratar algum problema físico que já surgiu, como por exemplo, de origem psicológica, para aprender a lidar com o estresse;

**4. Fase da exaustão:** O organismo, nesta fase, encontra-se exausto, esgotado, debilitado. O estresse prolongado reduz a resistência da pessoa, afetando seu sistema imunológico, tornando-a mais vulnerável a quadros infecciosos e a doenças contagiosas. Nesta fase, é comum a pessoa isolar-se de todos e perder o gosto pela vida. Há perda da capacidade de concentração, de pensamento e até mesmo o humor fica afetado.

Existe uma linha de continuidade entre a homeostase e o estresse. Para o autor, a homeostase consistiria no movimento de busca do restabelecimento do equilíbrio perdido a nível metabólico, por meio do acionamento de mecanismos fisiológicos viscerais. Por sua vez o estresse corresponderia ao estado de acionamento do organismo que o prontifica a agir perante uma mudança identificada em sua interação com o meio por conta de uma mudança à qual este não é capaz de adaptar-se pelo mero acionamento dos mecanismos homeostáticos.<sup>16</sup>

Comumente ocorrem sinais e sintomas nível físico e psicológico<sup>11</sup>, tais como:

**Nível físico:** aumento da sudorese, nó no estômago, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto na mandíbula e ranger de dentes, hiperatividade, mãos e pés frios, náuseas;

**Nível psicológico:** ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação em excesso, inabilidade de concentração em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldades de

relaxar, tédio, irá, depressão e hipersensibilidade emotiva.

O estresse ocupacional pode manifestar-se tanto de forma física quanto emocional, destacando-se manifestações físicas como: presença de mãos frias, enxaqueca, problemas de memória, insônia, pesadelos, irritabilidade excessiva, cansaço constante, diminuição da libido, hipertensão arterial, mudança no apetite, dor lombar e cervical, sensação de desgaste e/ou exaustão, cefaleia, diarreia frequente, tontura frequente e náuseas. Entre as manifestações psicológicas destacam-se: perda do senso de humor, ansiedade diária, angústia, vontade de fugir de tudo e pensamento fixo em um só assunto<sup>17</sup>.

Importante enfatizar que pessoas diferentes reagem de formas diferentes ao entrarem em contato com fontes de estresse semelhantes. A maturidade do indivíduo, capacidade de ajuste e a resposta a estímulos estressores são importantes para definir o que pode levar a um quadro de estresse crônico<sup>15</sup>.

#### **Estresse Ocupacional da Equipe de Enfermagem atuante em Unidade de Terapia Intensiva**

Embora o estresse possa acometer qualquer pessoa, quando o agente desencadear refere-se à atividade desempenhada, o correto é a designação “estresse ocupacional”<sup>17</sup>. As diversas atribuições ligadas ao cotidiano laboral expõem os profissionais a fatores que predispõem ou potencializam o estresse com base na resposta de cada indivíduo<sup>15</sup>.

Os profissionais de saúde apresentam tensões específicas de estresse ocupacional, sendo que a profissão ocupa o terceiro lugar no ranking das profissões mais estressantes<sup>17</sup>.

Dentre os serviços de urgência dos hospitais, encontra-se a Unidade de Terapia Intensiva. Os

serviços prestados na unidade têm como objetivo concentrar recursos humanos e materiais para o atendimento de pacientes graves que exigem assistência permanente, bem como utilização de recursos tecnológicos apropriados para a observação contínua das condições vitais dos mesmos e para possíveis intervenções em situações de emergência<sup>14</sup>.

A enfermagem é uma profissão desgastante por inúmeros motivos, especialmente na atuação dentro da UTI, pelo fato de os profissionais estarem expostos diariamente a fatores adversos, não só do próprio ambiente, como ainda das condições críticas dos pacientes, onde a rapidez na tomada de decisão torna-se um fator determinante de sobrevivência<sup>8</sup>.

