

A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO E MANEJO DO ESTRESSE E BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA UTI

Bruna Milena Carvalho¹
Carolina Gatti Caldas²
Douglas Roberto Guimarães Silva³

1 Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.
2 Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.
3 Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.
E-mail para contato: carolgatti27@gmail.com

Resumo—O estudo teve como objetivo revisar sistematicamente as estratégias de prevenção e manejo do estresse e da Síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). A metodologia utilizada foi a Revisão Integrativa de Literatura, com análise de artigos publicados nos últimos cinco anos, obtidos nas plataformas Google Acadêmico e PubMed. Ao todo, 944 artigos foram analisados, sendo selecionados 11 daqueles que tratavam diretamente da atuação dos enfermeiros em relação ao estresse e Burnout em UTIs. Os resultados apontaram que o ambiente de UTI, por suas características de alta demanda e gravidade dos pacientes, contribui significativamente para o estresse dos profissionais, especialmente os menos experientes. A Síndrome de Burnout foi identificada em três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. O estudo destaca a necessidade de políticas organizacionais que promovam um ambiente de trabalho saudável, com foco na saúde mental dos enfermeiros, bem como a importância de intervenções que incluam programas de suporte psicológico e estratégias de autocuidado. A implementação dessas medidas pode não só reduzir os níveis de estresse e Burnout, mas também melhorar a qualidade do atendimento prestado aos pacientes e a satisfação profissional dos enfermeiros.

Palavras-chave: Profissionais. Paciente. Unidade de Terapia Intensiva. Estresse. Burnout. Enfermeiro.

1 INTRODUÇÃO

Na unidade de terapia intensiva (UTI), unidade fechada projetada para proporcionar recuperação mais rápida, em locais distantes dos hospitais e com recursos físicos e profissionais adequados e, o mais importante a equipe de enfermagem gerencia e assiste os pacientes de maneira humana e é considerada uma unidades de alto estresse devido a emergências e momentos complexos (PEDRÃO; PRETO, 2009). Por ser um termo frequentemente conhecido pelos profissionais de enfermagem, trabalhando em cuidados intensivos, o estresse figura de forma proeminente na globalização e nas novas tecnologias, considerado pelos cientistas o “mal do século” (DECEZARO *et al.*, 2014).

A prática de enfermagem integra relevante rede de situações ligadas ao cuidado direto ao paciente e a fatores de organização do trabalho que contribuem para o aparecimento de estresse, gerando rupturas e comprometendo a qualidade dos cuidados a serem prestados

(OLIVEIRA *et al.*, 2011). A exposição longa ao estresse resulta na redução do desempenho profissional, baixo moral e autoconfiança, alta rotatividade e violência. A enfermagem é considerada uma das profissões mais afetadas pelo estresse no seu ambiente de trabalho (GUIDO *et al.*, 2011).

Este setor exige amplo conhecimento, concentração, controle emocional, agilidade, competências técnicas e científicas, bem como “taxas” de produtividade, ritmo de trabalho acelerado, responsabilidades significativas e recursos limitados. No geral, o trabalho é estressante porque sempre há algo para se adaptar, seja o trabalhador o ambiente ou vice-versa. Especificamente, a pressão sobre as unidades de cuidados intensivos é muito elevada porque a maioria dos pacientes se encontra em condições de saúde muito críticas. Da mesma forma, o papel do profissional enfermeiro dentro da unidade permanece pouco definido, pois a identidade da categoria ainda não foi harmonizada e falta reconhecimento (MARQUES *et al.*, 2019).

Segundo Pedrão e Preto (2009), o estresse é caracterizado como uma reação física do nosso corpo diante de um estímulo físico, emocional ou comportamental ao qual o indivíduo é exposto, resultando em desgaste. Além de estar presente na vida das pessoas de forma diária, o estresse tem ampliado os elementos que o desencadeiam quando se trata dos trabalhadores, desde as tarefas mais simples até aquelas que podem demandar um esforço físico ou mental maior. Isso tem afetado um número cada vez maior de pessoas que se declaram estressadas ou que afirmam conhecer indivíduos nessa condição (SILVA; SALLES, 2016).

