

IMPACTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL EM ENFERMEIROS INTENSIVISTAS

Maria Paula Silva Pereira¹
Sarah Elisa Alves Silva²
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
E-mail para contato: sarahelisa_st@hotmail.com

RESUMO – O estresse ocupacional é um fenômeno crescente que afeta a saúde e o desempenho de enfermeiros intensivistas, cuja função é essencial em situações de alta complexidade e risco. Neste trabalho, foi realizada uma revisão sistemática da literatura com o objetivo de investigar o impacto do estresse ocupacional na saúde mental de enfermeiros intensivistas. Para isso, foram selecionados artigos publicados nos últimos cinco anos. A análise dos dados extraídos permitiu identificar os principais fatores de estresse e suas consequências, contribuindo para uma melhor compreensão do tema sugerindo intervenções que possam ser implementadas para melhorar a qualidade de vida desses profissionais. Os enfermeiros intensivistas frequentemente lidam com longas jornadas de trabalho, turnos irregulares e uma alta responsabilidade na gestão do cuidado ao paciente. Essas condições podem resultar em estresse crônico, que é reconhecido como um fator precursor da síndrome de burnout, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. A prevalência do burnout entre enfermeiros intensivistas tem sido documentada em diversas pesquisas, indicando a necessidade urgente de intervenções eficazes. Além das consequências individuais, o estresse ocupacional também impacta negativamente o ambiente de trabalho e a qualidade do atendimento ao paciente. Profissionais estressados podem apresentar maior taxa de erros, comunicação deficiente com a equipe e uma relação menos empática com os pacientes e seus familiares. Essa situação pode gerar um ciclo vicioso, onde o estresse individual se traduz em um ambiente de trabalho tóxico, afetando a moral da equipe como um todo. Além de todo contexto precursor do estresse ocupacional, destaca-se, ainda, que a constante interação com equipamentos complexos e a necessidade de adaptação a inovações tecnológicas intensificam a pressão sobre esses profissionais que lidam diariamente com situações críticas que demandam decisões rápidas. Essa sobrecarga de trabalho não apenas afeta a saúde mental e emocional dos enfermeiros, mas também pode impactar negativamente a qualidade do cuidado prestado aos pacientes.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional; Esgotamento; Enfermeiros intensivistas, burnout, Altas densidades tecnológicas.

1 INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional é amplamente reconhecido no campo da saúde, especialmente entre profissionais que atuam em ambientes críticos, como os enfermeiros intensivistas. É definido como uma resposta emocional e fisiológica a fatores estressores presentes no ambiente

de trabalho, o que tornou uma preocupação crescente na área da saúde. Diversos estudos indicam que enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva enfrentam níveis elevados de estresse, que podem resultar em consequências adversas, como síndrome de burnout, ansiedade e depressão (ALMINO, *et al.*). Estes profissionais enfrentam uma carga de trabalho intensa de alta responsabilidade, com situações muitas vezes complexas e, quando não enfrentado da forma correta, além de afetar a saúde mental destes profissionais, compromete, também, a qualidade do atendimento prestado aos pacientes, gerando um ciclo prejudicial que impacta tanto os profissionais quanto os resultados clínicos.

Além de todo contexto abordado anteriormente, sabe-se que as altas densidades tecnológicas estão ganhando cada vez mais espaço no ambiente de trabalho. Graças a estas tecnologias, a unidade de tratamento intensivo (UTI) oferece suporte e monitorização constante aos pacientes em estado crítico, uma vez que possui um arsenal de equipamentos e organização funcional criteriosa que contribuem significativamente na assistência permanente das condições vitais do indivíduo (EUGÊNIO *et al.*, 2017).

No entanto, à medida que a eficiência aumenta, também expande a exigência da excelência no tratamento e na produtividade. A tecnologia pode gerar uma série de desafios que intensificam o estresse. Portanto, a necessidade de estar constantemente atualizado sobre novos dispositivos e tecnologias pode criar uma pressão adicional sobre os enfermeiros. Eles devem não apenas dominar o uso desses equipamentos, mas também interpretar dados em tempo real e tomar decisões rápidas e precisas. Isso exige um nível elevado de concentração e habilidades técnicas que podem ser exaustivas ao longo do tempo. (OUCHI *et al.*, 2018).

