



FACULDADE DE GOIANA – FAG
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

INGLYD RAYANE DE ALCÂNTARA FÉLIX
TAINAH DOS SANTOS LINS

**ESTRESSE OCUPACIONAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA – UTI: uma revisão de literatura**

GOIANA
2025

INGLYD RAYANE DE ALCÂNTARA FÉLIX
TAINAH DOS SANTOS LINS

**ESTRESSE OCUPACIONAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA – UTI: uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a
Coordenação do curso de Enfermagem, da
Faculdade de Goiana - FAG, como requisito
parcial para obtenção do grau de bacharelado em
enfermagem.

Orientador: Prof. Dr. Hélio Oliveira dos Santos
Rodrigues

GOIANA
2025

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca da FAG – Faculdade de Goiana,
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

F316e Félix, Inglyd Rayane de Alcântara

Estresse ocupacional da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva – UTI: uma revisão de literatura. / Inglyd Rayane de Alcântara Félix; Tainah dos Santos Lins. – Goiana, 2025.

24f. il.:

Orientador: Prof. PhD. Hélio Oliveira dos Santos Rodrigues.

Monografia (Curso de Graduação em Enfermagem) Faculdade de Goiana.

1. Estresse ocupacional. 2. Equipe de enfermagem. 3. Fatores estressores. I. Título. II. Lins, Tainah dos Santos.

BC/FAG

CDU: 616-083.98

INGLYD RAYANE DE ALCÂNTARA FÉLIX

TAINAH DOS SANTOS LINS

**ESTRESSE OCUPACIONAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA – UTI: uma revisão de literatura**

Artigo científico apresentado ao Curso de Administração da Faculdade de Goiana - FAG,
como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Administração

Goiana, _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. PhD. Hélio Oliveira dos Santos Rodrigues (orientador)
Faculdade de Goiana – FAG

Profa. Esp. Nikaela Gomes da Silva (examinadora)
Faculdade de Goiana – FAG

Prof. Dr. Pedro Henrique do Bonfim Nascimento (examinador)
Faculdade de Goiana – FAG

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus, por ter nos dado saúde para concluir esse curso.

Agradecemos ao nosso orientador, Hédio Oliveira dos Santos Rodrigues e a nossa professora Elisabete Amorim, pela dedicação, paciência e valiosas orientações ao longo de todo o processo, contribuindo significativamente para o aprimoramento deste estudo e para o nosso desenvolvimento acadêmico e profissional.

Agradecemos também à nossa família e amigos pelo apoio incondicional, incentivo e compreensão nos momentos em que nos dedicamos intensamente à pesquisa e à elaboração deste trabalho.

Não poderíamos deixar de reconhecer nossos colegas de curso e profissionais que, direta ou indiretamente, colaboraram com informações, experiências e sugestões que enriqueceram esta pesquisa.

Gostaríamos de expressar nossa profunda gratidão a todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste Trabalho de Conclusão de Curso. Por fim, agradecemos à instituição de ensino e a todos os envolvidos na área da Enfermagem, que, com sua prática e comprometimento, nos inspiram a buscar constantemente o conhecimento e a excelência na profissão.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	8
2.1	Estresse ocupacional.....	8
2.2	Estresse ocupacional na área de saúde	10
2.4	Exposição aos estressores ocupacionais	12
2.5	O processo de trabalho em terapia intensiva	13
3	METODOLOGIA.....	15
4	RESULTADOS	17
5	DISCUSSÃO	18
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
	REFERÊNCIAS	21

ESTRESSE OCUPACIONAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA – UTI: uma revisão de literatura

Inglyd Rayane de Alcântara Félix¹

Tainah dos Santos Lins²

Hélio Oliveira dos Santos Rodrigues³

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi analisar os impactos do estresse ocupacional na equipe de enfermagem atuante na Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Para isso, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, utilizando como fontes de dados as bases SciELO e LILACS. Foram selecionadas publicações em português, entre os anos de 2020 e 2025. A busca resultou em 10 estudos incluídos no corpus final da análise. A partir da leitura e categorização das evidências encontradas, foi possível identificar que o ambiente das UTIs impõe à equipe de enfermagem uma série de exigências físicas, emocionais e cognitivas, que favorecem o desenvolvimento do estresse ocupacional. Os principais fatores estressores apontados nos estudos foram: sobrecarga de trabalho, escassez de recursos humanos e materiais, jornadas prolongadas, plantões noturnos, alta complexidade das tarefas, convívio constante com o sofrimento e a morte, além da desvalorização profissional. Esses fatores, quando persistentes, impactam negativamente a saúde dos trabalhadores, contribuindo para o surgimento de sintomas como ansiedade, fadiga, irritabilidade, alterações do sono e conflitos interpessoais. Tais consequências podem comprometer o bem-estar dos profissionais, afetar a qualidade da assistência prestada e aumentar os índices de afastamento e rotatividade no setor.

Palavras-chave: Estresse ocupacional; equipe de enfermagem; fatores estressores.

ABSTRACT

This study aimed to analyze the impacts of occupational stress on nursing staff working in Intensive Care Units (ICUs). To this end, an integrative literature review was conducted using the SciELO and LILACS databases as data sources. Publications in Portuguese published between 2020 and 2025 that directly addressed the topic were selected. The search resulted in 10 studies included in the final corpus of the analysis. After reading and categorizing the evidence found, it was possible to identify that the ICU environment imposes a series of physical, emotional, and cognitive demands on nursing staff, which favor the development of occupational stress. The main stressors identified in the studies were: work overload, shortage of human and material resources, long working hours, night shifts, high complexity of tasks, constant contact with suffering and death, and professional devaluation. These factors, when persistent, negatively impact the health of workers, contributing to the emergence of symptoms such as anxiety, fatigue, irritability, sleep disorders and

¹ Discente concluinte do curso de bacharelado em Enfermagem pela Faculdade de Goiana – FAG. E-mail: inglydalcantara@gmail.com.