Consta-se que o estresse e a ansiedade relacionados ao trabalho afetam os cuidadores em todo o mundo. O Brasil ocupa o segundo lugar no ranking dos países mais tensos, atrás do Japão. Uma pesquisa de 2017 mostrou que 70% dos entrevistados brasileiros citaram o trabalho como o fator mais estressante. Os distúrbios de ansiedade e estresse afeta 9,3% da população brasileira. Um estudo realizado com trabalhadores de enfermagem constatou que 44,4% deles sofriam de algum grau de ansiedade (UCHÔA *et al.*, 2016).

A síndrome de Burnout é um processo que começa com estresse excessivo e crônico no trabalho. Quatro conceitos teóricos definem esta síndrome com base em sua possível etiologia: clínica, psicossocial, organizacional e sócio-histórica. Os conceitos psicológicos sociais são mais comumente usados nas pesquisas atuais. Este conceito leva em consideração características pessoais, relacionadas ao ambiente e ao contato direto e prolongado com outras pessoas no trabalho, que favorecem o surgimento de fatores tridimensionais da síndrome: exaustão emocional (sensação de esgotamento físico e mental), despersonalização (frio tratamento desumano e desumano aos usuários) e ineficazes (sentimentos de incompetência,

pessimismo, baixa autoestima). A presença de burnout está relacionada aos sinais e sintomas identificados por trabalhadores específicos nessas três dimensões (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER; MASLACH; GOLDBERG, 2001).

Diante do exposto acima, essa revisão sistemática teve como objetivo a abordagem de manejos e prevenção do estresse e do Burnout em profissionais da Unidade de Tratamento Intensivo, utilizando como base enfermeiros atuantes na área.

2. Metodologia

O presente trabalho consiste em uma Revisão Sistemática, realizada no Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN), localizado em São João del-Rei, Minas Gerais. A revisão integra literatura existente sobre o tema “A atuação do enfermeiro na prevenção e manejo do estresse e Burnout em profissionais de UTI”.

A metodologia adotada foi a Revisão Integrativa de Literatura (RIL), que visa proporcionar uma visão abrangente e crítica sobre o tema em questão, permitindo ao pesquisador um panorama detalhado das publicações relevantes na área. Este tipo de revisão é útil para cartografar a literatura existente e identificar lacunas e tendências na pesquisa.

Para a realização desta revisão sistemática, foram utilizadas duas principais fontes de dados: Google Acadêmico e PubMed. No Google Acadêmico, a pesquisa inicial foi realizada com a frase “A atuação do enfermeiro na prevenção e manejo do estresse em profissionais da UTI”. Foram aplicados filtros para selecionar publicações dos últimos 5 anos, no idioma português e especificamente artigos de revisão, resultando em um total de 294 artigos. Além disso, uma busca adicional foi conduzida com a frase “Burnout e enfermeiros UTI”, utilizando os mesmos critérios de filtro, o que gerou 394 artigos. Na plataforma PubMed, a busca foi realizada com a frase “Enfermeiros prevenção do estresse em profissionais de UTI”. Também foram aplicados filtros de publicação nos últimos 5 anos, artigos em português e artigos de revisão, resultando em 256 artigos.

Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram: artigos de revisão publicados nos últimos 5 anos, em português, que tratam do estresse e Burnout em profissionais de UTI. Foram excluídos artigos que não atendiam a esses critérios, como aqueles fora do escopo temporal e do idioma estabelecido.

A análise e síntese dos dados foram conduzidas a partir da seleção dos artigos com base nos títulos e resumos. Apenas aqueles que abordavam diretamente a temática da atuação

do enfermeiro na prevenção e manejo do estresse e Burnout em UTI foram considerados. Após a seleção inicial, os artigos foram lidos na íntegra para garantir a relevância e a qualidade da informação.