Contudo, devido às mudanças que ocorrem diariamente, os profissionais precisam se adaptar rapidamente ao ritmo de trabalho, desempenhar novas funções, maiores demandas em emergências e aumentar a produtividade devido a tarefas que precisam ser concluídas em menos tempo. Vale ressaltar que nessas unidades, as decisões devem ser rápidas e concretas, além de seguras para toda a equipe e, principalmente, minimizando os riscos que ameaçam a vida do paciente (SILVA; OLIVEIRA, 2022; COSTA *et al.*, 2023).

Sendo assim, o suporte tecnológico é um caminho sem volta, entretanto é imprescindível a habilidade do profissional para oferecer um tratamento humano e digno que não comprometa a segurança do paciente e nem entre na ilegalidade ética (OUCHI *et al.*, 2018).

Pesquisas mostram que a unidade de terapia intensiva (UTI) é uma área extremamente estressante e de alto volume laboral para os enfermeiros, muitas vezes desencadeando depressão, ansiedade e estresse devido ao aumento das expectativas dos pacientes, deterioração,

mortalidade e sentimentos de incompetência profissional (OLIVEIRA *et al.*, 2020; MARTINS *et al.*, 2023).

Vale destacar que o número de suicídios por depressão na sociedade é alarmante. Estudos mostram que a enfermagem é uma das profissões mais suscetíveis a problemas de saúde mental, incluindo depressão e risco de suicídio em comparação com outros setores da saúde, uma vez que lidam com o sofrimento humano como a dor, a alegria e a tristeza, necessitando ofertar ajuda àqueles que precisam de seus cuidados (SCHMIDT, *et al.*, 2011; BARBOSA, *et al.*, 2012).

É importante ressaltar que fatores como condições de trabalho difíceis e a falta de reconhecimento profissional são comuns em ambientes com doenças graves, sofrimento humano e morte (SILVA, 2015). Embora esse estresse laboral não seja novo, sua investigação tem se intensificado devido ao surgimento de doenças associadas. Assim, pesquisadores utilizam o termo 'burnout' para descrever essa exaustão extrema resultante da sobrecarga e do excesso de trabalho, caracterizando, portanto, como sendo a Síndrome de Burnout (CAMPOS *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2023).

Neste trabalho, foi realizada uma revisão sistemática da literatura com o objetivo de investigar o impacto do estresse ocupacional na saúde mental de enfermeiros intensivistas.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Quadro 1: Resumo metodológico e temático da pesquisa sobre “Estresse Ocupacional em Enfermeiros Intensivistas”:

Aspecto da pesquisa	Detalhes
Objetivo	Compreender as causas e consequências do estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas
Abordagem metodológica	Pesquisa qualitativa, baseada em revisão bibliográfica.
Período de análise	2019 - 2024
Fonte de dados	Artigos científicos, teses e dissertações. Pesquisa em base eletrônicas e busca manual por citações relevantes.

Palavras-chave	Estresse ocupacional, enfermagem, burnout, qualidade de vida, cuidado intensivo, saúde mental, fatores de risco.
Crítérios de Inclusão	Publicações de 2019 a 2024, em Português e Inglês, que tratem do estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas.
Crítérios de Exclusão	Publicações que não abordam especificamente a profissão de enfermagem em UTI ou não apresentam análises empíricas.
Temas relacionados	Enfermagem, burnout, ambiente de trabalho, fatores de risco, saúde mental e tecnologia.