² Discente concluinte do curso de bacharelado em Enfermagem pela Faculdade de Goiana – FAG. E-mail: tainahdossantos@gmail.com.

³ Professor Orientador.

interpersonal conflicts.

Keywords: Occupational stress; Nursing team; Stress factors.

1 INTRODUÇÃO

O estresse de origem ocupacional refere-se a um conjunto de fenômenos e sintomas desencadeados por fatores relacionados ao ambiente de trabalho. Trata-se de uma resposta do organismo a estímulos estressores que podem ser de natureza fisiológica, psicológica ou comportamental (Diniz; Schor, 2020). Nesse contexto, destaca-se o trabalho na área da saúde, que, apesar dos avanços tecnológicos, ainda se fundamenta essencialmente na atuação humana intensiva.

Particularmente nas Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), os profissionais de saúde estão constantemente expostos a situações imprevisíveis, que exigem decisões rápidas e precisas em cenários de alta complexidade. A rotina intensa, marcada por exigências técnicas e emocionais, aliada à responsabilidade direta pela vida e bem-estar dos pacientes, contribui para o desgaste físico e psicológico desses trabalhadores, elevando os níveis de estresse ocupacional (Silveira, 2021).

Uma pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde durante a pandemia de Covid-19, entre abril e junho de 2020, revelou dados alarmantes sobre a saúde mental de médicos residentes atuantes em UTIs. Segundo o estudo, 25% dos profissionais cogitaram trocar de especialidade devido à ansiedade. Entre os sintomas mais prevalentes estavam a incapacidade de relaxar, o medo de que algo ruim acontecesse e o nervosismo, presentes de forma moderada em 41,7% dos entrevistados. Além disso, 83,3% relataram prejuízos na qualidade do sono e 75% apresentaram sonolência diurna (Brasil, 2020).

É evidente que os profissionais de UTI enfrentam uma rotina que demanda não apenas conhecimentos técnicos especializados, mas também elevado nível de autocontrole e inteligência emocional. Muitas vezes, precisam tomar decisões simultâneas, sem tempo hábil para planejamento, o que aumenta a pressão e os riscos de falhas com consequências críticas (Myers, 2021). A constante exposição à iminência da morte, somada aos fatores pessoais e à complexidade dos cuidados prestados, contribui diretamente para o surgimento do estresse ocupacional.

Diante desse cenário, torna-se essencial que o profissional reconheça os principais estressores presentes no ambiente de trabalho e compreenda suas repercussões no processo saúde-doença. Essa consciência é fundamental para que se busquem estratégias de enfrentamento e prevenção, com vistas à preservação a saúde mental e à manutenção da

qualidade da assistência prestada (Silveira, 2021).

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo principal analisar os impactos do estresse ocupacional na equipe de enfermagem atuante na Unidade de Terapia Intensiva. A partir disso, propõe-se a seguinte problemática: quais os impactos do estresse ocupacional na vida dos profissionais de saúde que atuam em UTIs?

A relevância da presente pesquisa reside na necessidade de discutir uma temática que afeta tanto a dimensão individual quanto o desempenho profissional dos trabalhadores da saúde. Em especial no ambiente de UTI, é imprescindível que esses profissionais estejam em plenas condições físicas e emocionais para oferecer um cuidado qualificado. Além disso, há uma notável escassez de estudos que apresentem dados epidemiológicos e modelos de intervenção voltados especificamente à saúde mental dos profissionais que atuam nesse contexto de alta complexidade.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Estresse ocupacional

O estresse ocupacional pode ser definido como um processo complexo, resultante da tentativa do trabalhador em responder a demandas que excedem sua capacidade de adaptação individual e social, ocasionando alterações de ordem biológica, emocional e comportamental (Paschoal; Tamayo, 2020). Trata-se de um fenômeno relacionado a fatores presentes no ambiente laboral, sendo caracterizado por um conjunto de sintomas que emergem da interação entre o indivíduo e condições adversas no trabalho (Rezende *et al.*, 2020).

Idealmente, o trabalho deveria representar uma fonte de realização, crescimento e satisfação pessoal. No entanto, quando o contexto organizacional é desfavorável, pode provocar sentimentos de frustração, insatisfação e desinteresse, intensificando o sofrimento psíquico do trabalhador (Batista; Bianchi, 2020). O estresse no ambiente de trabalho emerge, portanto, como uma resposta aos chamados estressores ocupacionais, que podem ser de natureza fisiológica, psicológica ou comportamental (Diniz; Schor, 2020).

Segundo Rezende *et al.*, (2020), o estresse ocupacional é desencadeado quando o trabalhador percebe o ambiente de trabalho como uma ameaça, ou seja, quando as exigências do meio superam sua capacidade de enfrentamento. Essa sobrecarga pode ser agravada por fatores físicos, como ruído excessivo, má ventilação e iluminação inadequada, bem como por aspectos psicossociais vinculados à organização do trabalho, ao conteúdo das tarefas e às características individuais dos profissionais (Martins, 2020).

Lipp e Malagris (2020) apontam que o estresse ocupacional se manifesta quando o trabalhador não consegue corresponder às exigências impostas pelo trabalho, desencadeando uma série de sintomas como sofrimento psíquico, distúrbios do sono, mudanças de comportamento e sentimentos negativos. Complementarmente, Caiaffo (2020) define o estresse ocupacional como um estado emocional originado pela discrepância entre as altas demandas da função exercida e os recursos disponíveis para lidar com essas exigências.

Nessa perspectiva, o estresse ocupacional pode ser compreendido como resultado do esforço contínuo de adaptação a condições de trabalho inadequadas, levando ao desgaste físico e emocional. Assim, o estressor ocupacional refere-se a qualquer estímulo presente no ambiente laboral que, ao exceder as habilidades de enfrentamento do trabalhador, pode desencadear reações adversas com impacto sobre sua saúde física e mental (Arantes; Vieira, 2020).