Como resultado, a revisão sistemática levou à coleta e análise de um total de 944 artigos provenientes das plataformas Google Acadêmico e PubMed. Estes artigos foram classificados e analisados com o objetivo de identificar padrões, estratégias e lacunas na literatura sobre a atuação do enfermeiro em UTI, no contexto de estresse e Burnout. A metodologia empregada assegura uma visão abrangente e atualizada sobre o tema, contribuindo significativamente para o entendimento e a prática clínica na área de enfermagem.

3- Resultados

Através de uma análise minuciosa às plataforma de pesquisa, encontrou-se o total de referência relacionadas ao tema: " Atuação do enfermeiro na prevenção e manejo estresse e Burnout em profissionais da UTI ". Portal/banco Google Acadêmico demonstrou ter a maior representatividade dentre as publicações inicialmente analisada. Análise numérica das bases de pesquisa encontra-se no (Quadro 1).

Quadro 1-Numero de estudo por base /portal.

	Fonte de Pesquisa	Número /de trabalhos Registrado
1	Google Acadêmico	688
2	PubMed	256

Fonte: Conforme as bases em set.2023. Próprio autor.

Dos 11 textos selecionados para revisão, 100% estão em língua portuguesa pois um dos marcadores de filtro foi: Língua portuguesa .O estudo mais antigo deliberado para a busca apresentava data de 1998 e mais recente, 2024.

3.1 Características dos estudos selecionados

As principais referências integradas nesse trabalho estão percorridas na tabela abaixo. Dos 11 artigos selecionados 80% possuem como método de estudo o tipo qualitativo, 20% possuem o tipo quantitativo. Os métodos de estudo incluem diversas naturezas entre elas 60% composta por revisões integrativas, 30% revisão bibliográfica e 10% estudo transversal.

Autor/Ano	Tipos estudo	Método
MERQUES Paiva JD., et al. 2019	Qualitativo	Revisão integrativa
SILVA F, Ramalho D.L, Cunha R.A, Lopes G, 2020	Qualitativo	Revisão integrativa
SILVA C, Batista E.C, 2021	Quantitativo	Revisão integrativa
SANTOS E.C, Santos C.A, Araújo L.C.N., Reis R. P, 2018	Qualitativo	Revisão integrativa
RIBEIRO W.A COUTINHO, V. V. A.; MORAIS, M. C. de; SOUZA, D. M. da S.; COUTO, C. de S.; OLIVEIRA, L. S. de; SOUZA, J. L. R. de; MENDES, J. A., 2019	Qualitativo	Revisão bibliográfica
PINTO, G. G.; SANTOS, L. A. R.; SILVA, G. G. R 2024	Qualitativo	Revisão bibliográfica
LIMA, E. B. de; FRANÇA, S. P. de S.; CAMINHA, M. de F. C.; SILVA, S. A. da; SILVA, B. L. da; OLIVEIRA, M. A. 2022	Quantitativa	Estudo transversal
COSTA, D. L. F.; GONÇALO, A. G. R.; NASCIMENTO, G. R. do; PINHEIRO, N. de O. M. 2023	Qualitativa	Revisão integrativa

FIGUEIREDO, H. G. de; LACERDA, T. A.; RODRIGUE, D. de M.; SILVA, M. H. da; VIEIRA, F. S. 2020	Qualitativa	Revisão integrativa
DECEZAROD A , et al.2021	Qualitativa	Revisão bibliográfica

Fonte: Próprio Autor.

3.2 Principais conclusões

Esse quadro mostra as principais conclusões de cada artigo selecionado, que abordam o tema principal dessa revisão sistemática que possui como foco :” A atuação do enfermeiro na prevenção e manejo do estresse e burnout em profissionais da UTI.”

