



educación física educacion fisica deportes deporte sport futbol fútbol entrenamiento deportivo discapacidad aventura poker jackpot bet apuesta dados dice casino naturaleza lesión lesion deportiva psicología sociología estudios sociales culturales physical juegos game gambling education sports sciences education physique gimnasia fitness natacion atletismo velocidad resistencia flexibilidad fuerza potencia aerobico habilidad motor recuperación pilates fatiga frecuencia cardiaca violencia

# Fatores estressantes entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva

**Factores estresantes en enfermeros que intervienen en Unidad de Terapia Intensiva**  
**Stressful factors among nurses working in Intensive Care Unit**

\*Enfermeira. Mestre, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde  
 Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB. Jequié (BA)

\*\* Enfermeira. Doutoranda, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem  
 Universidade Federal da Bahia/PPGENF/UFBA. Salvador (BA)

\*\*\* Enfermeira. Mestranda, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde  
 Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB. Jequié (BA)

\*\*\*\* Psicóloga. Mestranda, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde  
 Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB. Jequié (BA).

\*\*\*\*\*Enfermeiro. Professor Doutor, Graduação/Programa de Pós-Graduação em Enfermagem  
 e Saúde Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB. Jequié (BA)

\*\*\*\*\*Enfermeira. Professora Pós Doutora, Graduação/Programa de Pós-Graduação em Enfermagem  
 e Saúde. Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB. Jequié (BA)

**Vanessa Cruz Santos\***

**Karla Ferraz dos Anjos\*\***

**Déborah Silva Sande\*\*\***

**Sarah Bispo Rocha\*\*\*\***

**Eduardo Nagib Boery\*\*\*\*\***

**Rita Narriman Silva de Oliveira Boery\*\*\*\*\***

[vanessacruz@hotmail.com](mailto:vanessacruz@hotmail.com)

(Brasil)

## Resumo

Este estudo teve como objetivo analisar o que tratam as produções científicas sobre os fatores estressantes entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, com coleta de dados realizada nas bases de dados da Lilacs e SciELO a partir dos descritores: Esgotamento Profissional, Enfermagem e Unidades de Terapia Intensiva. Para a análise e posterior síntese dos artigos, foi utilizada a figura sinóptica. Notou-se que entre os fatores desencadeantes de estresse entre enfermeiros que atuam em UTI estão o déficit no número desses profissionais, acúmulo de funções e relacionamento interpessoal. Considera-se necessário que enfermeiros e instituições de saúde identifiquem os fatores estressantes e adotem mecanismos e estratégias a fim ao menos minimizá-los, podendo assim reduzir os danos à saúde desses profissionais, além da possibilidade de melhoria da qualidade de vida destes e da assistência prestada aos usuários.

**Unitermos:** Esgotamento profissional. Enfermagem. Unidades de Terapia Intensiva.

## Abstract

This study aims at analyzing what the scientific productions address in relation to stressful factors among nurses working in Intensive Care Unit (ICU). This is a bibliographical research, with data collection performed in databases from LILACS and SciELO, from the descriptors: Professional Exhaustion, Nursing and Intensive Care Units. For analysis and subsequent synthesis of papers, we made use of synoptic figure. We have noted that, among the triggering factors for stress among nurses working in ICU, one can find the deficit in the amount of these professionals, the accumulation of duties, and interpersonal relationship. It is considered necessary to make nurses and health institutions able to identify stressful factors and to adopt mechanisms and strategies in order to, at least, minimize them, thus being possible to reduce the health damages of these professionals, besides the possibility of improving their quality of life and the care actions provided to users.

**Keywords:** Professional exhaustion. Nursing. Intensive Care Units.

Recepção: 02/12/2014 - Aceitação: 19/12/2014.

*EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 19, Nº 199, Diciembre de 2014. <http://www.efdeportes.com/>*

1 / 1

## Introdução

O sistema econômico capitalista produz no indivíduo uma série de expectativas de ascensão social, visto que o trabalho produz muito mais que o sustento, proporciona a autonomia, poder de escolha e consumo, entretanto, além dos vários benefícios, pode acarretar estresse ao indivíduo (LIMA; BIANCHI, 2010).

