

O estresse da equipe de enfermagem em uma unidade de terapia intensiva adulto

THE STRESS OF THE NURSING TEAM IN AN ADULT INTENSIVE CARE UNIT

EL ESTRÉS DEL EQUIPO DE ENFERMERÍA EN UNA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS PARA ADULTOS

Alana Amorim Beirão^{1*}, Marcos Túlio Cachoeira^{1*}, Maria Ângela Álvares Maciel^{1*}, Roberta Moraes Scarano^{1*}, Rômulo Marinho Brito^{1*} e Maria de Fatima da Silva Castro²

RESUMO

Objetivo: Identificar a produção científica relacionada às medidas adotadas para minimizar o estresse da equipe de enfermagem nos Centros de Terapia Intensiva. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa da literatura. Realizou-se uma busca das publicações nas fontes eletrônicas LILACS; MEDLINE; BDNF e SCIELO. Analisou-se os estudos que atenderam aos critérios de inclusão definidos e que respondessem à questão: O que vem sendo publicado na literatura sobre as medidas adotadas para minimizar o estresse da equipe de enfermagem nos Centros de Terapia Intensiva? **Resultados:** foram encontrados duzentos e oitenta artigos, porém a amostra final consistiu de apenas seis, visto que os demais não atenderam a proposta deste estudo. Deste total 3 artigos referem-se ao estresse ocupacional da equipe de enfermagem, 1 aborda a síndrome de Burnout e fatores associados, outro trata dos fatores para minimizar os riscos ocupacionais e, por fim, um se relaciona aos riscos psicossociais. **Conclusão:** nenhum dos autores avaliados sugere medidas a serem implementadas, a fim de se reduzir o estresse da equipe de enfermagem. Dessa forma, cabe às instituições, frente à sua realidade, avaliar os aspectos relacionados ao ambiente de trabalho, para que possam obter resultados mais apropriados referentes à minimização do estresse de suas equipes, com destaque para a equipe de enfermagem, que permanece ao lado do paciente nas 24 horas do dia.

Palavras-Chave: Estresse Ocupacional, Unidades de Terapia Intensiva, Equipe de Enfermagem.

ABSTRACT

¹ Centro Universitário UNA, Belo Horizonte * E-mail: alana.morim@hotmail.com
Centro Universitário UNA, Belo Horizonte * E-mail: marcostuliocr@gmail.com
Centro Universitário UNA, Belo Horizonte * E-mail: mariaangela.maciel@Yahoo.com.br
Centro Universitário UNA, Belo Horizonte * E-mail: roberta.scarano@outlook.com
Centro Universitário UNA, Belo Horizonte * E-mail: romulominasbrito@hotmail.com
² Professora orientadora do Centro Universitário UNA Belo Horizonte - MG.

Objective: Identify the scientific production related to the measures taken to minimize the stress of the nursing staff in the Intensive Care Units. **Methods:** This is an integrative literature review of the literature. A search for publications was carried out in electronic sources; LILACS; MEDLINE; BDNF and SCIELO. We analyzed the studies that met the defined inclusion criteria and answered the question: What has been published in the literature about the measures adopted to minimize the stress of the nursing staff in the Intensive Care Units? **Results:** Two hundred and eighty articles were found, but the final sample consisted of only six, as the others did not meet the proposal of this study. Of this total, 3 articles refer to the occupational stress of the nursing team, 1 addresses the Burnout syndrome and associated factors, another deals with factors to minimize occupational risks and, finally, one is related to psychosocial risks. **Conclusion/Final considerations:** none of the authors evaluated suggested measures to be implemented in order to reduce the stress of the nursing team. In this way, it is up to the institutions, in view of their reality, to assess aspects related to the work environment, so that they can obtain more appropriate results regarding the minimization of the stress of their teams, with emphasis on the nursing team, which remains alongside the patient 24 hours a day.

Keywords: Occupational Stress, Intensive Care Units, Nursing Team.

RESUMEN

Objetivo: Identificar la producción científica relacionada con las medidas tomadas para minimizar el estrés del personal de enfermería en las Unidades de Cuidados Intensivos. **Métodos:** Esta es una revisión bibliográfica integradora de la literatura. Se realizó una búsqueda de publicaciones en fuentes electrónicas de LILACS; MEDLINE; BDNF y SCIELO. Analizamos los estudios que cumplían con los criterios de inclusión definidos y respondimos a la pregunta: ¿Qué se ha publicado en la literatura sobre las medidas adoptadas para minimizar el estrés del personal de enfermería en las Unidades de Cuidados Intensivos? **Resultados:** Se encontraron doscientos ochenta artículos, pero la muestra final fue de solo seis, ya que los demás no cumplieron con la propuesta de este estudio. De este total, 3 artículos hacen referencia al estrés laboral del equipo de enfermería, 1 aborda el síndrome de Burnout y factores asociados, otro trata sobre factores para minimizar los riesgos laborales y, finalmente, uno está relacionado con los riesgos psicosociales. **Conclusion:** ninguno de los autores evaluados sugirió medidas a implementar para reducir el estrés del equipo de enfermería. De esta forma, corresponde a las instituciones, en vista de su realidad, evaluar aspectos relacionados con el clima laboral, para que puedan obtener resultados más adecuados en cuanto a la minimización del estrés de sus equipos, con énfasis en el equipo de enfermería, que permanece junto al paciente las 24 horas del día.