Autor, ano	Conclusões
Marques Paiva JD ,et al.2019	O texto aponta que a escassez de produções recentes sobre a Síndrome de Burnout leva a uma baixa percepção dos profissionais de saúde sobre essa condição, gerando preocupações tanto no ambiente de trabalho quanto na vida pessoal, além de impactar o atendimento ao cidadão. Aumentar o número de estudos sobre a síndrome traz benefícios para todos, pois maior visibilidade resulta em melhor conhecimento, facilitando diagnóstico, tratamento e prevenção. Isso também torna mais viáveis projetos de melhorias nos ambientes de trabalho, uma vez que os resultados positivos podem ser comprovados.
Silva F,Ramalho D.L,Cunha R.A,Lopes G,2020	Estudos mostram que enfermeiros de UTI enfrentam alto estresse e problemas de sono devido à carga de trabalho intensa, o que afeta a qualidade do atendimento e a saúde deles, tornando-os mais vulneráveis à Síndrome de Burnout. Conclusão: É fundamental apoiar esses profissionais para prevenir doenças e problemas mentais, considerando a exigência do trabalho e a importância de práticas

	adequadas.
Silva C, Batista E.C,2021	<p>O estudo analisou a saúde mental de enfermeiros e técnicos de enfermagem em uma UTI adulto, destacando que a maioria é mulher, com idades entre 30 e 39 anos e experiência de dois a oito anos na área. Muitos enfrentam jornadas de até 80 horas semanais e responsabilidades domésticas. A formação contínua é valorizada, com investimento em pós-graduação. As principais fontes de estresse incluem relações interpessoais e falta de recursos. Embora os níveis gerais de estresse sejam baixos, o ambiente da UTI pode aumentar o estresse futuro, exigindo que a instituição e a equipe identifiquem e gerenciem esses fatores.</p>
Santos E.C,Santos C.A,Araújo L.C.N , Reis R. P,2018	<p>As instituições devem implementar medidas que aprimorem a qualidade de vida dos empregados, levando em conta não só os lucros, mas também a saúde dos profissionais. É fundamental criar ações que favoreçam a saúde na UTI. Portanto, é importante analisar a estrutura organizacional do hospital em que o enfermeiro atua, pois ambientes insalubre e inseguros prejudicam o bem-estar físico e psicológico do trabalhador.</p>
Ribeiro W.A. Coutinho, V.V.A.; Morais, M.C. de; Souza, D.M. da S.; Couto, C. de S.; Oliveira, L.S. de; Souza, J.L.R. de; Mendes, J.A., 2019	<p>A UTI é um ambiente altamente estressante, onde enfermeiros cuidam de pacientes críticos. Esses profissionais enfrentam desafios diários que impactam sua saúde física e mental. A qualidade do atendimento vai além das habilidades técnicas; o bem-estar emocional do enfermeiro é vital. É fundamental entender as fontes de estresse que eles enfrentam, buscando maneiras de amenizar essas pressões. Preparar melhor os enfermeiros para esses desafios, reconhecendo e abordando os fatores estressantes, pode criar um ambiente de trabalho mais saudável, beneficiando tanto os profissionais quanto os pacientes.</p>
Pinto, G.G.; Santos, L.A.R.; Silva, G.G.R., 2024	<p>A análise revelou a conexão entre o estresse enfrentado por enfermeiros em UTIs e outras áreas de saúde, destacando riscos para profissionais e pacientes. Desafios persistem no sistema de saúde, como a ampliação do acesso a serviços de qualidade. A corresponsabilidade entre trabalhadores, gestores e usuários é crucial para melhorar o suporte. A discriminação e limitações enfrentadas por certos grupos motivaram a análise crítica do estresse institucional. O SUS busca um</p>