Trabalhar no ambiente hospitalar pode ser estressante, pois é um local considerado como estressor, tanto para pacientes quanto para os profissionais de saúde que trabalham com tecnologias, lidam com pessoas acometidas por diversas doenças e ainda com a morte, o que pode causar mudança no comportamento desses indivíduos (JODAS; HADDAD, 2009).

Considerando a elevação do estresse em profissionais da saúde, em especial da enfermagem, é necessária a construção de medidas preventivas, na perspectiva de minimizar esse problema. Logo, é essencial salientar as condições de trabalho dos enfermeiros em setores como a UTI, uma vez que o estresse gerado pelo trabalho pode possibilitar o desenvolvimento de sentimentos de angústia e frustração, podendo interferir na qualidade de vida (QV) do profissional e assistência oferecida (BARBOZA et al., 2013).

Por diversas vezes, os enfermeiros que atuam em UTI são multifacetados, divididos e submetidos a uma variedade de cargos que são geradores de desgaste biopsicossociais e agentes considerados estressores. A partir das

experiências estressantes, os profissionais de saúde desenvolvem, como maneira para adaptação e sobrevivência, diferentes estratégias de enfrentamento. Porém, a vulnerabilidade particular de cada indivíduo contribui para que essas experiências favoreçam o adoecimento dessas pessoas (RODRIGUES et al., 2013).

Diversos profissionais da área da saúde sofrem estresse decorrente do ambiente de trabalho, entre eles, os enfermeiros que atuam em UTI. Vários são os fatores que podem desencadear este agravo à saúde destes profissionais. Logo, torna-se relevante e justificável a elaboração de estudos que abordem sobre os fatores estressantes uma vez que os resultados encontrados poderão contribuir para a implementação de ações que possam minimizar tais fatores entre enfermeiros que trabalham neste setor.

Neste sentido, o objetivo deste estudo é analisar o que tratam as produções científicas sobre os fatores estressantes entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva (UTI).

## Método

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, com coleta de dados realizada por meio das bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Scientific Electronic Library Online (SciELO) e BDEFN a partir dos descritores: Esgotamento Profissional, Enfermagem e Unidades de Terapia Intensiva. Para a construção do estudo, foi considerada a inclusão de artigos científicos publicados em periódicos da área da saúde no período de 2006 a 2013. Os critérios de inclusão foram: artigos completos e disponíveis gratuitamente, tendo como objeto de estudo enfermeiros que atuam em UTI e como desfecho os fatores estressantes entre esses profissionais.

De início, realizou-se uma pré-leitura de artigos para levantamento bibliográfico, posteriormente, foram selecionadas as referências para análise e compilação das informações que mais se apropriavam com o objetivo proposto para elaboração deste manuscrito. Foram detectados 32 artigos para a leitura dos títulos, resumos e métodos. Em seguida, foram excluídos quatro que se repetiam, totalizando, assim, 28 artigos. Para o refinamento da amostra, foi realizada a leitura na íntegra de todos os artigos e foram adotados os critérios de inclusão, o que resultou em 12 artigos para leitura exaustiva e análise criteriosa e sistemática.

Para a análise dos dados, um roteiro foi criado com o objetivo de homogeneizar as informações durante a leitura detalhada, criteriosa e crítica dos artigos selecionados a partir da leitura e releitura na íntegra, com o intuito de descrever os principais resultados e conclusões encontrados. Para a síntese dos artigos selecionados, uma figura sinóptica foi construída. Para a discussão, foram elaboradas três categorias: fatores estressantes entre enfermeiros que atuam na UTI; algumas consequências decorrentes do estresse; e medidas que podem contribuir para redução de fatores estressantes na UTI.

## Resultados

Para esta pesquisa, foram analisados 12 artigos que estavam de acordo com os critérios de inclusão antecipadamente estabelecidos. Dentre os artigos, a maioria estava nas bases de dados *SciELO*, 4 (33,35%) e *Lilacs*, 4 (33,35%), seguidos da BDEFN 2 (16,65%), sendo encontrados simultaneamente na *SciELO* e *Lilacs*, 2 (16,65 %). O ano de 2008 e 2013 tiveram o maior número de publicações, 4 (33,35%) para cada ano.