Palabras clave: Estrés Laboral, Unidades de Cuidados Intensivos, Personal de Enfermería.

INTRODUÇÃO

O estresse é uma reação natural do organismo gerada pela apreensão de estímulos externos que desencadeiam excitação emocional, contribuindo para o desequilíbrio da homeostasia e para a adaptação caracterizada pelo aumento de secreção de adrenalina e cortisol, que provocam manifestações sistêmicas que, se persistentes, podem resultar em distúrbios fisiológicos e psicológicos (MOTA *et al.*, 2021).

No ambiente do trabalho é denominado estresse ocupacional. Neste contexto, há um desgaste anormal do organismo humano e/ou diminuição da capacidade de trabalho, devido basicamente à

incapacidade prolongada de o indivíduo tolerar, superar ou se adaptar às exigências de natureza psíquica existentes em seu ambiente de trabalho ou de vida (ZAVALLIS *et al.*, 2019).

Em 1960, Menzies já relatava que a Enfermagem se configura numa das profissões mais estressantes, uma vez que os trabalhadores vivenciam situações de atendimento a pacientes críticos ou instáveis clinicamente, entre outros fatores, tais como rotinas pesadas a serem cumpridas no dia a dia dos estabelecimentos de saúde, em seus diferentes setores (GUIDA e NASCIMENTO., 2019).

Além disso, especificamente no que se refere à enfermagem, o estresse e a fadiga são fatores importantes que contribuem para a ocorrência de erros no julgamento clínico ou durante a administração de medicamentos e ainda podem interferir na identificação de erros cometidos por outros membros da equipe (MOTA *et al.*, 2021).

Souza *et al.* (2018), apontam ainda a influência negativa na qualidade de vida de trabalhadores da área de saúde oriunda do contato rotineiro com a dor, sofrimento, terminalidade da vida, expectativa do usuário do sistema de saúde e as limitações do sistema assistencial. Como agravante, citam o fato de que alguns profissionais possuem mais de um vínculo empregatício, o que resulta em um grande desgaste físico e mental.

Entre os diversos setores hospitalares, as UTIs são reconhecidas como unidades assistenciais complexas e altamente especializadas, com elevadas fontes de estresse. O trabalho intenso associado à sobrecarga de trabalho e às condições ambientais próprias, como temperatura baixa, barulho, falta de visão externa, iluminação artificial nas 24 horas do dia e controle de acesso podem conduzir ao esgotamento emocional e levar ao maior risco de estresse (MOTA *et al.*, 2020).

Estudo realizado com 263 profissionais de UTI em 81 hospitais das capitais brasileiras, utilizando a escala Bianchi de *Stress*, revelou que em 60% dos enfermeiros pesquisados prevaleceram os níveis médios de alerta para o estresse. Já em outra pesquisa realizada com 1800 enfermeiros, 93% deles afirmaram sentirem-se estressados pelo trabalho desenvolvido na unidade de terapia intensiva (TEIXEIRA *et al.*, 2017).

Atualmente, frente à pandemia do Novo Coronavírus, Miranda *et al.* (2021), ressaltam a elevação do nível de desgaste do trabalho do enfermeiro intensivista, que vivenciou todos os dramas dos pacientes, em seus turnos de trabalho. Os aspectos mais desgastantes, envolvendo mortes e lesões graves, vieram a se manifestar justamente nas UTIs. No País, quando houve o pico de incidência da Covid-19, embora com variações regionais, a oferta de leitos e equipamentos adequados por muitas vezes decaiu drasticamente, deixando os profissionais de enfermagem às voltas com a tragédia dos doentes graves, na maioria das vezes sem oxigênio e sem outros materiais, bem como com o desespero de toda uma população exposta à pandemia e sem recursos de vacinas e medicação eficaz.

Ante o exposto, foi definida a seguinte pergunta norteadora: O que vem sendo publicado na literatura sobre as medidas adotadas para minimizar o estresse da equipe de enfermagem nos Centros de Terapia Intensiva?

Para responder a essa questão, foi estabelecido o seguinte objetivo:

Identificar o que vem sendo publicado na literatura sobre as medidas adotadas para minimizar o estresse da equipe de enfermagem nos Centros de Terapia Intensiva.

Identificar a produção científica relacionada a medidas adotadas para minimizar o estresse da equipe de enfermagem em uma Unidade de Terapia Intensiva.