É inegável a importância da presença do profissional de enfermagem em UTI, haja vista que é este o profissional quem desenvolve atividades gerenciais e assistenciais, além de desempenhar um papel importante na prevenção da integridade física e psicossocial dos pacientes<sup>13</sup>.

O objetivo destas unidades é, sobretudo, tratar os doentes considerados graves e de alto risco, disponibilizando para isso, recursos humanos e materiais para a observação constante, ágil e eficaz nos atendimentos, a fim de restabelecer a saúde dos pacientes. Neste sentido, a assistência ofertada em uma UTI é considerada de alta complexidade, exigindo dos profissionais que ali atuam um bom preparo técnico e prático, físico e mental<sup>15</sup>.

Para o enfermeiro que atua na UTI, faz-se necessário habilidade e perfil de líder, bem como saber transmitir conhecimentos e que tenha controle emocional sobre as situações às quais será exposto<sup>17</sup>.

### Fontes de estresse nas UTIs

Estressores ou fontes de estresse são qualquer estímulo ou situações que geram um estado emocional forte capaz de quebrar (romper) a homeostase interna, exigindo uma adaptação do organismo como um todo, podendo gerar respostas positivas ou negativas. Como exemplos de respostas negativas, citam-se a sensação de mal-estar, tristeza, incapacidade, podendo progredir para doenças patológicas<sup>14</sup>.

No ambiente de trabalho os estressores podem ser classificados em três fatores: 1. Físicos, relacionados normalmente à sobrecarga de trabalho devido à designação de múltiplas tarefas e curtos prazos à sua execução, à insalubridade do ambiente, à ambiguidade de prioridades e ao nível de autoridade e de autonomia impostos ao indivíduo; 2. Sociais, que dizem respeito à tensão que o ser humano possa vir a sentir em virtude de seus contatos com outras pessoas quando este necessita interagir de modo a expressar algum tipo de sentimento, positivo ou negativo, ou expressar algum desejo ou reivindicar seus direitos; 3. Emocional, o qual relaciona-se com situações como ter que lidar com a morte, o que produz na equipe de enfermagem sentimento de dor, tristeza e sensação de fracasso, bem como lidar com angústias dos familiares e pacientes, visto que a comunicação óbito para a família se configura em uma difícil tarefa<sup>16</sup>.

Existem diversas situações estressoras dentro das UTIs, geradoras de uma atmosfera emocionalmente comprometida, tanto para os profissionais como para os pacientes e seus familiares. Os principais estressores encontrados entre os profissionais de enfermagem que atuam na UTI adulta, que independem da estrutura física estão: as condições de

trabalho inadequadas; falta de trabalho em equipe; escassez de recursos materiais; carga horária de trabalho excessiva; morte dos pacientes; insatisfação com o trabalho e desvalorização profissional. Entre os estressores ligados à estrutura física da UTI, conforme

este mesmo estudo, estão: os ruídos; a luz natural no serviço; o ambiente; e o controle de equipamento<sup>1</sup>.

O Quadro 1 traz uma síntese das principais dificuldades vivenciadas pela equipe multiprofissional de enfermagem nas Unidades de Terapia Intensiva de acordo com os autores analisados:

**Quadro 1.** Dificuldades vivenciadas pela equipe multiprofissional na unidade.

Autores Analisados	Motivos
Moura, et al., 2014	O dia a dia de uma UTI requer do profissional de enfermagem atenção, agilidade, qualidade técnica, conhecimento e controle emocional ao cuidar de pacientes graves com risco de morte, dor, sofrimento, medo, incertezas e solidão, além de um grande esforço em superar o cansaço físico e mental, a fim de que não se diminua a atuação esperada, tampouco, coloque em risco o cuidado prestado aos pacientes.
Andolhe, et al, 2015	Exposição diária a fatores adversos não só relacionados ao ambiente, como das condições críticas dos pacientes. Necessidade de rapidez na tomada de decisões como fator determinante para a sobrevivência e alta prevalência de desgaste no trabalho. Privação do sono e condições de trabalho no que se refere à organização, disponibilidade de recursos materiais e humanos.
Khamisa, et al., 2015	Carga horária fatigante, complexidade dos procedimentos e reduzido quadro de funcionários.
Padilha, et al., 2017	Elevada carga de trabalho, horas de sono insuficiente, recursos humanos insuficientes e recursos materiais inadequados.
Silva e Batista, 2017	Relações interpessoais, escassez de materiais, baixos salários, que levam os profissionais a manter dois ou mais empregos, enfrentando jornadas longas de trabalho associada ao desempenho de inúmeras atividades com alto grau de dificuldade e de responsabilidade. Ademais, o trabalho da enfermagem relaciona-se ao cuidado humano, sendo permeada por atividades burocráticas e assistenciais, na qual o profissional confronta-se, não raro, com questões éticas, valores e crenças, e diversas responsabilidades ligadas ao cuidar.
Teixeira, et al., 2017	Devido ao fato de sua realidade profissional estar ligada diretamente e de forma interrompida com a dor, sofrimento, morte, desespero, irritabilidade, incompreensão, sobrecarga de trabalho, falta de medicamentos e de equipamentos no setor em que atua.
Fernandes, et al., 2018	Constante contato com pacientes e/ou familiares, vivenciando assim situações de estresse para as quais não encontram-se psicologicamente preparados.

Fonte: Elaborado pela autora.

Todos esses indicadores resultam em um clima de trabalho exaustivo e tenso, provocando desmotivação,

conflito entre os membros da equipe e estresse ao grupo de trabalho e em particular, ao trabalhador,

individualmente, tendo em vista que a manutenção da saúde física e mental do indivíduo, bem como seu adoecimento, relaciona-se à forma como este interpreta seu mundo exterior, bem como aos recursos de que este dispõe para atender às demandas e estímulos aos quais encontra-se exposto<sup>17</sup>.

### **Manifestações Físicas e Emocionais do Estresse na UTI**

Os estressores são percebidos física, fisiológica e psicossocialmente, de maneira individual<sup>1</sup>.

De uma forma geral, em qualquer atividade laboral, o estresse promove uma redução da capacidade dos profissionais em desenvolverem com eficiência suas atividades, ocasionando assim, vários prejuízos. No caso dos profissionais de enfermagem, o estresse prejudica o atendimento aos pacientes, bem como os traz prejuízos aos próprios profissionais. Visto a necessidade de muitos deles serem afastados de seus postos de trabalho com o intuito de realizarem tratamentos que lhes possibilitem reduzir os níveis de estresse<sup>17</sup>.

É comum profissionais, que têm relação direta com as pessoas e que estão expostos a fontes crônicas de estresse emocional, serem acometidos pela chamada Síndrome de Burnout. Por este motivo, os profissionais de enfermagem estão entre os principais acometidos,<sup>18,19</sup> sobretudo aqueles que atuam em Unidades de Terapia Intensiva<sup>20</sup>.

A Síndrome de Burnout é considerada como um risco ocupacional<sup>21</sup> por consistir em uma experiência subjetiva interna que gera sentimentos e atitudes negativos no relacionamento que o indivíduo mantém com seu trabalho, gerando insatisfação, desgaste, perda de comprometimento, minando seu

desempenho profissional com consequências indesejáveis para a organização, tais como absenteísmo, abandono de emprego, baixa produtividade, etc<sup>1</sup>.

Em geral, o estresse ocupacional se caracteriza pela tensão emocional crônica gerada pelo contato diário, excessivo e incessante relacionado ao campo de trabalho, o qual manifesta-se por sinais e sintomas como despersonalização, insatisfação com o trabalho e exaustão emocional, às quais afetam negativamente e drasticamente a eficiência, a habilidade e a organização para a realização das funções no ambiente profissional, causando perda de interesse até mesmo nos fatores ligados à vida pessoal<sup>17</sup>.