A Figura 1 apresenta a síntese dos artigos incluídos neste estudo, dispostos em quadro sinóptico. Neste, são apresentadas várias características desses artigos, das quais se tem: nome dos autores; ano de publicação; título do artigo; base de dados; periódico; intervenções estudadas; e conclusão. Os principais resultados são apresentados, também, de forma discursiva por meio da articulação entre os artigos analisados.

**Figura 1.** Apresentação da síntese dos artigos selecionados e utilizados na pesquisa, de acordo autor, ano, título, base de dados, periódico, intervenções estudadas e conclusões. Jequié, Bahia, Brasil, 2014

<b>Autores Ano</b>	<b>Títulos Base de dados Periódicos</b>	<b>Intervenções estudadas</b>	<b>Conclusões</b>
Daniela Rodrigues dos Anjos; Edna Alves da Silva; Heliana Jesus de Almeida Falqueiro; Patrícia Maria Puggina	Estresse - fatores desencadeantes, identificação e avaliação de sinais e sintomas no	Identificar as fontes geradoras de estresse, bem como os sinais e sintomas característicos em	Os enfermeiros podem identificar os fatores de estresse ou até mesmo prevenir os seus agravos, não permitindo que ele se

<p>de Freitas; Vânia Paziano de Matos Peres; Viviane Cristine Massruhá, Viviane Fontes de Souza. 2008</p>	<p>enfermeiro atuante em UTI neonatal.  Lilacs  Rev Inst Ciênc Saúde</p>	<p>enfermeiros de uma UTIN.</p>	<p>eleve através da extensão dos fatores e do tratamento precoce dos sintomas.</p>
<p>Michele Cristiene Nachtigall Barboza; Luciana Lima Braga; Luiane Tietz Perleberg; Lidiane Souza Bernardes; Izabella Chrystina Rocha. 2013</p>	<p>Estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em setores fechados de um hospital de pelotas/RS. BDEFN  Rev Enferm UFSM</p>	<p>Descrever os fatores estressantes na atividade do enfermeiro que trabalha nos setores fechados de instituição hospitalar.</p>	<p>A atuação do enfermeiro encontra-se relacionada ao cuidado humano, sendo esta permeada por atividades burocráticas e assistenciais, as quais podem enfrentar situações complicadas de convívio, questões éticas, valores e crenças.</p>
<p>Francisca de Melo Beserra; Ângela Maria Alves e Souza; Débora de Araújo Moreira; Maria Dalva Santos Alves; Bárbara Pereira D'Alencar. 2010</p>	<p>Significado do trabalho dos profissionais de enfermagem no hospital geral. Lilacs e Scielo Av Enferm</p>	<p>Analisar como os profissionais de enfermagem expressam seus sentimentos e reações no trabalho.</p>	<p>O trabalho, em terapia intensiva, suscita um debate que não é novo, mas desperta para a implementação de estratégias defensivas ao estresse. O estudo possibilitou criarmos espaços para acolhimento e escuta dos profissionais de enfermagem, com vistas à redução do sofrimento físico e psíquico no trabalho.</p>