A percepção subjetiva do trabalhador exerce papel central nesse processo. Conforme Seegers e Van Elderen (1996 *apud* Paschoal; Tamayo, 2020), o estresse decorre da percepção de descompasso entre as exigências da tarefa e os recursos pessoais disponíveis para cumpri-la. Quando essa discrepância é interpretada como um desafio, pode haver engajamento e dedicação; no entanto, se percebida como ameaça, tende a desencadear respostas negativas, como a evasão da tarefa.

Diniz e Schor (2020) reforçam que, além dos fatores externos relacionados ao ambiente de trabalho, elementos subjetivos individuais também influenciam na suscetibilidade ao estresse ocupacional. Dessa forma, cada profissional interpreta e reage de maneira particular aos estímulos laborais, o que torna o estresse uma experiência subjetiva.

Para Petrone (2020), a caracterização do estresse depende da avaliação cognitiva dos eventos vivenciados. Nesse sentido, o termo "estressor ocupacional" designa os estímulos oriundos do contexto laboral que geram impactos físicos e psicológicos em um número significativo de trabalhadores (Pereira, 2020).

Resumidamente, o estresse ocupacional configura-se como um estado emocional adverso, causado pela discrepância entre as exigências do trabalho e os recursos disponíveis para enfrentá-las, sendo influenciado pela percepção individual e pela capacidade de lidar com os desafios impostos pelo ambiente profissional. Situações como medo de fracassar, exaustão física e mental, ausência de suporte da liderança, competitividade exacerbada, longas jornadas de trabalho, entre outros fatores, contribuem para o desenvolvimento desse quadro (Martins, 2020).

As consequências do estresse ocupacional são amplas, afetando tanto o indivíduo quanto a organização. Entre os impactos mais recorrentes estão a queda no desempenho,

desmotivação, absenteísmo, alta rotatividade de pessoal, e até mesmo episódios de violência no ambiente de trabalho (Rossi *et al.*, 2020). De acordo com Milkovich e Boudreau (2020), essas manifestações estão frequentemente ligadas à perda de autonomia, à limitação na tomada de decisões e à subutilização das habilidades individuais.

2.2 Estresse ocupacional na área de saúde

De acordo com Hora *et al.*, (2020), o trabalho em saúde apresenta características específicas que o tornam particularmente desgastante, como o contato constante com o sofrimento de pacientes e familiares, além das altas e urgentes demandas assistenciais. Essas peculiaridades expõem os profissionais a um ambiente emocionalmente desafiador, que pode comprometer sua saúde física e mental.

Santos *et al.*, (2020) destacam que os riscos à saúde no ambiente de trabalho variam conforme o tipo de atividade desempenhada e as condições em que ela ocorre. No caso dos serviços de saúde, os autores ressaltam que esses locais frequentemente oferecem condições laborais insalubres, tornando não apenas os enfermeiros, mas todos os profissionais da área vulneráveis a diversos agentes de risco — físicos, químicos, biológicos e psicossociais. Esses fatores são potencializados pela intensidade com que se manifestam e justificam a inclusão da enfermagem entre as profissões consideradas mais desgastantes.

O processo de trabalho em saúde é dinâmico e atravessado por transformações de ordem socioeconômica, política e tecnológica. Tais mudanças impactaram significativamente a rotina dos profissionais, ampliando as exigências e, conseqüentemente, os riscos psicossociais no ambiente de trabalho (Arantes; Vieira, 2020). Essa conjuntura representa uma ameaça concreta à saúde e segurança desses trabalhadores, favorecendo o estresse ocupacional e o adoecimento (Martins, 2020).

O estresse entre profissionais da saúde tem sido amplamente discutido e investigado na contemporaneidade. Estudos apontam que esses trabalhadores lidam com cargas elevadas de pressão, o que acarreta sérios prejuízos à sua saúde física e mental (Batista; Bianchi, 2020).

Os mesmos autores destacam que a natureza do trabalho em saúde estabelece uma conexão íntima entre o profissional e o sofrimento humano, marcado pela convivência constante com dor, morte, desespero e outros sentimentos intensos relacionados ao processo de adoecimento.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2020), a sobrecarga de trabalho e os sintomas relacionados ao estresse tornam os profissionais da saúde especialmente suscetíveis

ao sofrimento psíquico, elevando o risco para o desenvolvimento de transtornos mentais. Embora muitos desses trabalhadores, especialmente aqueles inseridos em contextos de emergência, estejam habituados à fadiga física e ao cansaço mental, eventos como pandemias intensificam fatores já conhecidos — como medo, insegurança e incerteza — impactando profundamente as relações humanas e a qualidade da assistência.

Camelo e Angerami (2020) complementam essa análise ao observar que os profissionais da saúde são frequentemente encarregados de múltiplas tarefas com alto grau de responsabilidade. Dependendo das condições organizacionais, do ambiente laboral e da qualificação para o exercício de suas funções, essas exigências podem gerar tensão não apenas para o trabalhador, mas também para sua equipe e os usuários atendidos.

O aumento da pressão por produtividade, aliado à redução de pessoal, à complexidade crescente das tarefas, às relações interpessoais precárias e às expectativas desproporcionais, configura um cenário propício ao desenvolvimento do estresse ocupacional. Tais fatores contribuem para o surgimento da fadiga, da exaustão profissional e de sentimentos de desamparo (Rossi *et al.*, 2020).

Corroborando esse entendimento, Lynch *et al.*, (2020) afirmam que o ambiente hospitalar pode representar um potente agente estressor. Além do sofrimento emocional compartilhado com os pacientes, os profissionais enfrentam condições de trabalho frequentemente adversas, exigências constantes e um elevado nível de responsabilidade, que somados contribuem significativamente para a sobrecarga e o desgaste físico e emocional da equipe.