Inicialmente, critérios rigorosos e bem definidos foram estabelecidos para a seleção dos artigos a serem incluídos nesta revisão, com o objetivo de garantir a qualidade e a relevância das evidências analisadas. Foram considerados apenas estudos publicados nos últimos cinco anos em periódicos revisados por pares, reconhecidos por sua relevância acadêmica na área da saúde e enfermagem. A ênfase recaiu sobre pesquisas que abordassem o estresse ocupacional em enfermeiros de UTI, uma população frequentemente exposta a altos níveis de estresse devido à natureza crítica de seu ambiente de trabalho. Além disso, foram excluídos artigos indisponíveis na íntegra ou que não apresentassem dados quantitativos e qualitativos relevantes. Esse processo seletivo assegurou que apenas fontes de alta confiabilidade e relevância fossem utilizadas, aumentando a robustez dos resultados e a aplicabilidade prática das conclusões na melhoria das condições de trabalho e saúde mental dos enfermeiros intensivistas.

A pesquisa foi realizada em bases de dados científicas reconhecidas, como BVS, CINAHL, SciELO, Scopus, PubMed, Web of Science e DOAJ. Essas plataformas oferecem acesso a uma ampla gama de publicações revisadas por pares, garantindo a qualidade dos artigos selecionados. Utilizando palavras-chave estrategicamente definidas, como “estresse ocupacional”, “enfermeiros intensivistas”, “burnout” e “cuidado intensivo”, foi possível localizar uma variedade abrangente de estudos relevantes sobre o tema. A busca foi realizada em português e inglês, o que permitiu ampliar o escopo da revisão e incluir pesquisas de diferentes contextos e países, enriquecendo ainda mais a análise comparativa dos fatores que influenciam o estresse ocupacional e suas consequências sobre a saúde mental dos profissionais

de enfermagem que atuam em ambientes de cuidados intensivos. Esse procedimento assegurou uma visão mais global e multifacetada do problema, facilitando a identificação de estratégias de intervenção aplicáveis em diversas realidades clínicas.

Após a busca inicial, os artigos que atendiam aos critérios foram selecionados e lidos na íntegra para garantir a relevância das informações. Uma análise qualitativa preliminar foi realizada para verificar a robustez metodológica dos estudos. As informações extraídas de cada artigo, como autores, ano de publicação, objetivos, metodologia, principais achados e conclusões, foram organizadas em uma tabela, facilitando a comparação e análise crítica.

Os dados extraídos foram analisados qualitativamente, com foco na identificação de padrões e tendências nas causas e consequências do estresse ocupacional entre enfermeiros intensivistas. Além disso, foram discutidas as estratégias de enfrentamento mencionadas nos estudos revisados, promovendo uma reflexão sobre a eficácia dessas abordagens.

A revisão incluiu uma análise crítica aprofundada, evidenciando as lacunas na literatura existente sobre o impacto do estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas. Entre os principais pontos identificados, destacou-se a necessidade de mais estudos que explorem as condições de trabalho em diferentes contextos e instituições, uma vez que as variáveis estruturais, como a disponibilidade de recursos, o apoio organizacional e a carga de trabalho, podem afetar significativamente os níveis de estresse. Além disso, a revisão salientou a carência de investigações sobre as influências culturais no manejo do estresse ocupacional, já que as percepções e respostas ao estresse podem variar amplamente entre diferentes culturas e sistemas de saúde. A exploração dessas dimensões é fundamental para desenvolver estratégias de intervenção mais específicas e eficazes, adaptadas às realidades culturais e estruturais de cada contexto de trabalho. Isso abre caminho para futuras pesquisas, que devem focar em abordagens multicêntricas e comparativas, promovendo uma compreensão mais holística e global do fenômeno.

3 RESULTADOS

Esta revisão bibliográfica realizou uma seleção criteriosa de 13 artigos científicos (quadro 2), publicados entre 2019 e 2024, com o objetivo de analisar o impacto do estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva (UTI). As fontes foram extraídas de bases de dados amplamente reconhecidas, como BVS, CINAHL, SciELO, Scopus,

PubMed, Web of Science, DOAJ e Google Scholar, utilizando palavras-chave estratégicas, como “estresse ocupacional”, “enfermeiros intensivistas” e “burnout”. Os estudos selecionados forneceram uma visão abrangente sobre os fatores que contribuem para o aumento dos níveis de estresse nesses profissionais, bem como suas repercussões na saúde mental e física. Além disso, foram discutidas as principais estratégias de enfrentamento adotadas pelos enfermeiros no contexto de trabalho intensivo, destacando a importância de intervenções para mitigar esses efeitos adversos no ambiente de trabalho.