<p>Ana Maria Cavalheiro; Denis Faria Moura Junior; Antonio Carlos Lopes. 2008</p>	<p>Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. Scielo Rev Latino-Am Enfermagem</p>	<p>Identificar a presença de estresse em enfermeiros que trabalham em unidades de terapia intensiva, identificar os agentes estressores e sintomas associados à percepção do enfermeiro ao estresse e avaliar a correlação entre a presença de estresse, fontes de estresse e sintomas apresentados pelos enfermeiros.</p>	<p>O estresse está presente na atividade do enfermeiro em unidade de terapia intensiva, correlacionado com fatores pertinentes ao setor, gerando insatisfação com a profissão e sintomas ligados ao estresse.</p>
<p>Maria Verônica Guilherme Ferrareze; Viviane Ferreira; Ana Maria Pimenta Carvalho. 2006</p>	<p>Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. Scielo Acta Paul Enferm</p>	<p>Investigou a ocorrência de estresse entre enfermeiros que atuam na assistência a pacientes críticos de uma Unidade de Cuidados Intensivos em um hospital universitário.</p>	<p>Sugerem a necessidade de atenção a esses profissionais para que seus sintomas não evoluam para a fase de exaustão.</p>
<p>Monalisa de Cássia Fogaça; Werther Brunow de Carvalho; Vanessa de Albuquerque Cítero; Luiz Antonio Nogueira-Martins. 2008</p>	<p>Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em terapia intensiva pediátrica e neonatal: estudo de revisão bibliográfica. Lilacs e Scielo Rev Bras Ter Intensiva</p>	<p>Revisão de literatura sobre estresse ocupacional e síndrome de <i>burnout</i> em médicos e enfermeiros que trabalham em unidade de terapia intensiva pediátrica e neonatal.</p>	<p>Os profissionais que trabalham em unidade de terapia intensiva pediátrica e neonatal, pela especificidade do seu trabalho, estão expostos ao risco do estresse ocupacional e, conseqüentemente ao <i>burnout</i>. Estes dados sugerem a necessidade de serem feitas pesquisas, com o objetivo de desenvolver medidas preventivas e modelos de intervenção.</p>
<p>Francine Jomara Lopes Guerrer; Estela Regina Ferraz Bianchi. 2008</p>	<p>Caracterização do estresse nos enfermeiros de</p>	<p>Caracterizar a população de enfermeiros que atuam em UTI no Brasil e</p>	<p>Tanto os enfermeiros como hospitais devem investir esforços para obter subsídios para a</p>

	<p>unidades de terapia intensiva.</p> <p>Scielo</p> <p>Rev Esc Enferm</p>	<p>associar o nível de estresse relatado pelos enfermeiros com idade, cargo ocupado, tempo de formado e frequência a cursos de pós-graduação.</p>	<p>prestação de assistência e estratégias de enfrentamento do estresse.</p>
<p>Raquel Einloft Kleinubing; Carolina Tonini Goulart; Rodrigo Marques da Silva; Juliane Umann; Laura de Azevedo Guido.</p> <p>2013</p>	<p>Estresse e <i> coping</i> em enfermeiros de terapia intensiva adulto e cardiológica.</p> <p>BDEFN</p> <p>Rev Enferm UFSM</p>	<p>Mensurar o estresse ocupacional e identificar as estratégias de <i>Coping</i> utilizadas pelos enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva Adulto e Unidade Cardiológica Intensiva de um hospital público do Rio Grande do Sul.</p>	<p>Conhecer os estressores pode auxiliar as instituições e os profissionais a repensar seu processo de trabalho para tornar o cotidiano mais produtivo e menos desgastante, o que refletirá na qualidade da assistência prestada.</p>
<p>Vivian Aline Preto; Luiz Jorge Pedrão.</p> <p>2009</p>	<p>O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva.</p> <p>Scielo</p> <p>Rev Esc Enferm USP</p>	<p>Caracterizar os enfermeiros que desenvolvem suas atividades em UTI e verificar a presença de estresse entre eles.</p>	<p>O estresse, mesmo sendo discutido desde longa data, ainda acomete esses profissionais, e as instituições ainda não oferecem atenção especial aos enfermeiros no sentido de promover sua saúde integral.</p>
<p>Diego Pereira Rodrigues; Alcinéa Rodrigues Athanázio; Elaine Antunes Cortez; Enéas Rangel Teixeira; Valdecyr Herdy Alves.</p> <p>2013</p>	<p>Estresse na unidade de terapia intensiva: revisão integrativa.</p> <p>Lilacs</p> <p>Rev Enferm UFPE on line</p>	<p>Identificar os principais agentes estressores que acometem os profissionais de enfermagem na unidade de terapia intensiva e discutir as medidas preventivas para atenuar o estresse.</p>	<p>É necessário um comprometimento da qualidade do profissional de enfermagem, pois este trabalhador é repleto de fatores e riscos no cotidiano da saúde do trabalhador.</p>
<p>Ana Claudia Yassuko Murassaki; Gelena Lucinéia Gomes da Silva Versa; Kelly Cristina Inoue; Willian</p>	<p>Estresse em enfermeiros intensivistas e a condição chefe/não chefe de família.</p> <p>Lilacs</p>	<p>Investigar se existe relação entre estresse em enfermeiros intensivistas e a condição chefe/não chefe de família.</p>	<p>A condição de chefia familiar não se mostrou relevante para o favorecimento da ocorrência de estresse ocupacional em</p>