Corroborando essa perspectiva, Fiorelli (2020) sustenta que todo ambiente laboral contém elementos potencialmente estressores, que podem ser classificados em diferentes categorias. Entre os fatores intrínsecos e extrínsecos ao trabalho, o autor destaca a jornada exaustiva, a sobrecarga de tarefas e a constante introdução de novas tecnologias. Quanto ao papel do indivíduo na organização, sobressaem as expectativas externas sobre seu desempenho. O relacionamento interpessoal com superiores, colegas e subordinados também é apontado como uma fonte comum de tensão.

Além disso, Fiorelli (2020) enfatiza a importância da carreira e realização profissional, o impacto da estrutura e do clima organizacional – especialmente quando há ameaças à identidade e autonomia – e, ainda, a influência do conflito casa-trabalho, refletido por eventos pessoais externos ao ambiente profissional que repercutem negativamente na saúde mental do indivíduo.

Dantas (2020) também relaciona o surgimento do estresse a condições específicas do próprio ambiente laboral, tais como: espaços inadequados ou inseguros, sobrecarga

quantitativa e qualitativa de tarefas, ausência de autonomia, rotinas monótonas, ritmos acelerados e fatores que geram frustração ou aborrecimentos frequentes.

Já Fiorelli (2020) ressalta que as causas do estresse podem ter diferentes origens, sendo classificadas como: frustração, resultante do insucesso na conquista de objetivos; conflitos, gerados por disputas ou incompatibilidades motivacionais; mudanças, decorrentes de alterações significativas na vida pessoal ou profissional; e pressões, associadas a expectativas e exigências comportamentais impostas ao indivíduo.

Em estudo de campo com profissionais da saúde, Linch *et al.*, (2020) identificaram fatores específicos que contribuem para o estresse nesse segmento, destacando a precariedade das condições laborais, as longas jornadas de trabalho e a sobrecarga funcional. Os autores apontam ainda como estressores relevantes a falta de autonomia, a repetitividade das tarefas, os conflitos nas relações de equipe e a deficiência na formação e capacitação profissional. Tais elementos não apenas comprometem o bem-estar dos trabalhadores da saúde, como também influenciam negativamente a qualidade dos serviços prestados.

2.4 Exposição aos estressores ocupacionais

A exposição contínua a condições estressantes no ambiente de trabalho pode exercer influência direta e significativa sobre a saúde física e psicológica dos trabalhadores. Em geral, o estresse ocupacional manifesta-se quando os estressores presentes no contexto laboral interagem com características individuais, provocando uma ruptura aguda na homeostase fisiológica ou psicológica do sujeito (Rossi *et al.*, 2020).

Segundo revisão integrativa conduzida por Bezerra *et al.* (2020), os principais estressores relatados por profissionais que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) incluem a escassez de recursos humanos e materiais, instalações físicas inadequadas, carga horária excessiva, plantões noturnos, dificuldade em equilibrar vida profissional e pessoal, relações interpessoais desgastantes, clima organizacional competitivo e o descompasso entre a teoria aprendida e a prática vivenciada.

Quando mantido por longos períodos, o estresse pode tornar-se crônico, comprometendo seriamente a saúde física e mental dos trabalhadores. Nessa condição, deixa de ser uma resposta adaptativa do organismo e passa a configurar-se como um estado patológico, exigindo cuidados específicos e intervenções terapêuticas para aliviar os sintomas e prevenir recaídas (Martins, 2020).

Santos (2020), ao analisar a realidade dos profissionais de saúde em UTIs, aponta fatores adicionais que agravam o estresse ocupacional, como a desvalorização profissional, os

baixos salários, a dupla jornada de trabalho e a constante exposição a um ambiente conflituoso, onde estão presentes riscos biológicos, pacientes em estado crítico e a recorrente experiência com a morte.

A dupla jornada, em especial, é destacada como fator relevante: muitos profissionais mantêm vínculos empregatícios com mais de uma instituição e, frequentemente, transitam de um local de trabalho para outro sem o intervalo necessário para descanso. Essa dinâmica acarreta desgaste físico e mental, além de impactar negativamente a vida social e familiar, uma vez que reduz consideravelmente o tempo disponível para o convívio pessoal (Santos, 2020).

Diante da constante convivência com a dor, o sofrimento e a morte, os profissionais da saúde necessitam desenvolver uma elevada capacidade de adaptação a situações imprevisíveis, bem como estratégias eficazes de enfrentamento, tanto para resolver os problemas de seus pacientes quanto para manejar o próprio estresse.

Dentro desse contexto, Camelo e Angerami (2020) ressaltam que a falta de preparo emocional para lidar com a morte, as frequentes situações de urgência, a carência de pessoal e materiais, o barulho ininterrupto dos equipamentos e as constantes atualizações tecnológicas para as quais muitas vezes não há treinamento adequado, também se configuram como importantes fontes de estresse no cotidiano desses profissionais.

2.5 O processo de trabalho em terapia intensiva

A atuação da equipe de saúde em ambientes hospitalares, especialmente nas Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), tem sido amplamente reconhecida como geradora de desgaste físico, emocional e estresse. Isso se deve, sobretudo, à natureza do trabalho, que envolve a colaboração de uma equipe multiprofissional altamente exigida, cuja responsabilidade recai diretamente sobre o bem-estar e a vida dos pacientes (Bezerra *et al.*, 2020).

Os profissionais que atuam nesses setores lidam rotineiramente com uma ampla variedade de especialidades e categorias profissionais, desempenhando suas funções em espaços como salas de politraumatismo, observação e centro cirúrgico. Nesse contexto, muitas vezes se deparam com sentimentos de impotência diante de situações clínicas complexas que não podem ser resolvidas individualmente (Silva *et al.*, 2020).