	<p>modelo de saúde que priorize a população, mas a efetividade é prejudicada pela invisibilidade dos problemas e dificuldades de acesso aos serviços, destacando a necessidade de medidas preventivas eficazes.</p>
<p>Lima, E.B. de; França, S.P. de S.; Caminha, M. de F.C.; Silva, S.A. da; Silva, B.L. da; Oliveira, M.A., 2022</p>	<p>O estudo revelou que a maioria dos profissionais em UTIs é composta por mulheres jovens, solteiras, sem filhos, com ensino superior completo e renda entre 1 a 3 salários mínimos. Eles trabalham de 44 a 88 horas semanais, possuem outros empregos e têm menos de 5 anos de experiência no setor. Embora apresentem baixos níveis de estresse e burnout, os técnicos de enfermagem são mais afetados. O estudo sugere a necessidade de pesquisas adicionais para explorar melhor os fatores de risco para estresse e burnout, considerando as dificuldades na coleta de dados e no tamanho da amostra.</p>
<p>Costa, D.L.F.; Gonçalo, A.G.R.; Nascimento, G.R. do; Pinheiro, N. de O.M., 2023</p>	<p>Foi constatado que a Síndrome de Burnout (SB) é comum entre enfermeiros intensivistas em UTIs. Fatores como falta de recursos, conflitos, sofrimento de pacientes e famílias, procedimentos de risco, ruídos excessivos e carga de trabalho elevada contribuem para esse problema. Esses estressores prejudicam a saúde e a qualidade da assistência, além de ampliar o conhecimento sobre o tema no Brasil. O objetivo é estimular mais discussões e pesquisas sobre SB, buscando estratégias de prevenção e melhoria das condições de trabalho. É crucial reconhecer a complexidade da questão e promover a conscientização sobre a importância das doenças mentais na área da saúde.</p>
<p>Figueiredo, H.G. de; Lacerda, T.A.; Rodrigues, D. de M.; Silva, M.H. da; Vieira, F.S., 2020</p>	<p>A Síndrome de Burnout, identificada por Freudenberg em 1974, é uma exaustão emocional devido ao estresse no trabalho. Em um hospital de São Paulo, observou-se alta prevalência na equipe de enfermagem da UTI, causada por demandas emocionais e alta carga de trabalho. Para prevenir, sugere-se variar as rotinas, controlar horas extras e investir no aperfeiçoamento e motivação da equipe.</p>
<p>Decezaro A , et al.2021</p>	<p>O texto enfatiza a importância de compreender os fatores estressantes dos profissionais de enfermagem na UTI. Esse entendimento permite que o enfermeiro gestor implemente alternativas para reduzir o estresse e proteger a saúde física e mental da equipe, melhorando a qualidade do atendimento aos pacientes. A adoção de estratégias</p>

	de enfrentamento e intervenções preventivas é essencial para garantir o bem-estar da equipe e alcançar uma assistência de excelência.
--	---

Fonte: Próprio Autor.

4. Discussão

É imprescindível destacar que o sistema em questão possui fundamental importância para a manutenção da vida, uma vez que a integração de informações é crucial para a prevenção de riscos e a alívio dos fatores estressantes que afetam os enfermeiros atuantes na Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Estes fatores estão associados tanto às responsabilidades inerentes às suas funções quanto ao ambiente de trabalho.

Em relação ao tempo de experiência na profissão, é possível notar que enfermeiros no início de carreira enfrentam níveis mais altos de estresse comparados aos profissionais com maior tempo de atuação. Isso sugere que, com o passar do tempo, o estresse tende a diminuir, uma vez que enfermeiros mais experientes possuem maior segurança técnica e controle sobre as situações diárias, reduzindo assim a percepção de estresse. Segundo Prado (2016) apud Costa et al. (2023) a Síndrome de Burnout é definida a partir de uma perspectiva psicossocial que foca nas condições do ambiente de trabalho que levam ao Burnout e seus sintomas. Em contraste, Amorim et al. (2018) apud Costa et al. (2023) definem a síndrome como uma resposta à tensão emocional prolongada resultante do contato direto com pessoas em situação de estresse.

O enfermeiro deve buscar sua autonomia e envolver-se ativamente nas decisões da equipe multiprofissional. Essa participação é fundamental para aprimorar as condições de trabalho, reduzir a sobrecarga e assegurar um ambiente saudável, o que leva a uma assistência de qualidade superior ao paciente (Santos FDS, et al. 2010 apud Ribeiro et al. 2019). O profissional de enfermagem frequentemente se encontra em um ambiente desgastante e prejudicial, que não proporciona condições adequadas para sua saúde e bem-estar. A desvalorização do trabalho, resultante do elevado volume de atividades físicas e mentais, da carga horária excessiva, das relações de trabalho instáveis e da remuneração inadequada no setor de saúde, são fatores que contribuem para a ocorrência de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho (Moura KS, et al. 2011 apud Ribeiro et al 2019).