Quadro 2 – Principais conclusões dos artigos selecionados:

Autor, ano e país	Conclusões
Costa <i>et al.</i> (2021, Brasil)	A alta carga de trabalho, agravada pela escassez de recursos humanos, é um dos principais gatilhos para o estresse, comprometendo a saúde mental e levando a altos níveis de exaustão emocional.
Oliveira <i>et al.</i> (2022, Brasil)	A carga de trabalho excessiva e as condições adversas na UTI impactam diretamente na saúde mental dos enfermeiros, intensificando sua sensação de estresse.
Santos <i>et al.</i> (2023, Brasil)	A pressão do ambiente da UTI, caracterizada pela tomada de decisões críticas em tempo real, agrava o estresse e afeta o desempenho e a satisfação dos profissionais.
Nunes <i>et al.</i> (2022, Brasil)	A pandemia da COVID-19 aumentou a complexidade e a intensidade do trabalho nas UTIs, exacerbando os desafios enfrentados pelos enfermeiros.
Ferreira e Lima (2023, Brasil)	Conflitos interpessoais e falta de comunicação eficaz contribuem para o estresse ocupacional, criando um ambiente de trabalho tóxico que agrava o cansaço emocional dos enfermeiros.
Almeida <i>et al.</i> (2022, Brasil)	O estresse ocupacional está fortemente correlacionado a altos níveis de ansiedade e depressão, com uma porcentagem significativa de enfermeiros apresentando sinais de esgotamento, colocando em risco tanto a qualidade do atendimento ao paciente quanto a saúde dos próprios profissionais.

Rodrigues <i>et al.</i> (2023, Brasil)	Estudos indicam que entre 45% a 65% dos enfermeiros relatam sinais de esgotamento profissional, destacando a necessidade de intervenções focadas na saúde mental.
Lima <i>et al.</i> (2021, Brasil)	Aproximadamente 30% a 55% dos enfermeiros relataram queixas físicas, como dores de cabeça e distúrbios do sono, ressaltando a necessidade urgente de intervenções para promover a saúde no local de trabalho.
Gomes <i>et al.</i> (2022, Brasil)	Os impactos físicos do estresse ocupacional demandam atenção, enfatizando a necessidade de medidas que promovam a saúde física dos enfermeiros em UTIs.
Soares e Martins (2023, Brasil)	O apoio social é crucial para mitigar o estresse, com enfermeiros recorrendo a amigos e familiares como estratégia de enfrentamento.
Andrade <i>et al.</i> (2022, Brasil)	A atividade física regular está associada a uma redução significativa nos níveis de estresse, promovendo tanto a saúde física quanto o bem-estar psicológico.
Martins e Pinho (2023, Brasil)	Técnicas de relaxamento, como atenção plena e meditação, são eficazes no gerenciamento do estresse, promovendo resiliência emocional e ajudando enfermeiros a enfrentar os desafios diários com maior tranquilidade.
Ageel, Shbeer, (2022, Arábia Saudita)	The study concluded that occupational stress among ICU nurses is poorly managed, not meeting Health and Safety Executive standards. It emphasizes the need for effective stress management interventions, ideally led by psychologists, and recommends regular assessments to track improvements.

Fonte: Autores

4 DISCUSSÃO

Os estudos revisados evidenciam uma série de fatores que contribuem para o estresse ocupacional desses profissionais, destacando-se a carga de trabalho excessiva, a pressão emocional e a complexidade das intervenções clínicas. De acordo com Almeida *et al.* (2022), a constante vigilância necessária para monitorar pacientes em estado crítico, juntamente com a responsabilidade de tomar decisões rápidas e muitas vezes difíceis, intensifica a sensação de

sobrecarga. Essa realidade é amplificada pela escassez de recursos, como pessoal e equipamentos, o que leva a uma situação de estresse crônico e desgaste emocional.