<p>Augusto de Melo; Laura Misue Matsuda. 2011</p>	<p>CiencCuidSaude</p>		<p>enfermeiros intensivistas. No entanto, a ocorrência de nível de estresse mediano entre esses profissionais pressupõe a necessidade de se adotar medidas de promoção/preservação da saúde (física e mental) dos trabalhadores nos ambientes investigados</p>
<p>Ana Maria Ribeiro dos Santos; Jucileide Gomes Matias; Maria Zélia de Araújo Madeira; Tânia Maria Melo Rodrigues. 2013</p>	<p>Estudo bibliográfico sobre estresse em enfermeiros na Unidade de Terapia Intensiva. Lilacs R. Interd</p>	<p>Levantar na literatura científica nacional artigos acerca do estresse em enfermeiros na Unidade de Terapia Intensiva; analisar as evidências da Síndrome de Burnout associadas ao estresse na equipe de enfermagem na unidade de Terapia Intensiva e discutir dinâmicas laborais para a equipe de Enfermagem na Unidade de Terapia Intensiva.</p>	<p>A manutenção de condições adversas ao trabalho gera estresse, que em determinadas situações obriga o trabalhador a desenvolver mecanismos adaptativos que, por vezes, não são eficazes, e acabam por conduzi-lo ao desenvolvimento da síndrome de Burnout.</p>

## Discussão

### Fatores estressantes entre enfermeiros que atuam na UTI

A UTI é considerada como um lugar estressante, pois as atividades desenvolvidas exigem elevado grau de responsabilidade e qualificação, com desgaste emocional intenso. A tensão pode ser aumentada pelo fato da UTI estar localizada em um serviço de atendimento emergencial (FERRAREZE; FERREIRA; CARVALHO, 2006).

O estudo de Anjos et al. (2008) mostrou que as relações interpessoais são fatores desencadeantes de estresse entre enfermeiros de diferentes cargos ocupacionais. Além disso, evidenciou-se que metade dos enfermeiros afirmou ter nível máximo de estresse para as seguintes questões: convencer os membros da chefia, incompatibilidade e incompetência com superior hierárquico, sentimento de desvalorização, falta de funcionários e acúmulo de funções. Entre os fatores desencadeantes com menor incidência de estresse estão: a disputa com colegas para assumir cargos de chefia, executar tarefas inferiores ao seu nível de competência, orientar e capacitar pessoal, entrosamento com a equipe e processo de admissão e/ou internação do paciente.

As singularidades de convívio diário nas relações de pacientes e seus familiares com a equipe de enfermagem, por exemplo, denunciam o estresse causado no ambiente hospitalar fechado, como no

caso da UTI. Acredita-se que os conflitos motivados em torno das equipes de trabalho, envolvendo ou não pacientes e seus familiares, devem-se ao fato de o grupo atuar em um setor fechado. Nesses ambientes o funcionamento é concentrado e a equipe encontra-se mantida constantemente dentro do setor, ocasionando maior probabilidade de atrito entre os funcionários. Logo, setores como a UTI tornam-se ambientes desencadeadores de estresse ocupacional (BARBOZA et al., 2013).

A carga horária das atividades dos profissionais participantes do estudo de Ferrareze, Ferreira e Carvalho (2006) sugere o acúmulo de empregos, ao considerar que a jornada de trabalho diária é de seis horas, excetuando-se plantões. Neste sentido, sugere-se que os resultados verificados quanto ao estresse se deve a essa característica da maior parte dos enfermeiros pesquisados e não apenas à atuação em terapia intensiva. Essa é uma indagação que merece ser abordada por outros trabalhos.

No estudo de Beserra et al. (2010), os profissionais se referiram ao significado do trabalho na UTI como estressante, por diferentes fatores associados, incluindo os relacionados ao trabalho e ao ambiente que interferiam na saúde física e psíquica e no desempenho profissional. Os mais significativos foram o dimensionamento inadequado da equipe de enfermagem que não atende à questão da carga de trabalho e condições estruturais, entre elas, a falta de material, barulho dos equipamentos e fatores ergonômicos.