Por ser um ambiente bastante instável, a UTI alterna entre dias tranquilos, bem como aqueles bastante agitados e com pacientes que exigem máxima atenção e cuidado rigoroso de toda a equipe. Na prática do cuidado, a enfermagem se depara diariamente não só com dores, como também com perdas e mortes, o que impõe sofrimento e desgaste emocional<sup>15</sup>.

Nesse sentido, os principais sintomas psicossomáticos associados, além do desgaste emocional, referem-se a alterações no padrão de saúde, tendo em vista à sobrecarga imposta pela rotina de trabalho, sentimentos de angústia, dores em diversas partes do corpo, sobretudo, lombar, sensação de esgotamento, entre outros<sup>15</sup>.

Um estado prolongado de estresse pode culminar em um esgotamento dos recursos individuais, expondo o organismo ao surgimento de diversos transtornos psicofisiológicos os quais podem predispor às inúmeras doenças<sup>22</sup>.

## **Prevenção do Estresse**

Apesar de constituir-se no instrumento de trabalho do profissional de enfermagem, a responsabilidade do cuidado pode, ao mesmo tempo, tornar-se causadora de prejuízos à saúde do cuidador. Sendo assim, uma forma de se alcançar a excelência no cuidado em UTI é a criação de procedimentos que possibilitem o conhecimento e a valorização de fatores essenciais à vida do humano cuidador<sup>15</sup>.

Estratégias defensivas são de fundamental importância para a proteção contra o sofrimento, e quando utilizadas coletivamente, fortalecem mais equipe, por meio da união entre os trabalhadores. Por isso é de suma importância a realização de reuniões de equipe, planejamento das atividades e a valorização dos distintos saberes com ênfase nas experiências dos profissionais, com vistas à saúde dos trabalhadores e da qualidade do trabalho, bem como uma forma de combater o estresse<sup>1</sup>.

A implantação de um programa de qualidade de vida ajudaria a melhorar e atenuar os agentes estressores dentro da UTI,- uma vez que auxiliaria na percepção do indivíduo e de sua posição de vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais este vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Dentre outras coisas, tal programa auxiliaria:<sup>23</sup>

**Em uma mudança de atitudes:** resultando no aumento de informações técnicas, com destaque para a educação em saúde, esclarecendo as repercussões no organismo estressado melhorando a forma de lidar com os fatores estressantes presentes no ambiente de trabalho, bem como minimizar esses efeitos de forma

a promover o desenvolvimento de habilidades interpessoais em situações conflitantes;

**Na programação de um ambiente agradável:** promovendo o desenvolvimento de parcerias em prol a saúde do trabalhador com adoção de práticas institucionais como a diminuição da carga horária; incentivos ao profissional capacitado, criação de setores especializados no aconselhamento e terapia ocupacional, bem como locais apropriados para descanso nos setores;

**Na melhoria das condições do trabalho de enfermagem:** obtendo meios de enfrentamento em prol da prevenção de danos na unidade de terapia intensiva, de forma a minimizar os agentes estressores.

Outras formas possíveis de minimização do estresse no trabalho englobariam: a discussão acerca da carga de trabalho do profissional, o número de horas trabalhada, o acompanhamento psicológico dos trabalhadores que lidam com a dor, sofrimento e morte, as condições salariais somadas às modificações no âmbito político, bem como a criação de condições para promoção e suporte emocional entre colegas de trabalho<sup>1</sup>.

## **Conclusão**

A palavra estresse se tornou corriqueira e amplamente difundida, e sua utilização generalizada, sem maiores reflexões, simplifica o problema e acaba ocultando os reais significados de suas implicações para a vida humana como um todo.

Embora em um determinado nível o estresse seja necessário ao bom funcionamento do organismo, colaborando para o bom desempenho de funções



orgânicas e psíquicas, em níveis mais elevados e contínuos, o estresse pode desencadear enfermidades orgânicas ou provocar disfunções significativas na vida de uma pessoa.