Sendo assim, este estudo é de extrema relevância, uma vez que o estresse é a patologia que mais tem acometido a equipe de enfermagem, principalmente nos dias de hoje. A discussão dessas medidas é necessária para que as instituições hospitalares tenham um olhar mais atento para a saúde dos profissionais, que se encontram alocados nos CTIs. Espera-se que, por meio da produção desse conhecimento, diferentes sujeitos, quais sejam acadêmicos, profissionais de saúde, gestores e entidades de ensino, possam se interessar pela temática e se sensibilizarem quanto à adoção de estratégias, para estabelecerem melhores condições de trabalho e, por conseguinte, melhorarem o nível da assistência que vem sendo prestada.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa da literatura em que se busca estabelecer possíveis respostas para um método de pesquisa, que tem como intuito sintetizar resultados obtidos em estudos já publicados, a fim de elucidar um tema ou questão, de forma sistemática, ordenada e abrangente (ERCOLE, MELLO, ALCOFORADO, 2020).

Para o alcance dos objetivos da revisão, as seis etapas propostas devem ser rigorosamente seguidas, sendo que a primeira delas consiste na identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa. Na segunda há o estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura. Na terceira etapa ocorre a definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados e a sua categorização. Na quarta etapa acontece a avaliação dos estudos incluídos na revisão bibliográfica. Logo após, na quinta etapa, faz-se a interpretação dos recursos e na sexta e última etapa é feita a apresentação da revisão e síntese do conhecimento (SOUZA, SILVA, CARVALHO, 2010).

Neste estudo, de acordo com o estabelecido na primeira etapa, definiu-se o tema e estipulou-se a pergunta norteadora conforme o apresentado anteriormente.

Na segunda etapa foram considerados os seguintes critérios de inclusão para a busca das publicações: artigos disponíveis gratuitamente, em textos completos, publicados nos últimos 5 anos (entre os anos de 2017 e 2021), no idioma português.

Na terceira etapa, foi realizada uma pesquisa inicial dos estudos em bancos de dados, na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com intuito de responder à pergunta norteadora, tendo como referência a bibliografia disponível na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), nas seguintes plataformas: LILACS; MEDLINE; BDNF e SCIELO. O material foi encontrado associando os descritores em saúde (DeCS) com o operador booleano *AND* e *OR*. Foram utilizados os descritores, extraídos do DECS (Descritores em Ciência da Saúde): Estresse Ocupacional *or* Unidades de Terapia Intensiva *and* Equipe de Enfermagem.

A busca na BVS resultou em 282 artigos, conforme mostrado na Figura 1. Desses, foram descartados 252 por não cumprirem os critérios de inclusão estabelecidos. Sendo assim, restaram 28. Em seguida, foi realizada a leitura prévia dos títulos e resumos, que possibilitou a exclusão de outros 13 por estarem duplicados nas bases de dados, reduzindo a amostra para 15 artigos, que foram lidos na íntegra. Porém, após essa leitura, outros 9 foram excluídos por não atenderem o critério da pesquisa, restando 6 artigos que

responderam à pergunta norteadora e compuseram a amostra final desta revisão, conforme mostrado na figura 1