As UTIs são consideradas ambientes particularmente desgastantes, tanto pela elevada carga de trabalho quanto pelas exigências técnicas e emocionais inerentes às suas atividades. Apesar dos esforços empreendidos pelas equipes, essas unidades são frequentemente percebidas como ambientes frios e marcados por práticas mecanicistas (Seleghim *et al.*,

2020).

O ambiente hospitalar, por si só, já configura uma fonte significativa de estresse para os trabalhadores da saúde, especialmente em razão do sofrimento vivenciado cotidianamente. As condições adversas de trabalho, associadas a conflitos interpessoais e à sobrecarga emocional, afetam não apenas o desempenho profissional, mas também o equilíbrio físico e psicológico dos envolvidos (Batista; Bianchi, 2020).

As profissões da área da saúde exigem dedicação intensa ao cuidado de pessoas enfermas ou em estado de vulnerabilidade, o que favorece a incidência de altos níveis de estresse. Nas UTIs, esse cenário se intensifica, uma vez que as atividades desenvolvidas são apontadas como das mais estressantes da prática profissional, com impacto direto sobre a saúde e a qualidade de vida dos trabalhadores (Seleghim *et al.*, 2020).

O trabalho em Terapia Intensiva demanda esforço físico, mental e emocional constante. Entre suas exigências estão: elevado grau de responsabilidade, ritmo acelerado, jornadas prolongadas, escassez de descanso adequado e realização de tarefas complexas. Tais condições favorecem o surgimento do estresse ocupacional, resultante das tensões vividas no ambiente de trabalho (Rezende *et al.*, 2020; Seleghim *et al.*, 2020).

Nesse contexto, a equipe de saúde é constantemente desafiada por uma carga de trabalho elevada e pela complexidade das atividades assistenciais e gerenciais, que, frequentemente, ocorrem simultaneamente. Tais exigências são percebidas como altamente desgastantes, desencadeando reações negativas de estresse que impactam as esferas pessoal, familiar, profissional e social dos trabalhadores, com tendência ao isolamento e aos conflitos interpessoais (Silva *et al.*, 2020).

A própria natureza do ambiente de uma UTI favorece o desenvolvimento do estresse crônico, uma vez que a rotina exige rapidez de raciocínio, capacidade decisória imediata e atuação eficaz em equipe, muitas vezes em contextos imprevisíveis e de alta pressão (Silveira, 2021).

Além das demandas emocionais, o trabalho físico desempenhado nas UTIs também representa um fator de desgaste. Os profissionais são frequentemente responsáveis por tarefas como o manuseio de pacientes, movimentação de equipamentos, troca de monitores, e transferência de pacientes entre setores do hospital, o que requer esforço constante (Seleghim *et al.*, 2020).

Entre as situações mais estressantes relatadas pelos profissionais de UTIs destacam-se os óbitos de pacientes, as emergências clínicas, os conflitos com colegas de equipe e as dificuldades relacionadas à organização do trabalho (Rodrigues; Chaves, 2019).

Diante desse cenário, constata-se que a diversidade e intensidade das atividades

desempenhadas nesse setor, associadas à necessidade de intervenções rápidas e à convivência diária com o sofrimento e a morte, são fatores que potencializam o estresse contínuo e prejudicial à saúde dos trabalhadores.

Adicionalmente, o aumento da complexidade dos atendimentos, muitas vezes não acompanhado pela ampliação proporcional dos recursos materiais, humanos e da infraestrutura física, contribui para agravar ainda mais o quadro de estresse permanente entre os profissionais das UTIs.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão integrativa da literatura, uma metodologia que possibilita a síntese de estudos publicados, promovendo uma análise ampla e crítica do conhecimento científico já produzido sobre determinado tema (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Conforme apontam Souza, Silva e Carvalho (2010), a revisão integrativa é um método que permite a incorporação de diversas abordagens metodológicas, com o objetivo de compreender de forma abrangente um fenômeno específico, identificar lacunas no conhecimento e propor direções para futuras investigações.

A busca pelos estudos foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), por serem bases reconhecidas na área da saúde e por disponibilizarem artigos científicos revisados por pares, com acesso aberto e conteúdo relevante em língua portuguesa.

A seleção dos descritores foi realizada com base no vocabulário estruturado DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), sendo utilizados os seguintes termos: “estresse ocupacional”, “equipe de enfermagem”, “unidade de terapia intensiva” e “impactos”. Para a combinação dos descritores, foram utilizados os operadores booleanos “AND” e “OR”, a fim de ampliar a sensibilidade da busca e garantir a recuperação de estudos pertinentes.

Foram considerados para análise os estudos publicados no período de 2020 a 2025, disponíveis integralmente e redigidos em língua portuguesa, que abordassem direta e especificamente a temática do estresse ocupacional em profissionais de saúde, com ênfase no contexto hospitalar, sobretudo em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs).

Foram excluídos da revisão os artigos duplicados nas bases, resumos de eventos, editoriais, cartas ao leitor, revisões de escopo, dissertações, teses, bem como estudos cujo conteúdo não estivesse acessível de forma completa ou que não estivessem diretamente