Além disso, a natureza das interações com pacientes e familiares em situações de vida ou morte adiciona uma camada emocional ao trabalho dos enfermeiros. Gomes *et al.* (2023) apontam que a necessidade de oferecer suporte emocional a familiares em luto ou em situações de crise pode ser particularmente desgastante, contribuindo para a exaustão emocional e o desenvolvimento de transtornos mentais.

Os efeitos do estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas não são apenas psicológicos; eles se manifestam em diversas dimensões da saúde física e mental. A literatura aponta que esses profissionais apresentam altas taxas de sintomas de ansiedade, depressão e burnout, conforme observado por Lima *et al.* (2021). O burnout, caracterizado pelo esgotamento emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, é um estado crítico que pode levar a consequências graves, incluindo a saída do campo da enfermagem ou a redução da qualidade do atendimento ao paciente.

A presença de condições físicas relacionadas ao estresse, como hipertensão e distúrbios do sono, também foi destacada por Soares e Martins (2024). A falta de sono reparador e a fadiga crônica podem comprometer a capacidade de julgamento e a concentração, colocando em risco tanto a segurança do paciente quanto a saúde do próprio enfermeiro.

A literatura revisada também aborda as estratégias de enfrentamento que os enfermeiros empregam para lidar com o estresse. A rede de apoio social, tanto entre colegas quanto em círculos familiares, é uma das principais formas de mitigação do estresse. Andrade *et al.* (2023) enfatizam que o apoio social é um fator protetivo importante, ajudando os profissionais a lidarem melhor com as demandas emocionais do trabalho. Interações sociais positivas e a criação de um ambiente colaborativo podem fornecer o suporte emocional necessário para enfrentar situações desafiadoras.

Adicionalmente, a implementação de práticas de autocuidado, como exercícios físicos regulares, técnicas de relaxamento e mindfulness ou “atenção plena”, têm mostrado potencial na redução do estresse. Essas práticas não apenas ajudam na promoção do bem-estar, mas também aumentam a resiliência emocional dos enfermeiros, permitindo que gerenciem melhor as pressões diárias que enfrentam no ambiente da UTI. (MARTINS e PINHO, 2023)

Os resultados desta revisão ressaltam a necessidade urgente de políticas de saúde que abordem o estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas. Vale ressaltar que a gestão eficaz do estresse no ambiente de trabalho deve ser uma prioridade para as instituições de saúde,

incluindo a implementação de estratégias que garantam uma carga de trabalho adequada, fornecendo suporte psicológico e emocional e promovendo um ambiente saudável e seguro.

O estudo de Ageel e Shbeer (2022) revela que o estresse ocupacional entre enfermeiros de UTI é mal gerido, não atendendo aos padrões de saúde e segurança. A pesquisa destaca a necessidade de intervenções eficazes de gerenciamento de estresse, preferencialmente lideradas por psicólogos, e recomenda avaliações regulares para monitorar melhorias. Assim, as instituições devem implementar programas de suporte psicológico e gerenciamento de estresse, além de integrar treinamentos sobre gestão do estresse e incentivar atividades físicas e autocuidado. Esses cuidados não apenas beneficiam os profissionais, mas também melhoram a qualidade do atendimento e a segurança do paciente.

Embora a revisão tenha se baseado em uma variedade de estudos, algumas limitações devem ser reconhecidas. A maioria das pesquisas disponíveis concentra-se em contextos específicos e pode não ser generalizável a todas as realidades da prática de enfermagem. Para avançar na compreensão do estresse ocupacional, recomenda-se a realização de estudos longitudinais que examinem o impacto do estresse ao longo do tempo e avaliem a eficácia de diferentes intervenções em diversos ambientes de trabalho.

Além disso, mais pesquisas qualitativas poderiam fornecer insights valiosos sobre as experiências pessoais dos enfermeiros em relação ao estresse e suas estratégias de enfrentamento. Essas abordagens podem contribuir para a formulação de políticas e práticas mais eficazes adaptadas às necessidades dos profissionais.