A assistência ao paciente, a administração de pessoal e as atividades do enfermeiro podem ser as principais causas de estresse ocupacional, pois, em geral, são desenvolvidas simultaneamente, o que ocasiona o aumento da carga de trabalho (MURASSAKI, 2011).

De acordo com os resultados da pesquisa de Barboza et al. (2013), outros fatores que podem estar associados ao desenvolvimento do estresse entre enfermeiros: a questão da estrutura física e os recursos materiais que são instrumentos essenciais e indispensáveis para o desenvolvimento do cuidado de enfermagem. Nesse sentido, as inadequações de recursos físicos e materiais enfatizados são consideradas como fatores estressantes. Por isso, é necessário que setores fechados como a UTI sejam constantemente atualizados e modernizados com equipamentos e infraestrutura. Essa iniciativa possibilitará aos trabalhadores do serviço a realização de suas atividades de maneira satisfatória e adequada, melhorando a qualidade no atendimento e a assistência aos pacientes.

O gerenciamento de um ambiente hospitalar como a UTI também é um aspecto gerador de estresse ao profissional enfermeiro, sendo confirmado pela excessiva responsabilidade atribuída à função e pelas dificuldades de implantação de novos métodos de trabalho devido a uma estrutura conservadora (BARBOZA et al., 2013).

#### Algumas consequências decorrentes do estresse entre enfermeiros

Os agentes estressores relacionam-se com o estado de satisfação com a atividade profissional. As circunstâncias causadoras de estresse desempenham influência na saúde, resultando, assim, em sintomas biopsicossociais (CAVALHEIRO; MOURA JUNIOR; LOPES, 2008).

Na opinião de um dos enfermeiros entrevistados no estudo de Beserra et al. (2010), a rotina é a principal causa de estresse que, por sua vez, é considerado um processo psicofisiológico que resulta em sinais e sintomas nocivos à saúde do homem, afetando, especialmente, os trabalhadores expostos a riscos, entre estes, os profissionais de enfermagem.

A presença sucessiva de insatisfação do enfermeiro com a sua atividade profissional, associada aos agentes estressores e aos escores de sintomas pode contribuir para um possível quadro de *burnout*, caracterizado como elevação do grau de insatisfação e, por sua vez, interferindo em sua saúde e QV (CAVALHEIRO; MOURA JUNIOR; LOPES, 2008). O impacto de um ambiente como o da UTI sobre os profissionais de saúde pode implicar em estresse e, conseqüentemente, em *burnout*, que por vezes são causados devido às condições de trabalho (FOGAÇA et al., 2008).

Conforme resultados de pesquisa sobre a percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva, verificou-se que a maior parte das pesquisadas estão vivenciando sintomas físicos e psicológicos decorrentes do estresse. Como não foi possível analisar estatisticamente a associação desses sintomas com as características sociodemográficas, chamou atenção à jornada diária de trabalho da maior parte deles. Sendo que, a avaliação do estresse a partir de um instrumento que focaliza as reações do indivíduo, sejam elas psicológicas, fisiológicas ou comportamentais, mostrou que a maioria

apresentava sintomas indicativos de sobrecarga de trabalho (FERRAREZE; FERREIRA; CARVALHO, 2006).

O enfermeiro que convive com situação de estresse pode se sentir irritado, deprimido, desapontado. Esses agravos são considerados incompatíveis com o desempenho profissional, acarretando, conseqüentemente, a culpa, assim como o acréscimo de ansiedade. No entanto, fica evidente que a resposta aos estressores da UTI depende também da avaliação individual do enfermeiro (GUERRER; BIANCHI, 2008).

Diversas pessoas qualificam principalmente as situações desagradáveis como estressoras. Destarte, a compreensão e a avaliação do estresse não se fazem relevantes à situação em que o indivíduo se encontra, mas sim, relacionam-se à percepção que ele tem sobre a situação que vive, usando seu processo psicológico e sua compreensão dos fatos (PRETO; PEDRÃO, 2009).

#### Medidas que podem contribuir para redução de fatores estressantes na UTI

Para que o enfermeiro ofereça um cuidado qualificado ao paciente, é necessário inicialmente que ele se cuide, isto porque este profissional vem cotidianamente adoecendo, enfrentando em seu ambiente de trabalho, tão arriscado como na UTI, o estresse da vida laboral e pessoal (SANTOS et al., 2013).