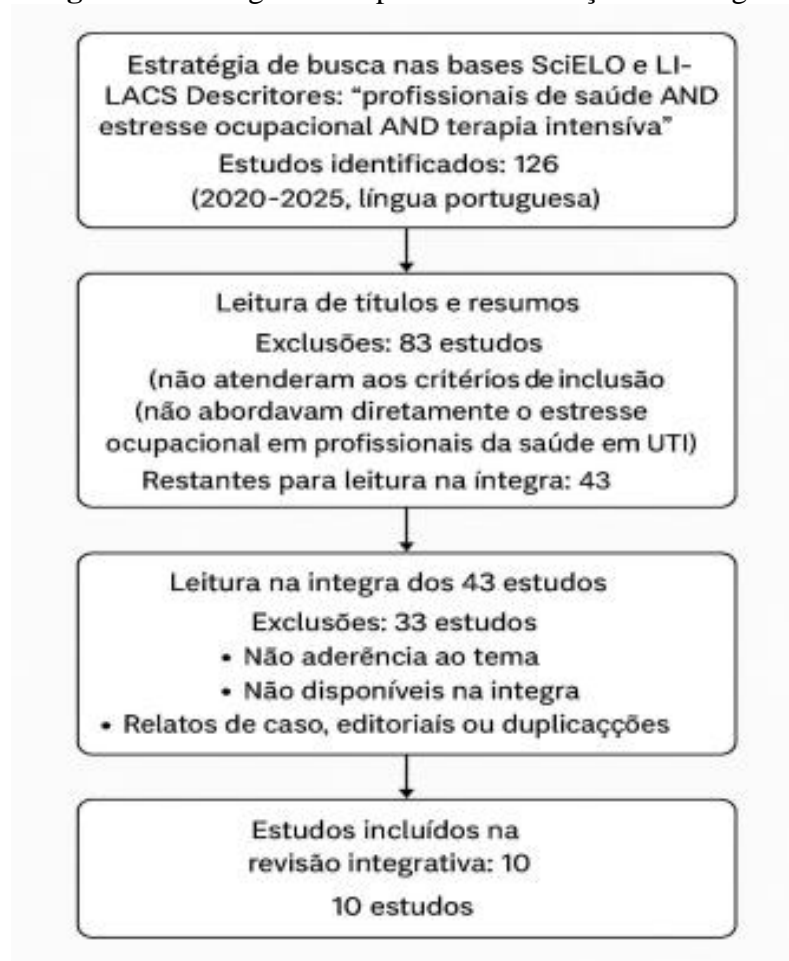
relacionados ao objeto da pesquisa.

A partir da estratégia de busca realizada nas bases de dados SciELO e LILACS, utilizando os descritores combinados com operadores booleanos (profissionais de saúde AND estresse ocupacional AND terapia intensiva), foram inicialmente identificados 126 estudos publicados entre os anos de 2020 e 2025, em língua portuguesa.

Após a leitura dos títulos e resumos, 83 estudos foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, como abordagem direta do estresse ocupacional em profissionais da saúde atuantes em unidades de terapia intensiva. Em seguida, foram avaliados os 43 artigos restantes na íntegra.

Dentre esses, 33 estudos foram excluídos por não apresentarem aderência ao tema central da pesquisa, por não estarem disponíveis na íntegra ou por se tratarem de relatos de caso, editoriais ou duplicações. Após essa triagem criteriosa, 10 estudos foram considerados aptos para compor a revisão integrativa. O Fluxograma 1 a seguir ilustra o processo de revisão integrativa de literatura:

Figura 1: Fluxograma do processo de seleção dos artigos



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Os dados extraídos das 10 publicações foram organizados por meio de um quadro síntese, conforme proposto por Mendes, Silveira e Galvão (2008), contendo as seguintes informações: título do artigo, autores, ano de publicação, objetivo do estudo, tipo de estudo, principais resultados e conclusões.

A sistematização dos dados teve como propósito favorecer a compreensão das evidências disponíveis na literatura científica sobre os fatores geradores de estresse ocupacional nos profissionais de saúde. Para a análise dos estudos incluídos, optou-se pela utilização da análise de conteúdo temática, conforme delineado por Bardin (2011), que permite identificar e agrupar as informações relevantes em categorias e subcategorias emergentes.

Essa abordagem analítica possibilita a interpretação crítica dos achados e a construção de inferências sobre os fatores que contribuem para o estresse ocupacional, suas consequências e os desafios enfrentados pelos trabalhadores da saúde, especialmente aqueles atuantes em ambientes críticos como as UTIs.

4 RESULTADOS

Com o intuito de facilitar o entendimento acerca do tema abordado neste trabalho, bem como efetivar o alcance do objetivo proposto, foi criado um quadro síntese para delimitar as informações contidas nas 10 publicações selecionadas para compor os resultados da pesquisa.

Quadro 1 – Síntese das publicações

Autor / Ano	Título do Estudo	Objetivo	Metodologia	Resultados
Batista e Bianchi (2020)	Estresse do enfermeiro em unidade de emergência	Avaliar os fatores desencadeantes de estresse nos enfermeiros em emergências hospitalares	Estudo descritivo com abordagem qualitativa	Sobrecarga de trabalho, tensão emocional e ritmo intenso são os principais fatores de estresse.
Bezerra, Silva e Ramos (2020)	Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: Revisão Integrativa	Identificar os fatores de risco associados ao estresse ocupacional em ambientes de urgência	Revisão integrativa	Carência de recursos humanos, jornada exaustiva e pressão emocional.
Santos <i>et al.</i> , (2022)	O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura	Revisar a produção científica sobre estresse ocupacional de enfermeiros em UTI	Revisão de literatura	Sobrecarga física, convívio com o sofrimento e pouco reconhecimento institucional.