Este estudo demonstrou que a UTI é percebida não só pela equipe que nela atua, como também por pacientes e familiares, como um dos ambientes mais agressivos, tensos e traumatizantes do hospital devido às características do ambiente, caracterizado, sobretudo, pelo grande número de equipamentos, de profissionais, pela complexidade dos inúmeros procedimentos, pelo grau de responsabilidade em tomadas de decisões, etc., o que colabora para aumentar a angústia e a ansiedade destes profissionais.

São diversos os fatores vivenciados cotidianamente que desencadeiam estresse dentro das UTIs, sendo estas de natureza tecnológica, profissional e ética. Tais situações, fontes de tensão entre os profissionais, influenciam negativamente tanto na qualidade de assistência prestada aos clientes como na própria qualidade de vida dos profissionais.

A importância da compreensão da realidade vivenciada pelos profissionais de enfermagem que atuam em Unidades de Terapia Intensiva reside no fato, entre outras coisas, na possibilidade de se formular propostas de intervenções e busca de soluções dos fatores que contribuem para gerar o stress. É de fundamental importância a atenção especial a este tema, buscando-se os meios propícios que venham a promover a saúde integral destes trabalhadores.

Dentre as soluções possíveis, estão a adoção, pelas instituições, de medidas mais humanizadas de trabalho e mecanismos que facilitem o trabalho da

equipe de enfermagem, valorizando o seu saber e a sua experiência.

O intenso desenvolvimento tecnológico e técnico-científico vivenciado nas últimas décadas acaba por gerar a necessidade de maior grau de especialização nas áreas de conhecimentos. Na enfermagem, em especial, muitas são as especialidades que exigem tal aperfeiçoamento. Neste sentido, as instituições devem ainda, investir em qualificação contínua de seus profissionais. Desta forma, estes serão mais confiantes e valorizados.

## Referências

1. Moura RS, Reis RP, Melo ES, Maranhão IM, Alécio MS. Estresse na equipe de enfermagem atuante no cuidado na UTI adulto: revisão integrativa. *Rev Hórus*. 2014; 9(1):35-52.
2. Goto AK, Souza MTS, Lima Junior JV. Um estudo sobre o estresse em profissionais da área de logística da indústria automobilística. *Rev Psicol Polit*. 2009; 9(18):291-311.
3. Felix DB, Machado DQ, Souza EF. Análise dos níveis de estresse no ambiente hospitalar: um estudo com profissionais da área de enfermagem. *ReCaPe*. 2017; VII(2):530-543.
4. Gomes RSM, Alencar CT, Wallau I, Castro UR. Transtornos depressivos em profissionais de saúde. *Rev Med Saúde de Brasília*. 2015; 4(1):122-128.
5. Heylmann NR, Nunes JFS, Firmino N, Ascari RA. Absenteísmo entre profissionais de enfermagem: estudo num hospital universitário catarinense. *Rev Uningá*. 2016; 26(2):10-15.
6. Almeida ANF, Gurgel ERS, Silva SR. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem de um centro cirúrgico. *Rev Bras Qual Vida*. 2014; 6(4):2016-222.
7. Silva GSA, Silva GAV, Silva RM, Andolhe R, Padilha K, Costa KGP. Estresse e burnout em profissionais de enfermagem de unidade de terapia intensiva e semi-intensiva. *Rev Cient Sena Aires*. 2018; 7(1):5-11.
8. Andolhe R, Barbosa RL, Oliveira EM, Costa ALS, Padilha KG. Estresse, coping e burnout da equipe

de enfermagem de unidades de terapia intensiva: fatores associados. *Rev Esc Enferm USP*. 2015; 49(esp).

9. Azevedo VGB, Alves SM, Viana LVM, Veras KCBB, Carvalho ML, Elias CMV. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem que atuam em unidades de urgência e emergência. *Rev Interd*. 2017; 10(4):112-124.