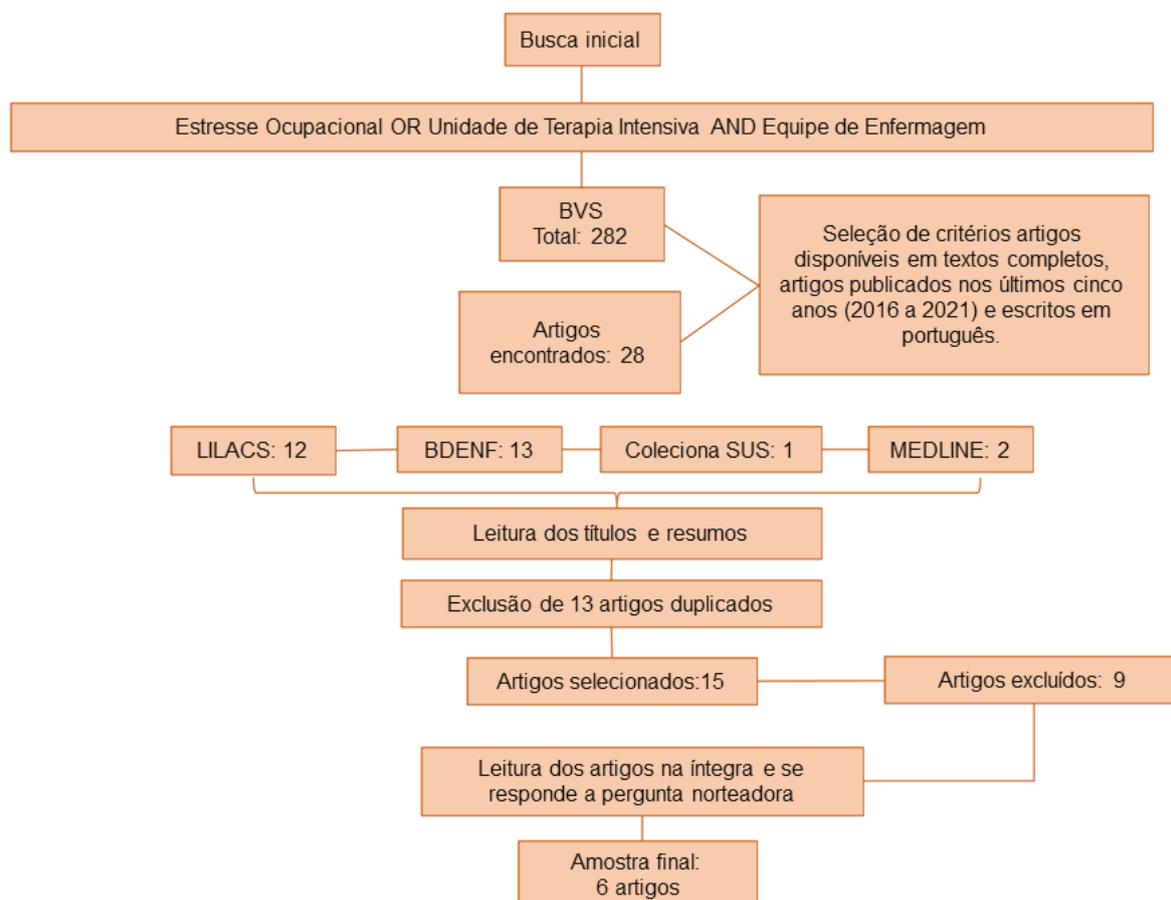


Figura 1. Fluxograma das etapas de busca e seleção de estudos da revisão integrativa

A Revista Eletrônica Acervo Saúde (REAS) é uma publicação científica que tem como missão proporcionar o desenvolvimento de produções científicas do Brasil e tem como objetivo: promover a abordagem multi e interdisciplinar em saúde; atuar como veículo de divulgação científica em saúde; proporcionar materiais técnico-científicos em saúde; facilitar o desenvolvimento acadêmico e profissional em saúde e propiciar a educação continuada e permanente na área da saúde. Sendo importante ter uma pesquisa reconhecida para transmitir e democratizar o conhecimento científico.

RESULTADOS

Após selecionar os artigos elegíveis que constituem a amostra final desta revisão, foi realizada uma análise crítica do material, conforme mostrado no quadro I.

Quadro 1. Caracterização dos artigos, segundo título, autor principal, ano, revista e *qualis* nível de evidência (NE) e principais resultados dos estudos. Belo Horizonte, 2021.