Santos, Frazão, Ferreira (2020)	Estresse Ocupacional em enfermeiros de um Hospital Universitário	Avaliar o impacto do estresse ocupacional em enfermeiros de hospital universitário	Estudo transversal quantitativo	Níveis elevados de estresse associados à jornada dupla e pressão hierárquica
Seleghim (2020)	Sintomas de estresse em trabalhadoras de enfermagem de uma unidade de pronto socorro	Investigar os sintomas relacionados ao estresse nas profissionais da enfermagem	Pesquisa qualitativa com entrevistas	Sintomas físicos e emocionais decorrentes da exposição contínua a situações de emergência
Oliveira e Lima (2021)	Estresse e desgaste emocional de enfermeiros na UTI adulto	Analisar os impactos emocionais do ambiente de UTI nos enfermeiros	Estudo de coorte qualitativo	Relatam ansiedade, exaustão emocional e dificuldades no convívio familiar
Mendes <i>et al.</i> , (2022)	Fatores associados ao estresse ocupacional em UTIs: enfoque na equipe de enfermagem	Investigar os principais estressores ocupacionais em UTIs públicas	Estudo observacional com análise de prontuários e entrevistas	Falta de recursos, turnos excessivos e conflitos na equipe aparecem como fatores agravantes
Araújo e Cardoso (2023)	Cargas de trabalho e estresse ocupacional em UTIs hospitalares	Analisar a relação entre carga de trabalho e estresse na enfermagem intensiva	Estudo quantitativo com aplicação de escala de estresse	Alta correlação entre turnos prolongados e sintomas de estafa física e mental
Freitas <i>et al.</i> , (2024)	Estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional em UTIs	Identificar as estratégias utilizadas por enfermeiros para lidar com o estresse no ambiente de UTI	Estudo qualitativo com grupos focais	Suporte entre colegas, espiritualidade e lazer para enfrentamento
Souza e Tavares (2025)	Estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas	Avaliar as consequências do estresse para a saúde mental.	Estudo descritivo com entrevistas semiestruturadas	Sinais de burnout, depressão e afastamentos por licenças médicas

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2025.

5 DISCUSSÃO

De modo geral, os estudos de Batista e Bianchi (2020) e Bezerra, Silva e Ramos (2020) evidenciam que as jornadas extenuantes, a escassez de recursos humanos e materiais, bem como as demandas elevadas de atenção e rapidez nas tomadas de decisão, constituem fatores centrais no desgaste emocional dos enfermeiros. Esses achados sugerem que a rotina hospitalar não apenas sobrecarrega fisicamente os profissionais, mas também impõe uma pressão psicológica constante, comprometendo a resiliência frente às situações críticas do ambiente hospitalar.

Complementando essas evidências, Santos *et al.*, (2022), Santos e Frazão (2020) e

Ferreira (2020) destacam que fatores como a baixa valorização profissional, a complexidade dos cuidados prestados e a convivência constante com sofrimento e morte intensificam os níveis de estresse. Isso indica que o desgaste emocional não se limita à sobrecarga de trabalho, mas está intrinsecamente ligado à percepção de desamparo, à falta de reconhecimento institucional e ao contato contínuo com experiências traumáticas.

Segundo Seleglim (2020), os sintomas de estresse manifestam-se de forma psicossomática, comprometendo a qualidade de vida dos profissionais e interferindo diretamente no desempenho assistencial. Essa relação entre bem-estar físico e mental evidencia a necessidade de estratégias de prevenção e manejo do estresse no ambiente hospitalar, para que a qualidade do cuidado prestado não seja prejudicada.

Estudos mais recentes corroboram essas constatações. Oliveira e Lima (2021) identificaram altos níveis de exaustão física e mental entre enfermeiros de UTI adulto, apontando a intensidade da rotina e a pressão por resultados imediatos como fatores determinantes. Mendes *et al.*, (2022) relacionaram o estresse à sobrecarga de responsabilidades, enquanto Araújo e Cardoso (2023) enfatizaram a inadequação dos espaços físicos e a escassez de pessoal como agravantes adicionais. Essa convergência de fatores evidencia que o estresse laboral é multidimensional, envolvendo aspectos organizacionais, físicos e psicossociais.

Para mitigar esses efeitos, Freitas *et al.*, (2024) propuseram a adoção de estratégias de enfrentamento centradas no suporte institucional e na capacitação contínua, revelando impactos positivos na redução do estresse e na promoção de bem-estar. Por fim, Souza e Tavares (2025) destacaram que o estresse crônico acarreta consequências significativas para a saúde mental dos profissionais, reforçando a necessidade urgente de intervenções voltadas ao cuidado psicológico, políticas de valorização e adequação do ambiente de trabalho, sobretudo para enfermeiros intensivistas.

Assim, os achados analisados indicam que o estresse entre profissionais de enfermagem não é apenas resultado da carga de trabalho, mas de uma complexa interação de fatores organizacionais, emocionais e ambientais. A discussão aponta para a importância de estratégias integradas de prevenção e manejo do estresse, que considerem tanto a promoção da saúde mental quanto a melhoria das condições estruturais e institucionais do ambiente hospitalar.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa permitiu analisar e compreender, a partir de produções

científicas publicadas entre os anos de 2020 e 2025, os principais impactos do estresse ocupacional na equipe de enfermagem que atua nas Unidades de Terapia Intensiva. Os resultados evidenciaram que o ambiente de trabalho da UTI é caracterizado por elevado grau de exigência física, emocional, cognitiva e psicológica, o que torna esses profissionais particularmente vulneráveis ao estresse crônico.

Entre os principais fatores estressores identificados estão: a sobrecarga de trabalho, a escassez de recursos humanos e materiais, as jornadas prolongadas, os plantões noturnos, a elevada responsabilidade nas tomadas de decisão, o contato direto com o sofrimento e a morte dos pacientes, além da precarização das condições de trabalho e do reconhecimento profissional.

Esses elementos, associados à falta de suporte institucional e à baixa valorização profissional, contribuem para o adoecimento da equipe de enfermagem, comprometendo não apenas a saúde física e mental dos trabalhadores, mas também a qualidade da assistência prestada.

A análise dos estudos revelou ainda que os sintomas do estresse ocupacional se manifestam de forma multifacetada, afetando aspectos emocionais (como ansiedade, irritabilidade e tristeza), cognitivos (como dificuldade de concentração), físicos (como fadiga, dores musculares e distúrbios do sono) e sociais (como isolamento e prejuízos nos relacionamentos interpessoais). Tais repercussões, quando não identificadas e tratadas precocemente, podem levar à síndrome de burnout, absenteísmo, rotatividade profissional e queda no desempenho da equipe.