10. Antonioli L, Echevarría-Guanilo ME, Rosso LH, Fuculo Junior PRB, Pai DD, Scapin S. Estratégias de coping da equipe de enfermagem atuante em centro de tratamento ao queimado. *Rev Gaúcha Enferm*. 2018; 39:1-9.

11. Miguez VA, Braga JRM. Estresse, síndrome de burnout e suas implicações na saúde docente. *Rev Thema*. 2018; 15(2):704-716.

12. Gomes LB, Bolze DAS, Bueno RK, Crepaldi MA. As origens do pensamento sistêmico: das partes para o todo. *Pensando Fam*. 2014; 18(2).

13. Silva C, Batista EC. Estresse ocupacional em enfermeiros e técnicos de enfermagem intensivas de uma uti adulto. *Rev Interd*. 2017; 10(1):118-128.

14. Moreira TS, Araújo GF. Percepção de estresse entre discentes do curso de enfermagem de uma IES. *Rev Psic*. 2017; 11(35): 479-491.

15. Santos NP, Marinho FP, Lima KYN, Rodrigues CCFM, Santos VEP. Docência universitária e o estresse: estressores nos cursos de enfermagem e medicina. *Rev Enferm UFSM*. 2016; 6(1):61-70.

16. Souza MBC, Silva HPA, Galvão-Coelho NL. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. *Estudos de Psicologia*. 2015; 20(1):2-11.

17. Teixeira LB, Veloso LUP, Ribeiro IAP, Oliveira TN, Cortez ACL. Estresse ocupacional na enfermagem atuante na unidade de terapia intensiva. *Investig. Enferm Imagen Desarr*. 2017; 19(2):195-211.

18. Padilha KG, Barbosa RL, Andolhe R, Oliveira EM, Ducci AJ, Bregalda RS, Secco LM. Carga de trabalho de enfermagem, estresse/burnout,

satisfação e incidentes em unidade de terapia intensiva de trauma. *Texto Contexto Enferm*. 2017; 26(3):1-8.

19. Alves EF. O cuidador de enfermagem e o cuidar em uma unidade de terapia intensiva. *Unopar Cient Ciênc Biol Saúde*. 2013; 15(2):115-22.

20. Costa M, Tavares VR, Silva CP, Leite FR. Nível de estresse da equipe de enfermagem de um hospital de pequeno porte no interior do estado de Goiás. *Refacer*. 2014; 3(1):14-41.

21. Vieira GCG, Brida RL, Macuch RS, Massuda EM, Preza GP. Uso de psicotrópicos pelo enfermeiro: sua relação com o trabalho. *Cinergis*. 2016; 17(3):191-195.

22. Fernandes LS, Trevizani MJ, Godoy NI. Associação entre Síndrome de burnout, uso prejudicial de álcool e tabagismo na enfermagem nas UTIs de um hospital universitário. *Ciênc Saúde Colet*. 2018; 23(1).

23. Khamisa N, Oldenburg B, Peltzer K, Ilic D. Work related stress, burnout, job satisfaction and general health of nurses. *Into J. Environ Res Public Health*. 2015; 12(1):652-66.

24. Papatthanasious IV. Work-related mental consequences: implications of burnout on mental health status among health care providers. *Acta Inform Med*. 2015; 23(1):22-8.

25. Ding Y, Yang Y, Yang X, Zhang T, et al. The mediating role of coping style in the relationship between psychological capital and burnout among chinese nurses. *PLoS One*. 2015; 10(4):1-14.

26. Zanetti TG, Graube SL. Sintomas de estresse em familiares de pacientes adultos em terapia intensiva. *Rev Saúde Pesquisa*. 2017; 10(3):549-555.

27. Rodrigues DP, Athanázio AR, Cortez EA, et al. Estresse na unidade de terapia intensiva: revisão integrativa. *Rev Enferm UFPE*. 2013; 7(42):4217-4226.