É essencial que no ambiente de trabalho exista uma comunicação integrada e que sejam avaliadas as condições que o trabalhador está exposto, havendo harmonia entre a pessoa e o trabalho, já que o estresse é considerado como um dos maiores desencadeadores de doenças. Logo, para o enfrentamento do estresse, é importante que os profissionais de enfermagem aprendam a identificar os fatores que vem ocasionando este agravo em suas vidas e interferindo em suas atividades laborais. Enfatiza-se também a própria instituição enquanto organização do trabalho comprometida com a saúde desses indivíduos (RODRIGUES et al., 2013).

Com o intuito de compreender as estratégias abarcadas para o enfrentamento ou adaptação ao estressor, reforçando o caráter cognitivo e individual da interpretação realizada sobre os estressores, é fundamental considerar a avaliação que os enfermeiros fazem das situações desgastantes que presenciam no ambiente laboral (KLEINUBING et al., 2013).

Assim, modelos mais eficientes de gerenciamento de pessoal necessitam serem adotados a fim de solucionar os conflitos dos profissionais de saúde que trabalham neste ambiente, como os decorrentes do estresse (FOGAÇA et al., 2008). Para tanto, a instituição hospitalar precisa investir em recursos humanos e em elementos para a prestação de assistência que se encontra cada vez mais complexa e o enfermeiro necessita conhecer seus limites e procurar estratégias para enfrentar os estressores vividos (GUERRER; BIANCHI, 2008).

Devido ao relacionamento interpessoal entre as equipe de enfermagem e a multidisciplinar ser um fator determinante de estresse, é essencial que a comunicação se torne uma ferramenta relevante para possibilitar esse relacionamento de forma harmoniosa e permitir a partilha de opiniões e expressões. Faz-se necessário a criação de momentos de confraternização multiprofissional, com o intuito de desenvolver um convívio agradável, minimizar a sobrecarga gerada dentro de um setor fechado e garantir a saúde individual do profissional (BARBOZA et al., 2013).

Programar um ambiente agradável com o desenvolvimento de parcerias, cujo objetivo seja a saúde do trabalhador, com práticas institucionais como a redução da carga horária; incentivos ao profissional capacitado, construção de setores especializados no aconselhamento e terapia ocupacional na própria instituição, modificação do ambiente inibindo mecanismos estressantes conforme a percepção do profissional, trabalhar com a melhoria de resolução de conflitos e interesses podem ser estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças ocupacionais, como o estresse (RODRIGUES et al., 2013).

A influência do lazer e dos exercícios físicos também tem apresentado ausência de elementos estressores, aqueles são revestidos de importância porque poderiam ser utilizados como estratégias de enfrentamento ao estresse e também poderiam influenciar em um viver mais saudável dos enfermeiros que trabalham em UTI (BESERRA et al., 2010).

Na discussão pela QV no trabalho, o sofrimento, o desgaste e a insatisfação devem dar lugar à motivação para o trabalho e a valorização do enfermeiro, instituindo oportunidades de debate em

setores especializados de psicologia ocupacional, respeitando a autonomia do profissional e identificando os seus limites e possibilidades. Sendo assim, é imprescindível apontar esses aspectos nas reuniões da equipe de enfermagem na UTI visando, desta maneira, contribuir tanto para o modelo organizacional quanto para a valorização do indivíduo enquanto trabalhador (RODRIGUES et al., 2013).

### Considerações finais

Notou-se que os fatores desencadeantes de estresse entre enfermeiros como os relacionados ao ambiente de trabalho, relacionamento interpessoal, déficit no quadro de profissionais, convívio diário com colegas de trabalho, pacientes e seus familiares, inadequações de recursos físicos e materiais, insatisfação com as atitudes e relacionamento interpessoal com a chefia, entre outros, podem trazer consequências negativas à saúde do trabalhador.

Dessa forma, o enfermeiro que convive com situações estressoras no ambiente de trabalho pode sentir-se deprimido, irritado e manifestar sinais e sintomas desencadeados pelo estresse. Além disso, pode apresentar um possível quadro de *Burnout* causado pela associação dos agentes estressores e a insatisfação desses profissionais com o desenvolvimento da sua atividade.