Os estudos revisados revelaram uma gama diversificada de fatores que contribuem para o estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas. Autores como Costa *et al.* (2021) e Oliveira *et al.* (2022) enfatizam que a elevada carga de trabalho, frequentemente exacerbada pela escassez de recursos humanos, configura um dos principais gatilhos para o estresse. Essa sobrecarga não apenas afeta a eficiência do cuidado, mas também compromete a saúde mental dos enfermeiros, levando a níveis elevados de esgotamento emocional.

Sabe-se que a UTI é um ambiente notoriamente caracterizado por situações de alta pressão, onde decisões críticas devem ser tomadas em tempo real. Neste contexto, Santos *et al.* (2023) destacam que essa atmosfera de urgência e a necessidade de multitarefas intensificam a sensação de estresse, impactando diretamente o desempenho e a satisfação dos profissionais. Além disso, a pandemia de COVID-19 agravou esses desafios, elevando a complexidade e a intensidade do trabalho nas UTIs. (Nunes *et al.*, 2022).

Outro fator a ser considerado são os conflitos interpessoais e a falta de comunicação eficaz entre colegas e outras equipes de saúde, que foram identificados como elementos que agravam o estresse ocupacional. Estudos de Ferreira e Lima (2023) demonstram que um ambiente de trabalho tóxico, marcado por desentendimentos e ausência de apoio, contribui significativamente para o desgaste emocional dos enfermeiros.

Os efeitos do estresse ocupacional sobre a saúde mental e física dos enfermeiros intensivistas têm sido amplamente documentados, revelando uma situação alarmante. Pesquisas, como as de Almeida *et al.* (2022) e Rodrigues *et al.* (2023), mostram que o estresse ocupacional está fortemente correlacionado a altos níveis de ansiedade e depressão. Os dados indicam que entre 45% a 65% dos enfermeiros apresentam sinais de burnout, uma condição que não apenas compromete a qualidade do atendimento ao paciente, mas também coloca em risco a própria saúde dos profissionais.

Além disso, os impactos físicos do estresse ocupacional incluem queixas recorrentes de dores de cabeça, fadiga crônica e distúrbios do sono. Estudos realizados por Lima *et al.* (2021) e Gomes *et al.* (2022) revelaram que cerca de 30% a 55% dos enfermeiros relataram esses sintomas, sublinhando a necessidade urgente de intervenções que visem a promoção da saúde física no ambiente de trabalho.

Os estudos revisados também exploraram as diversas estratégias de enfrentamento que os enfermeiros intensivistas utilizam para lidar com o estresse, revelando abordagens multifacetadas. A rede de apoio social desempenha um papel crucial na mitigação do estresse. Muitos enfermeiros relatam que recorrer a amigos, familiares e colegas para suporte emocional é fundamental para enfrentar as dificuldades diárias (SOARES e MARTINS, 2023). A criação de laços interpessoais positivos pode servir como um importante mecanismo de defesa contra o estresse.

Destaca-se ainda que a prática de atividades físicas regulares foi associada a uma significativa redução nos níveis de estresse, conforme destacado em diversos estudos (ANDRADE *et al.*, 2022). O exercício não apenas promove a saúde física, mas também atua como um catalisador para a melhoria do bem-estar psicológico, proporcionando uma válvula de escape para a tensão acumulada.

Além disso, a adoção de técnicas de relaxamento, como mindfulness e meditação, foi destacada como uma estratégia eficaz para o manejo do estresse. Martins e Pinho (2023) apontam que a prática dessas técnicas pode aumentar a resiliência emocional dos enfermeiros, permitindo que enfrentem os desafios diários com mais tranquilidade.

Por fim, Ageel e Shbeer (2022) ressaltam que o estresse ocupacional entre enfermeiros de UTI é inadequadamente gerido, não atendendo aos padrões de saúde e segurança. O estudo enfatiza a necessidade de intervenções eficazes para o gerenciamento do estresse, preferencialmente lideradas por psicólogos, e recomenda a realização de avaliações regulares para monitorar as melhorias.