Diante desse cenário, torna-se imprescindível que gestores, instituições de saúde e políticas públicas priorizem ações de prevenção e enfrentamento ao estresse ocupacional. Investimentos em melhores condições de trabalho, programas de apoio psicológico, incentivo à capacitação profissional, reorganização da carga horária e valorização da equipe de enfermagem são estratégias fundamentais para a promoção da saúde do trabalhador e para a melhoria dos serviços prestados nas UTIs.

A presente pesquisa teve por intuito contribuir para o aprofundamento nos estudos sobre estresse ocupacional e suas relações, possibilitando uma maior compreensão deste problema, que está extremamente presente nos locais de trabalho atualmente, influenciando diretamente a saúde e produtividade dos indivíduos, especialmente daqueles que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. Conclui-se que há uma escassez de pesquisas científicas que abordem dados epidemiológicos e modelos de intervenção focados na saúde mental de profissionais de saúde envolvidos na assistência a pacientes na Unidade de Terapia Intensiva.

REFERÊNCIAS

ARANTES, M; VIEIRA, M. **Estresse: Clínica Psicanalítica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2020.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BATISTA, K; BIANCHI, ER. Estresse do enfermeiro em unidade de emergência. **Revista Latino Americana de Enfermagem**. 14(4): 534-9, p. 89-96, 2020.

BEZERRA, F; SILVA, T; RAMOS, V. Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: Revisão Integrativa da Literatura. **Acta Paulista de Enfermagem**, vol.25, n.2, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa analisa impacto psicológico da Covid em profissionais da saúde** [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020.

CAIAFFO, G. **Estresse ocupacional**: estudo realizado junto aos funcionários da sudema. 2020. Trabalho de Conclusão de Estágio (Administração de Recursos Humanos) – Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Serviço de Estágio Supervisionado Em administração, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.

CAMELO, S; ANGERAMI, E. Sintomas de estresse em trabalhadores de cinco núcleos de saúde da família. **Revista Latino americana de Enfermagem**. 12(1), 2020.

DANTAS, J. Estresse e Trabalho. In: **Revista Proteção**, Porto Alegre, n. 172, abril. 2020.

DINIZ, D; Schor, N (org.). **Qualidade de Vida** – Guia de Medicina Ambulatorial e Hospitalar. Unifesp. 12. ed. Barueri: Manole; 2020.

FIORELLI, J. **Psicologia para administradores**. Integrando Teoria e Prática. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2020.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. R. L. **Estresse e Trabalho**: Uma abordagem psicossomática. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2020.

HORA, K. P. H. S.; FERREIRA, M. G. L.; SILVA, A. P. F. Elementos desencadeadores do estresse no trabalho do enfermeiro hospitalar. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-FITS**, v. 1, n. 3, 2020.

LINCH, G. F. C; GUIDO, L.A; UMANN, J. Estresse e profissionais da saúde: produção do conhecimento no centro de ensino e pesquisas em enfermagem. **Revista Cogitare Enfermagem**, v. 15, n. 3, Santa Maria, 2020.

LIPP, M; MALAGRIS, L. O stress emocional e seu tratamento. In: RANGÉ, Bernard. **Psicoterapias cognitivo-comportamentais**. São Paulo: Artmed, 2020.

MACHADO, M.H. (coord), *et al.* **Relatório final da Pesquisa Perfil da Enfermagem no Brasil** (Convênio: Fiocruz/Cofen). Rio de Janeiro: 28 volumes, NERHUS-DAPS

Ensp/Fiocruz e Cofen, 2020.

MARTINS, L. **Estresse ocupacional e esgotamento profissional entre profissionais da atenção primária à saúde**. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2020.

MENDES, Kátia das Neves; SILVEIRA, Rosangela Carla Costa da; GALVÃO, Tania Ferraz. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, out./dez. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: 13 maio 2025.

MORENO, F.N. Estratégias e Intervenções no Enfrentamento da Síndrome de Burnout. **Rev. Enferm. UERJ**. Rio de Janeiro, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE – OMS. **CID-11**. Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde. São Paulo: Universidade de São Paulo, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **Novos relatórios de situação de coronavírus (2019-nCoV)**. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2020.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia**, v. 9, n. 1, jan./abr. 2020.

PEREIRA, A. **Burnout**: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2020.

PETRONE, L. **Qualidade da Vida e Doenças Psicossomáticas**. São Paulo: Lemos, 2020.

PRADO, C. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**. 14(3), 2020.

REZENDE, R, BORGES, N; FROTA, OP. **Síndrome de Burnout e absenteísmo em enfermeiros no contexto hospitalar**: revisão integrativa da literatura brasileira. *Ciência e Saúde*. 23(3) 2020.

RODRIGUES, A. B.; CHAVES, E. Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros oncológicos. **Revista Latino Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v 16, n. 1, 2020.

ROSSI, A; PERREWÉ, P; SAUTER, S. **Stress e qualidade de vida no trabalho**: perspectivas atuais da saúde ocupacional. São Paulo: Atlas, 2020.

SANTOS, F et al. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. **Rev. Eletrônica saúde mental álcool e drogas**, v.6, n.1. São Paulo, 2022.

SANTOS, T. M. B.; FRAZÃO, I. S.; Ferreira, D. M. A. Estresse Ocupacional em enfermeiros de um Hospital Universitário. **Cogitare Enfermagem**, v. 16, n. 1, 2020.

SELEGHIM, M. Sintomas de estresse em trabalhadoras de enfermagem de uma unidade de pronto socorro. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. V. 3, n.6, 2020.

SILVA, J.L.L.; DIAS, A.C.; TEIXEIRA, L.R. Discussões sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **Aquichan**: Vol. 12 n. 2 - Chia, Colômbia, Agosto, 2020.

SILVEIRA M; STUMM E; KIRCHNER, R. Estressores e coping: enfermeiros de uma unidade de emergência hospitalar. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. 11(4), 2021.

SOUZA, Maria Tereza de; SILVA, Milene Dias da; CARVALHO, Rosângela. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein** (São Paulo), São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>. Acesso em: 13 maio 2025.