A prática da enfermagem em vários setores da saúde ou em qualquer função que envolva pressão em diferentes contextos pode provocar estresse ocupacional em diversos graus (Nascimento et.al 2013 apud Pinto et.al 2024). A fase de alerta é vista como um momento inicial e construtivo, pois indica que há algo que não está de acordo com os padrões de qualidade em saúde. Por sua vez, a fase de resistência representa o começo de uma alteração na homeostase interna, impactando significativamente a forma como as atividades são realizadas, o atendimento prestado aos pacientes e as relações entre os profissionais da saúde. (Santos; Machado; Sandres, 2019).

A carga de trabalho desempenha um papel crucial na dinâmica pessoal e interpessoal do enfermeiro intensivista. Muitas vezes, essa variável é ignorada, o que pode impactar negativamente as decisões cotidianas, a qualidade da assistência oferecida e o nível de estresse acumulado. Segundo Padilha KG et. al (2017) apud Costa et.al (2023) , revelam que a carga média de trabalho dos enfermeiros foi de 73,40%, o que é comparável ou maior que em estudos no Brasil, mas menor que na Noruega. Santos EC et. al (2018) apud Costa et al.(2023) ressaltam que a atuação em UTI's é desafiadora devido á condição crítica dos pacientes,e o ambiente é visto como muito estressante e hostil para todos os envolvidos. Também é importante mencionar que enfermeiros com dupla jornada enfrentam níveis de estresse significativamente mais elevados. Silva GSA et. al (2018) apud Costa et al. (2023) realizaram um estudo com 21 enfermeiros em São Paulo, onde 57,1% consideraram a UTI um ambiente estressante e 23,8% relataram altos níveis de estresse. Álvares et.al (2019) citaram pesquisa da Isma-Br, que revela que 72% dos trabalhadores brasileiros enfrentam conseqüências do estresse, sendo 32% diagnósticos com Burnout e 92% dos afetados continuam trabalhando.

O estresse pode ser agravado por estímulos auditivos, como vozes e ruídos excessivos. Em ambientes hospitalares, especialmente nas UTIs, o ruído constante de equipamentos e a movimentação constante de funcionários, junto com conversas simultâneas, podem causar desconforto e irritação nos enfermeiros, contribuindo para problemas de saúde. Esses fatores estressantes poderiam ser, em grande parte, evitados ou atenuados (Filus et al. 2018) apud Silva et al .(2020) .

É crucial investigar a eficácia de intervenções específicas, como programas de suporte psicológico e estratégias de autocuidado adaptadas ao ambiente da UTI, para isso e necessário um exame mais detalhado das características individuais dos profissionais do setor que influenciam as suas resiliência ao estresse. Além disso e importante a avaliação do impacto das políticas organizacionais e da cultura institucional sobre o bem estar dos enfermeiros,

analisarem como mudanças na estrutura de trabalho e no suporte institucional afetam a saúde mental dos profissionais pode oferecer uma verdade valiosa para a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis.

No contexto profissional, uma instituição pode melhorar as condições de trabalho ao garantir períodos adequados de descanso, fornecer apoio ao empregado, criar um ambiente confortável e oferecer um plano de desenvolvimento de carreira. Se a instituição se concentrar exclusivamente em questões financeiras e ignorar as condições de trabalho, a produtividade e a qualidade do serviço podem ser comprometidas. Assim, investir na qualidade de vida dos funcionários é essencial, pois isso também afeta a imagem da instituição aos olhos dos clientes (Moreno et al., 2011 apud Oliveira et al. 2021).