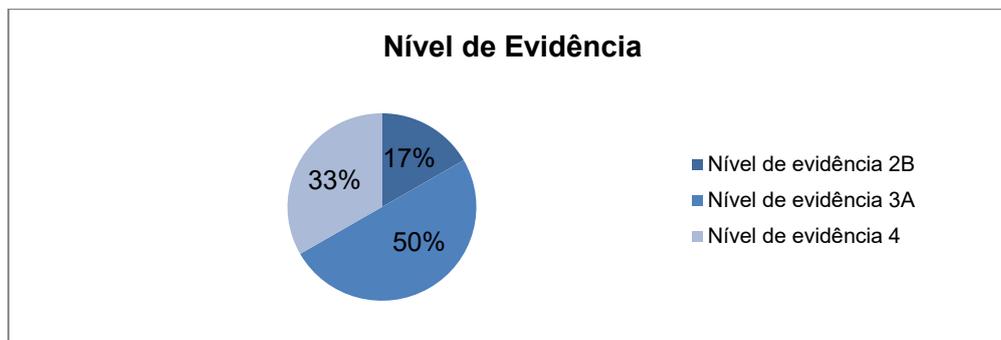
Título	Autores	Ano	NE	Qualis Capes	Principais resultados
1. Estresse ocupacional na enfermagem atuante em Unidade de Terapia Intensiva	TEIXEIRA, Larissa Borges <i>et al.</i>	2017	2B	Investig. Enferm. B3	O estresse ocupacional tem diversos fatores, como por exemplo: as condições e a organização do trabalho, a falta de compreensão da família com o trabalho da equipe de enfermagem e o não reconhecimento familiar e a impotência diante as limitações do tratamento por não poderem fazer algo a mais pelo paciente, o que geralmente acaba levando os profissionais a um excessivo consumo de café, álcool e tabaco, sem que haja medidas e técnicas para diminuir e minimizar os seus efeitos.
2. Burnout e fatores associados entre profissionais de Enfermagem de hospital municipal no Rio de Janeiro	SOARES, Rafael da Silva.	2018	.4	Biblioteca da Escola de Enfermag em da UFV (Tese)	A síndrome de Burnout pode ser desencadeada por diferentes fatores, tais como o ambiente de trabalho, relacionamento interpessoal, fatores organizacionais o que deixa o profissional de enfermagem desmotivado, estressado e esgotado. A síndrome pode erar prejuízos nos cuidados prestados aos pacientes. Concluiu-se que são imperativos os esforços em suprir as necessidades dos profissionais, tais como a adoção de políticas públicas com mais eficácia na luta com o burnout, além de ações preventivas.
3. Estresse ocupacional relacionado à assistência de enfermagem em terapia intensiva	MOTA, Rosana Santos, <i>et al.</i>	2021	4	Revista Baiana de Enfermagem B2	os autores afirmam que há certa dificuldade da enfermagem em lidar com temas delicados, como a morte, o atendimento às situações de emergência... E todo o contexto da UTI é permeado por fatores potencialmente estressores. Mesmo que nem todas as questões sejam passivas de modificação, foi sugerido que estratégias individuais para o enfrentamento do estresse ocupacional sejam identificadas, estimuladas e desenvolvidas, tais como a cooperação entre os níveis de gestão e os trabalhadores, com o desenvolvimento de escuta e construção compartilhada de estratégias de apoio mútuo e fortalecimento das relações na equipe.
4. Fatores associados ao estresse e coping da equipe de Enfermagem de UTI: uma revisão integrativa	GUIDA, Tamara dos Santos Pelegrini, <i>et al.</i>	2019	3 A	Rev Enferm Atenção Saúde B3	As principais causas estressoras em uma UTI são o cuidado à rede de apoio dos pacientes e o lidar com a morte. Neste contexto, ações devem ser estabelecidas para solucionar ou minimizar os efeitos na saúde dos trabalhadores. Em relação ao <i>coping</i> , poucas estratégias foram mencionadas, porém, destacaram-se o investimento nas relações interpessoais, uso de serviços de apoio disponibilizados pela liderança e apoio fora do ambiente de trabalho.
5. Medidas educativas para minimizar os riscos ocupacionais na equipe de enfermagem da UTI	SOUZA, Vanessa de, <i>et al.</i>	2017	3 A	Revista de pesquisa: cuidado e fundamental B2	A equipe de enfermagem atuante em UTI está exposta a vários riscos ocupacionais. O risco ergonômico é o mais presente no cotidiano, além do estresse, em função da carga de trabalho excessiva e intensa. Observou-se que houve poucas medidas educativas, que se referem à implementação de políticas de saúde do trabalhador, bem como na educação continuada.
6. Riscos psicossociais em enfermagem de terapia intensiva: reflexão sobre possíveis soluções	SILVA, Jorge Luiz Lima da, <i>et al.</i>	2017	3 A	Revista da Enfermagem da UFSM B2	Notou-se que há necessidade de uma atenção maior à saúde do trabalhador que exerce suas atividades e uma Unidade de Terapia Intensiva, de uma forma que os aspectos políticos, institucionais e sociais proporcionem uma qualidade de vida aos profissionais de enfermagem.

Tabela 1: Distribuição dos artigos analisados por metodologia. Belo Horizonte, 2021.

Metodologia	Porcentagem	Número do estudo
Revisão da literatura	16,6%	1
Estudo seccional	16,6%	2
Estudo transversal	16,6%	3
Revisão integrativa	33,3%	4 e 5
Estudo do tipo reflexão	16,6%	6
Total de artigos: 6	100%	-

Conforme mostrado na tabela 1, referente à metodologia dos estudos, 33,3% configuraram-se como revisão integrativa, 16,6% era revisão da literatura, 16,6% de estudo seccional, 16,6% estudo transversal e 16,6% do tipo reflexão.

Gráfico 1: Distribuição dos artigos analisados por nível de evidência. Belo Horizonte, 2021.



Quanto à distribuição por nível de evidência 50% dos artigos foram classificados como sendo de nível 3 A, 33% de nível 4 e 17% de nível 2B.

Tabela 2: Distribuição dos artigos analisados por ano de publicação, Belo Horizonte, 2021.

Ano de publicação	Porcentagem	Número de estudo
2017	50%	1, 5 e 6
2018	16,6%	2
2019	16,6%	4
2021	16,6%	3
Total de artigos: 6	100%	-

Em relação ao ano de publicação, observou-se que 50% dos artigos são de 2017, 16,6% de 2018, 16,6% de 2019 e 16,6% de 2021, conforme mostrado na tabela 2.

Tabela 3: Distribuição dos artigos por Qualis/Capes. Belo Horizonte, 2021.

Qualis/Capes	Porcentagem	Número do estudo
B2	60%	3, 5 e 6
B3	40%	1 e 4
Total de artigos: 5	100%	-

Em relação à classificação Qualis/Capes dos periódicos, observou-se que 60% do total estão no estrato B2 E 40% no estrato B3. Não foi possível a identificação do qualis capes de 1 dos 6 artigos selecionados.