Assim, é necessário que tanto os enfermeiros quanto a instituição de saúde identifiquem os fatores que estão associados ao estresse para que sejam adotados mecanismos e estratégias a fim de reduzir possíveis danos à saúde desses profissionais. Destarte, cuidar de si, interagir e comunicar com os profissionais favorecendo harmonia na relação interpessoal, realizar confraternização com a equipe multiprofissional, investir em recursos humanos e materiais, promover um ambiente agradável e momentos de atividades físicas são algumas das ações de promoção à saúde e prevenção a agravos que podem favorecer condições para a melhoria do estado de saúde e qualidade de vida de enfermeiros que atuam em UTI que, por conseguinte, contribuirão para uma assistência de enfermagem com mais qualidade.



### Referências

- ANJOS, Daniela Rodrigues dos et al. Estresse: fatores desencadeantes, identificação e avaliação de sinais e sintomas no enfermeiro atuante em UTI neonatal. *Rev Inst Ciênc Saúde*, v.26, n.4, p. 426-31. 2008.
- BARBOZA, Michele Cristiene Nachtigall et al. Estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em setores fechados de um hospital de pelotas/RS. *Rev Enferm UFSM*, v.3, n.3, p.374-82. 2013.
- BESERRA, Francisca de Melo. Significado do trabalho dos profissionais de Enfermagem no hospital geral. *Av enferm*, v.28, n.2. July/Dec. 2010.
- CAVALHEIRO, Ana Maria; MOURA JUNIOR, Denis Faria; LOPES, Antonio Carlos. Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. *Rev Latino-am Enfermagem*, v.16, n.1. 2008.
- FERRAREZE, Maria Verônica Guilherme; FERREIRA, Viviane; CARVALHO, Ana Maria Pimenta. Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva. *Acta paul Enferm*, v.19, n.3. July/Sept. 2006.
- FOGAÇA, Monalisa de Cássia et al. Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em terapia intensiva pediátrica e neonatal: estudo de revisão bibliográfica. *Rev Bras Ter Intensiva*, v. 20, n. 3, p. 261-63. 2008.
- GUERRER, Francine Jomara Lopes; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. *Rev Esc Enferm USP*, v.42, n.2, p. 355-62. 2008.
- JODAS, Denise Albieri; HADDAD, Maria do Carmo Lourenço. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta paul Enferm*, v. 22, n. 2, 2009.
- LIMA, Gabriela Feitosa; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Estresse entre enfermeiros hospitalares e a relação com as variáveis sociodemográficas. *Rev Min Enferm*. v. 14, n. 2, p. 210-8, 2010.
- MURASSAKI, Ana Claudia Yassuko. Estresse em enfermeiros intensivistas e a condição chefe/não chefe de família. *CiencCuidSaude*, v.10, n.4, p.755-762. 2011.
- PRETO, Vivian Aline; PEDRÃO, Luiz Jorge. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. *Revista da Escola de enfermagem da USP*. v. 43, n. 4, p.841-8, 2009.

- KLEINUBING, Raquel Einloft. Estresse e coping em enfermeiros de terapia intensiva adulto e cardiológica. *Rev Enferm UFSM*, v.3, n. 2, p. 335-44. 2013.
- RODRIGUES, Diego Pereira et al. Estresse na unidade de terapia intensiva: revisão integrativa. *Rev enferm UFPE online*, v.7, n.(esp), p.4217-26. 2013.
- SANTOS, Ana Maria Ribeiro dos. Estudo bibliográfico sobre estresse em enfermeiros na unidade de terapia intensiva. *R. Interd*, v.6, n.4, p. 188-195.2013.

Outros artigos [em Português](#)

Recomienda este sitio

	<input data-bbox="587 521 1059 562" type="text"/> <input data-bbox="1070 521 1171 562" type="button" value="Buscar"/>  <small>Búsqueda personalizada</small>
<p><i>EFDeportes.com, Revista Digital · Año 19 · N° 199   Buenos Aires, Diciembre de 2014</i> © 1997-2014 Derechos reservados</p>	