5. Conclusão

Este trabalho enfatizou a importância do papel dos enfermeiros na gestão e prevenção do estresse e burnout entre os profissionais atuantes em UTIs, destacando a complexidade e a relevância dessa função no campo da saúde. Observou-se que o ambiente exigente das Unidades de Terapia Intensiva apresenta desafios substanciais para os enfermeiros, elevando o risco de estresse prolongado e burnout, condições que podem impactar negativamente o bem-estar dos profissionais e a qualidade dos cuidados oferecidos aos pacientes. Os dados revelaram que, para enfrentar esses desafios com eficácia, é essencial que os enfermeiros adotem técnicas de gerenciamento do estresse, desenvolvam resiliência e integrem práticas de autocuidado em sua rotina. Adicionalmente, é crucial fomentar um ambiente de trabalho que valorize o suporte entre colegas, o reconhecimento das conquistas e uma gestão adequada das demandas, de forma a reduzir os efeitos adversos do estresse e do burnout.

A implementação de políticas institucionais que priorizem a saúde mental dos profissionais e a oferta de programas de apoio psicológico e treinamento emocional são recomendações importantes para fortalecer a capacidade dos enfermeiros em lidar com as exigências do ambiente de UTI. Integrar essas práticas no cotidiano das unidades intensivas pode, além de promover o bem-estar dos profissionais, melhorar a qualidade dos cuidados prestados aos pacientes.

Portanto, é fundamental que os gestores de saúde e as instituições educacionais continuem a investir em estudos e estratégias voltadas para o bem-estar dos enfermeiros, assegurando que as condições de trabalho nas UTIs favoreçam tanto a saúde mental dos

profissionais quanto a eficácia no atendimento. Somente assim será possível garantir uma prática de enfermagem sustentável e centrada no ser humano em um dos ambientes mais desafiadores da assistência médica.

REFERÊNCIAS

Álvares PDD, Nascimento TGC, Belfort I. O Nível de Estresse do Enfermeiro Dentro da Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Repositório Faculdade Laboro. 2019. Disponível em: <http://localhost/jspui/handle/123456789/327>. Acesso em: 06 set. 2024.

Amorim SC, Souza HV. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. Re Pró-UniverSUS. 2018;9(2):02-05. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2020&q=burnout+enfermeiro+uti+estresse+&btnG=#d=gs_qabs&t=1724800955739&u=%23p%3DfNH439lgcnAJ. Acesso em: 06 set. 2024.

Decezaro A, et al. O estresse dos enfermeiros que atuam na unidade de terapia intensiva: uma revisão de literatura. Revista Unigá, 2014; 19(2): 29-32. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e2310.2021>. Acesso em: 21 de Set. 2023.

Filus WA, Sampaio JMR, Albizu EJ, Marques JM, Lacerda ABM. Percepção de equipes de trabalho sobre o ruído em pronto-socorro. Audiology - Communication Research, v. 23, e2014, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6431-2018-2014>. Acesso em: 13 set. 2024.

Guido LA, et al. Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. Revista da Escola, 2011; 45(6). Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e2310.2021>. Acesso em: 21 de Set. 2023.

Marques Paiva JD, et al. Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. Nursing 5150 Revista Científica UNIFAGOC | Caderno Saúde | ISSN: 2525-5045 | Volume VII | n.1 | 2022 UFPE/Revista de Enfermagem UFPE, v. 13, n. 2, 2019. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/saude/article/view/860/893>. Acesso em: 23 Out. 2023.

. Maslach C, Goldberg J. Prevention of Burnout: news perspectives. *Appl Prev Psychol.* 1998;7(1):63-74. Disponível em:
<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/28605/20186>. Acesso em: 23 Out. 2023.

Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. O burnout. *Control.* 2001;397-422. Disponível em:
<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/28605/20186>. Acesso em: 23 Out. 2023.

Moreno FN. Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout. *Revista de Enfermagem UERJ*, v. 1, n. 19, p. 140-145, 2011. Disponível em:
https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&q=sindrome+de+burnout+em+enfermeiros+atuantes+em+unidade++de+terapia+intensiva&btnG=#d=gs_qabs&t=1726230407014&u=%23p%3DFBg3A0TnXIQJ. Acesso em: 13 set. 2024.