DISCUSSÃO

Após a leitura e análise detalhada dos artigos selecionados, surgiram três categorias temáticas: 1) Os impactos negativos que o estresse causa na saúde do profissional; 2) A unidade de terapia intensiva e

suas implicações e 3) Os principais sinais e sintomas causados pelo estresse vivenciado pela equipe de enfermagem em uma UTI;

4.1 Os impactos negativos que o estresse acarreta para a saúde do profissional

A Organização Mundial de Saúde (OMS) reconhece que exigências relacionadas ao trabalho, pressões excessivas, conhecimentos, habilidade do trabalhador e suas reações frente às cobranças determinam a manifestação do estresse (MOTA *et al.*, 2021).

Os impactos negativos do estresse são multiformes, podem incluir doenças cardíacas e gastrintestinais, bem como problemas psicossomáticos e psicossociais, os quais possuem forte influência do ambiente laboral, pois o grau de estresse ao qual o trabalhador é submetido está relacionado ao nível de demanda e controle sobre o trabalho. Esses por sua vez, em desequilíbrio, podem favorecer o aumento de acidentes de trabalho e lesões, bem como diminuição do desempenho e produtividade (SILVA *et al.*, 2017).

Guida e Nascimento (2019), apontam que os níveis de incapacidade temporária, absenteísmo, aposentadorias precoces e riscos à saúde associados à atividade profissional são alarmantes quando relacionados ao estresse ocupacional e à saúde mental dos trabalhadores, o que traz prejuízos financeiros para a empresa e consequências ao colaborador, sejam no âmbito profissional, pessoal ou social.

Um estudo realizado por Mota *et al.* (2021), utilizando o instrumento Escala Bianchi de Stress (EBS) para a quantificação do estresse, onde o profissional é classificado no nível médio de estresse com pontuação mínima de 120 pontos na EBS; já os que possuem de 239 a 357 pontos são classificados no nível alto. Os resultados da pesquisa evidenciaram que 57,4% dos participantes estavam afetados pelo estresse ocupacional em nível médio ou alto.

Mota *et al.* (2021), ainda retratam em seu estudo que o estresse e a fadiga são dois importantes fatores que contribuem para a ocorrência de erros na enfermagem, sobretudo na UTI. Profissionais fatigados cometem mais erros no julgamento clínico ou durante a administração de medicamentos e ainda falham em identificar erros cometidos por outros membros da equipe.

Profissionais, como os de enfermagem, são mais expostos aos agentes estressores mediante a complexidade das atividades desenvolvidas e ambiente laboral no qual estão inseridos. Alguns exemplos das dificuldades encontradas por essa categoria são: sobrecarga de trabalho; jornada e turnos de trabalho extenuantes; mudanças constantes de setor e a carga psíquica, a qual são submetidos, tendo em vista a gravidade dos pacientes assistidos por eles (SILVA *et al.*, 2017).

Para Soares (2018), a enfermagem possui jornadas de trabalho na maioria das vezes exaustiva, devido ao grande volume de pacientes e o pouco tempo de descanso. Assim, possuem seus padrões de sono, alimentação e atividades sociais alterados, principalmente em plantões noturnos. E, muitas vezes, esses se dedicam a mais de um emprego, devido aos baixos salários que recebem não serem compatíveis com a realidade social.

4.2 A unidade de terapia intensiva e suas implicações

De acordo com Teixeira *et al.* (2017), a UTI é um dos ambientes mais agressivos e desgastantes para o profissional, por se tratar de uma unidade em que, apesar de possuir menor número de leitos, os pacientes

ali internados, estão em estado grave e, em função disso, necessitam de maior assistência e atenção redobrada. Neste sentido, a complexidade desse serviço provoca alto nível de ansiedade e tensão, sobretudo pela elevada responsabilidade que a equipe de enfermagem assume nos diversos turnos de trabalho.

Dentre os diversos setores no ambiente hospitalar, os setores fechados, como as unidades de terapia intensiva (UTI), mostram alguns fatores que permitem maior exposição do profissional de enfermagem a situações estressoras. Os setores fechados, normalmente, são unidades onde há reduzida interação com os demais setores, fazendo com que os profissionais trabalhem de forma isolada, interagindo, em grande parte, apenas com as mesmas pessoas que compõem o quadro de funcionários. É como se fossem segregados e ao mesmo tempo se segregassem dos demais. Isso pode ser explicado por conta das rotinas específicas de cada local e também por questões relacionadas ao clima que se estabelece no local, resultado da interação fechada entre os profissionais. Em se tratando das UTIs, ainda se tem o agravante dos pacientes internados requererem mais cuidados diretos e intensivos, devido estarem expostos ao risco de morte iminente. Os exemplos disso são as UTI de adultos, pediátrica e neonatal, e a unidade coronariana (SOARES, 2018).