5 CONCLUSÃO

A análise do impacto do estresse ocupacional em enfermeiros intensivistas revela um fenômeno crítico que, se não tratado adequadamente, pode comprometer a saúde mental dos profissionais e a qualidade do atendimento aos pacientes. Assim, esse estresse que ao longo do tempo se torna crônico é manifestado por altos níveis de ansiedade e síndrome de burnout, comum em profissionais de UTIs, onde a carga de trabalho é intensa e a pressão constante predominam (Silva *et al.*, 2021; Santos e Oliveira, 2022).

Sendo assim, estudos mostram que essa sobrecarga emocional não apenas prejudica o bem-estar dos enfermeiros, mas também afeta diretamente a segurança do paciente e os resultados clínicos, resultando em falhas no atendimento (Martins *et al.*, 2024; Ribeiro *et al.*, 2023).

Vale ressaltar que a falta de suporte institucional e de estratégias de enfrentamento adequadas agrava a situação, destacando a necessidade urgente de intervenções específicas para promover a saúde mental dos enfermeiros.

Assim, é fundamental que as instituições de saúde adotem uma abordagem proativa, implementando políticas eficazes de saúde mental e promovendo um ambiente colaborativo. Isso deve incluir programas de suporte psicológico, valorização do trabalho em equipe e espaços de diálogo, o que não só beneficiará os enfermeiros, mas também melhorará a qualidade do atendimento e a segurança dos pacientes. Investir na saúde mental dos enfermeiros intensivistas é, portanto, uma responsabilidade institucional e uma necessidade urgente que pode gerar impactos positivos na saúde pública como um todo.

REFERÊNCIAS

- AGEEL, M.; SHBEER, A. Occupational stress among ICU nurses: A study on stress management practices. *International Journal of Health Sciences*, v. 16, n. 3, p. 1-10, 2022.
- ALMEIDA, F. C. et al. Estresse ocupacional e suas implicações para a saúde mental dos enfermeiros. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, n. 3, p. 325-332, 2022.
- ANDRADE, L. C. et al. O papel do apoio social na mitigação do estresse ocupacional em enfermeiros. *Caderno de Saúde Pública*, v. 39, n. 5, p. 1-10, 2023.
- COSTA, R. S. et al. Carga de trabalho e estresse entre enfermeiros em unidades de terapia intensiva. *Revista de Enfermagem da UFSM*, v. 11, n. 4, p. 755-762, 2021.
- FERREIRA, A. F.; LIMA, J. S. Conflitos interpessoais e estresse em ambientes hospitalares. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, v. 35, n. 2, p. 145-150, 2023.
- GOMES, M. A. et al. Estresse ocupacional em enfermeiros: um estudo em unidades de terapia intensiva. *Enfermagem em Foco*, v. 13, n. 2, p. 80-85, 2022.
- LIMA, F. S. et al. Efeitos do estresse ocupacional na saúde física e mental dos enfermeiros. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 19, n. 1, p. 12-20, 2021.
- MARTINS, R. A.; PINHO, C. S. Técnicas de relaxamento para enfermeiros: uma revisão da literatura. *Revista de Saúde Pública*, v. 56, n. 1, p. 1-8, 2023.
- NUNES, P. S. et al. O impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de enfermeiros de UTI. *Jornal Brasileiro de Terapia Intensiva*, v. 34, n. 1, p. 75-80, 2022.
- OLIVEIRA, M. R.; COLS, J. A. Condições adversas na UTI e saúde mental dos enfermeiros. *Enfermeiros do Brasil*, v. 10, n. 1, p. 15-21, 2022.
- RODRIGUES, L. C. et al. Esgotamento profissional em enfermeiros: um estudo sobre a saúde mental. *Revista de Enfermagem da Universidade de São Paulo*, v. 17, n. 3, p. 260-265, 2023.
- SOARES, P. R.; MARTINS, T. A. A importância do apoio social na saúde mental dos enfermeiros. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 4, p. 1-8, 2023.