Moura KS, Araújo LM, Araújo LM, Valença CN, Germano RN. A vivência do enfermeiro em terapia intensiva: estudo fenomenológico. *Rev Rene.* 2011;12(2):316-23. Disponível em:
https://scholar.google.com.br/scholar?start=10&q=atuacao+enfermeiro+uti+estresse+&hl=pt-BR&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1724800084852&u=%23p%3D7fpTbsX4Vr4J. Acesso em: 30 Ago. 2024.

Nascimento KC, Gomes AMT, Erdman AL. Estrutura representacional da terapia intensiva para profissionais que atuam em unidades de terapia intensiva. *Rev Esc Enferm USP.* 2013. Disponível em:
https://scholar.google.com.br/scholar?as_ylo=2020&q=atuacao+enfermeiro+uti+estresse+&hl=pt-BR&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1724800674807&u=%23p%3DZcIbD_w3Kh8J. Acesso em: 06 set. 2024.

Oliveira EM. *Qualidade de vida no trabalho.* Rio de Janeiro: Brasport; 2011. Disponível em:
<https://doi.org/10.25248/reas.e2310.2021>. Acesso em: 21 de Set.2023

Padilha KG, Barbosa RL, Andolhe R, Oliveira EM, Ducci AJ, Bregalda RS, Secco LMD. Carga de trabalho de enfermagem, estresse/Burnout, satisfação e incidentes em Unidade de Terapia Intensiva de trauma. *Texto Contexto - Enferm.* 2017;26(3). DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072017001720016>. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2020&q=burnout+enfermeiro+uti+estresse+&btnG=#d=gs_qabs&t=1724800955739&u=%23p%3DfNH439lgnAJ. Acesso em: 06 set. 2024.

Pedrao JL, Preto AV. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. *Revista da escola de enfermagem da USP*, 2009; 43(4): 842. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e2310.2021> .Acesso em: 21 de Set.2023

Prado CEP. Estresse ocupacional: causas e consequências. *Rev Bras Med Trab.* 2016;14(3):325-332. DOI: 10.5327/Z1679443520163515. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2020&q=burnout+enfermeiro+uti+estresse+&btnG=#d=gs_qabs&t=1724800955739&u=%23p%3DfNH439lgnAJ. Acesso em: 06 set. 2024.

Santos A. F., Machado R. R., Sandes S. M. S. Fatores aliviadores e agravantes do estresse ocupacional na equipe de enfermagem. *Rev Enferm UFPI*. v. 8, n. 4, p. 82-90. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?as_ylo=2020&q=atuacao+enfermeiro+uti+estresse+&hl=pt-BR&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1724800674807&u=%23p%3DZcIbD_w3Kh8J. Acesso em: 30 Ago. 2024.

Santos EC, Santos CA, Araújo LCN, Reis RP. O estresse do enfermeiro em unidade de terapia intensiva. *GEP News*. 2018;2(2):16-22. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2020&q=burnout+enfermeiro+uti+estresse+&btnG=#d=gs_qabs&t=1724800955739&u=%23p%3DfNH439lgnAJ. Acesso em: 06 set. 2024.

Silva GSA, Silva GAV, Silva RM, Andolhe R, Padilha KG, Costa ALS. Estresse e burnout em profissionais de enfermagem de unidade de terapia intensiva e semi-intensiva. Rev. Cient. Sena Aires. 2018;7(1):05-11. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2020&q=burnout+enfermeiro+uti+estresse+&btnG=#d=gs_qabs&t=1724800955739&u=%23p%3DfNH439lgnAJ. Acesso em: 06 set. 2024.

Silva LC, Salles CTA. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. ReCaPe - Revista de Carreiras e Pessoas, 2016; 6(2). Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e2310.2021>. Acesso em: 10 de Out. 2023.

Uchôa L, Veloso P, Marcilon L, Laurindo B, Sousa LRP, Veloso C. Prevalence of anxiety in nursing professionals of urgency and emergency. Rev Enferm UFPE Line [Internet]. 2016. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/1141/952>. Acesso em: 10 Out.2023