Mota *et al.* (2021), também alertam para o ambiente das Unidades de Terapia Intensiva (UTI), visto que comprovadamente elas são grandes fontes de estresse. São unidades assistenciais complexas e altamente especializadas. O fazer incessante associado à sobrecarga de trabalho e às condições ambientais próprias, como temperatura baixa, barulho, falta de visão externa, iluminação artificial nas 24 horas do dia e controle de acesso podem conduzir ao esgotamento emocional e dessa forma elevar o risco da incidência de estresse.

O que confirma o pensamento de Guida e Nascimento (2019), onde retratam que a atuação em uma UTI, parece acarretar outros fatores que podem contribuir para o estresse, como por exemplo, a exposição diária ao ambiente fechado, iluminação artificial, ar condicionado e ruídos contínuos, planta física que pode desfavorecer a visualização dos pacientes críticos, alto grau de exigência técnica e gerencial.

Um estudo realizado por Souza *et al.* (2017), relata que a UTI é um local onde são utilizadas técnicas e procedimentos sofisticados para tratar doenças com risco potencial à vida. A UTI tem a finalidade de concentrar recursos materiais e humanos em um ambiente preparado para receber clientes graves, porém, passíveis de recuperação, que necessitam de observação e cuidados constantes. Os pacientes são graves ou gravíssimos e se encontram em situação limite, porém, ainda têm alguma chance para sobreviverem. Neste sentido, são empregados todos os esforços, utilizados todo tipo de recurso tecnológico nas 24 horas do dia, ininterruptamente.

Dessa forma, numa UTI, a assistência a ser prestada exige que a equipe de enfermagem tenha uma atenção redobrada para qualquer advento, que venha ocorrer com qualquer paciente. Para isso, o profissional de enfermagem, que é quem está o tempo todo ao lado do paciente, deve estar em estado de alerta durante todo o tempo em que estiver exercendo suas funções (SOUZA *et al.*, 2017).

É fundamental que o enfermeiro que trabalha na UTI tenha habilidade e perfil de líder, que saiba transmitir conhecimentos e que tenha controle emocional sobre as situações as quais será exposto, em virtude de estar inserido num ambiente estressante, que naturalmente provoca desgaste físico e emocional muito grande. Caso ele não exerça com profissionalismo as suas funções e lidere com maestria seus funcionários, naturalmente, se tornará mais uma fonte de estresse para todos (TEIXEIRA *et al.*, 2017).

4.3 Os principais sinais e sintomas causados pelo estresse vivenciado pela equipe de enfermagem em uma UTI.

Dejours *et al* (1992), referem que o termo estresse foi utilizado pela primeira vez pelo médico canadense Hans Selye, para fazer referência a um conjunto de reações inespecíficas, de ordem química e estrutural apresentada por uma pessoa em situação de tensão.

O estresse, segundo Lazarus e Launier *et al.* (1978), é definido como qualquer evento que excede a resistência de um indivíduo, de seu sistema social, ou de suas fontes de adaptação.

Se configurando como um conjunto de respostas não específicas e que se desenvolve em três fases: fase de alarme - caracterizada por manifestações agudas; fase de resistência - quando as manifestações agudas desaparecem e se estabelece a vivência crônica do estresse; e a fase de exaustão - quando há a volta das reações da fase aguda, conjuntamente à condição crônica do estresse, o que pode causar colapso do organismo, denominado de Síndrome Geral da Adaptação (SGA) (ANDOLHE; BARBOSA; OLIVEIRA; COSTA; PADILHA, 2015).

Para Malagris e Fiorito (2006), o estresse pode ser definido, também, como uma reação do organismo através de componentes físicos e/ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas ocorridas quando o ser é confrontado com uma situação irritante, amedrontante, entristecedor, excite ou confunda.

Segundo Teixeira *et al.* (2017), o estresse ocupacional se manifesta de várias formas, sendo fisicamente ou emocionalmente. Entre os principais sinais e sintomas os autores destacaram: a presença de mãos frias, enxaqueca, perda do senso de humor, problemas de memória, pesadelos, insônia, irritabilidade excessiva e com uma maior prevalência os sintomas psicológicos que acabam interferindo no relacionamento e causando insatisfação no trabalho e conseqüentemente prejudicando a assistência prestada.

Com relação aos sintomas físicos, além dos supracitados, há também distúrbios do sono, disfunções sexuais e alterações menstruais em mulheres. Além disso, a falta de atenção e de concentração, alterações da memória, lentificação do pensamento, sentimento de alienação, de solidão, de insuficiência, impaciência, desânimo, disforia, depressão, desconfiança e paranoia (SOARES, 2018).

Para Soares (2018), o trabalhador pode experimentar conseqüências físicas e mentais, tais como, perda de concentração mental, fadiga fácil, fraqueza, mal-estar, instabilidade emocional, descontrole, agressividade, irritabilidade, depressão, angústia, palpitações cardíacas, suores frios, tonturas, vertigens, dores musculares, de cabeça, estomacais, dentre outras.

Soares (2018), aponta ainda que os sintomas comportamentais compreenderiam a falta ou excesso de zelo, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade de aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias, comportamento de alto risco e aumento da probabilidade de suicídio. Os sintomas defensivos caracterizam-se pela tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho ou pelo lazer, insônia e cinismo.

CONCLUSÃO

Diante dessa revisão, após levantamento de artigos, não foram encontradas medidas que refletissem condições para minimizar os impactos do estresse na equipe de enfermagem, contudo foi possível identificar de forma mais evidente diversos fatores que contribuem para o aumento do nível de estresse entre os profissionais que atuam em uma unidade de terapia intensiva. Há uma uniformidade entre os diversos autores que apontam que há singularidades no ambiente de uma UTI. Praticamente, todos relataram diversas situações que levam os profissionais a maior exposição ao estresse, por se tratar de um setor com sobrecarga de trabalho, ambientes com baixas temperaturas, excesso de ruído provenientes dos equipamentos, ausência de visão externa, entre outros.

Todavia nenhum dos autores avaliados sugere medidas a serem implementadas, a fim de se reduzir o estresse da equipe de enfermagem. Dessa forma, cabe às instituições, frente à sua realidade, avaliar os aspectos relacionados ao ambiente de trabalho, para que possam obter resultados mais apropriados referentes à minimização do estresse de suas equipes, com destaque para a equipe de enfermagem, que permanece ao lado do paciente nas 24 horas do dia.

Frente a isso e considerando a relevância deste tema, sugere-se que novos estudos sejam realizados com ênfase na implementação de ações que possam reduzir o nível de estresse da equipe de enfermagem. Dessa forma, além de preservar a saúde dos profissionais, será possível obter maior qualidade da assistência que vem sendo prestada.

REFERÊNCIAS

1. ERCOLE, Flávia; MELO, Laís; ALCOFORADO, Carla. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Rev Mineira de Enfermagem, Belo Horizonte**, v. 18.1, p. 1. Disponível em: <https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/904>
2. GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2010.
3. GUIDA, Tamara dos Santos Pelegrini *et al.* Fatores associados ao estresse e coping da equipe de enfermagem de uti: uma revisão integrativa. **Rev De Enfermagem e Atenção à Saúde**, São Paulo, vol.2, p 153-166, 2019. Disponível em: <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/3167/pdf> Acesso em: 29 abr. 2021.
4. MIRANDA, Alan Roberto de O *et al.* Estresse ocupacional de enfermeiros: uma visão crítica em tempos de pandemia. **Rev Brazilian Journals Development**, Curitiba, Vol.7, p 11-22, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/27715>. Acesso em: 29 abr. 2021.
5. MOTA, Rosana Santos *et al.* Estresse ocupacional relacionado à assistência de enfermagem em terapia intensiva. **Rev Baiana de Enfermagem**, Salvador, vol.35, p 2-12, 2021. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-86502021000100313. Acesso em: 29 abr. 2021.
6. SILVA, Jorge Luiz Lima da *et al.* Riscos psicossociais em Enfermaem de Terapia Intensiva: Reflexão sobre possíveis soluções. *Rev. Enfermagem UFSM*; out-dez 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta/resource/pt/bde-34347>. Acesso em: 27 out. 2021.
7. SOARES, Rafael da Silva. Burnout e fatores associados entre profissionais e enfermagem de Hospital Municipal no Rio de Janeiro. **Universidade Federal Fluminense**, Niterói, Rio de Janeiro.

2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-909169>. Acesso em: 29 abr. 2021.
8. SOUZA, Verusca Soares de *et al.* Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos. **Rev Cuidarte**, Paraná, v. 9, p. 2178-2186, 2018. Disponível em: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/506>. Acesso em: 29 abr. 2021.
9. SOUZA, Vanessa de *et al.* Medidas educativas para minimizar os riscos ocupacionais na equipe de enfermagem da UTI. **Rev Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro**, Rio de Janeiro, v. 9, pag 5, 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-836377/> Acesso em: 19 novem. 2021.
10. SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Rev Einstein** (São Paulo), São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&tlng=en. Acesso em: 27 out. 2021.
11. TEIXEIRA, Larissa Borges *et al.* Estresse ocupacional na enfermagem atuante na unidade de terapia intensiva. **Rev Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, Teresina, Vol.19, p 5-18, 2017. Disponível em: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/10494/14775>. Acesso em: 29 abr. 2021.
12. ZAVALIS, Andrea *et al.* O nível de estresse dos enfermeiros na unidade de terapia intensiva. **Rev Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v. 11, p. 205-210, 2019 Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6958/pdf_1. Acesso em: 29 abr. 2021.