

FATORES ESTRESSORES PARA A EQUIPE DE ENFERMAGEM DA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA – REVISÃO INTEGRATIVA

Gileade Alef Morais Poveda¹, Maria Vitória Lúcio de Lima¹, Marian Ximenes Fortes¹, Raquel Machado Vieira¹, Leandro Aparecido de Souza².

¹ Graduandos do Curso de Enfermagem da Universidade de Sorocaba SP

² Docente Mestre do Componente Cuidados de Enfermagem ao Paciente Crítico da Universidade de Sorocaba SP

RESUMO

Introdução: A UTI é considerada um setor de alta tensão emocional para os colaboradores, devido aos altos níveis de concentração e tempo de investimento em cuidados críticos, assertivos e individualizados, prestados à cada paciente da unidade. O estresse é oriundo do ambiente de trabalho, e os fatores estressores apesar de individuais para os colaboradores, possuem entre si incidência e correlação significativas. **Objetivo:** Identificar os fatores estressores e as causas que culminam no aumento dos níveis de estresse na equipe de enfermagem atuante na Unidade de Terapia Intensiva Adulto. **Método:** Trata-se de uma Revisão Integrativa realizada a partir de buscas nas bases de dados nacionais e internacionais: LILACS, BVS, Pubmed e Scielo. **Resultados:** Evidenciou-se os fatores causadores de estresse nas equipes, como baixa remuneração, jornadas duplas, cansaço físico, privação do sono e ausência de lazer. **Conclusão:** Como fatores estressores destacamos o não reajuste salarial, jornadas duplas, ausência de lazer causada pela intensa dedicação laboral, poluição sonora e ruídos constantes no ambiente de trabalho.

Palavras chave: Equipe de enfermagem, Saúde Emocional, Burnout, Unidade de Terapia Intensiva, Fatores Estressores.

ABSTRACT

Introduction: The ICU is considered a sector of high emotional tension for employees, due to the high levels of concentration and time spent in critical, assertive and individualized care provided to each patient in the unit. Stress comes from the work environment, and stressors, although individual for employees, have significant incidence and correlation. **Objective:** To identify the stressors and causes that lead to increased levels of stress in the nursing team working in the Adult Intensive Care Unit. **Method:** This is an integrative review carried out from searches in national and international databases: LILACS, BVS, Pubmed and Scielo. **Results:** Factors causing stress in teams were evidenced, such as low pay, double shifts, physical fatigue, sleep deprivation and lack of leisure. **Conclusion:** As stressors we highlight the lack of salary readjustment, double shifts, lack of leisure caused by intense work dedication, noise pollution and constant noise in the work environment.

Keywords: Nursing team, Emotional Health, Burnout, Intensive Care Unit, Stressors.

INTRODUÇÃO

O setor de Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é aquele destinado aos pacientes graves que precisam de monitorização contínua e atendimento da equipe multidisciplinar constante, e que obrigatoriamente possuam prognóstico clínico. Quando existe mais de uma UTI no mesmo Hospital, e mais de uma especialidade, denomina-se como Centro de Terapia Intensiva (CTI). (BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. RDC Nº 7 DE 24 DE FEVEREIRO DE 2010).

O atendimento realizado nessa unidade consiste em materiais específicos e tecnológicos para que os pacientes lá internados tenham o suporte necessário e estabilização dos sinais vitais. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

A dinâmica de trabalho exercida nas Unidades de Terapia Intensiva é diferenciada de outros setores devido ao nível de gravidade dos pacientes, sendo assim, o profissional mantém altos níveis de concentração por longos períodos, ocasionando em um desgaste físico e mental importante. (MOURA RS, SARAIVA FJC, SANTOS RM dos et al, 2019).

O ambiente hospitalar por si só já é capaz de gerar tamanho estresse nos pacientes, seus familiares e profissionais. A UTI se torna ainda mais estressante pensando em todo o acréscimo de doença, dor, procedimentos invasivos, insegurança, monitoramento contínuo, morte, rotina de trabalho intensa, risco de contágio (isolamento), exposição à radiação, acidentes de trabalho e toda a poluição sonora presente neste setor: bomba de infusão, ventiladores mecânicos, choro, monitores, telefone, gemidos. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

Desta forma, o estresse pode surgir por fatores extrínsecos ou intrínsecos e ocorre quando há uma modificação ameaçadora, lesiva ou tensa no local ocasionando um desequilíbrio no indivíduo, chamado de fator estressor. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

Este estresse pode desencadear problemas físicos, psíquicos e resultarão em expressiva queda no rendimento profissional diário. (BROCHADO, RIBAS, 2018).

Os profissionais de enfermagem devido a uma intensa atividade laboral acabam deixando sinais e sintomas despercebidos, e só notam a real situação diante de uma crise de stress. É importante ressaltar que quando o profissional adocece ou está próximo de adoecer, ele se torna incapacitado em oferecer um atendimento de qualidade, sobrecarregando a equipe como um todo. (MOURA RS, et al. 2019).

Quando o estresse resulta em consequências ao aparelho psíquico do indivíduo, denomina-se Síndrome de Burnout. Doença caracterizada pelo aumento do estresse ocupacional, causado por falta de energia. É desenvolvido um sentimento de fracasso e exaustão, dado o desgaste excessivo de energia, acometendo principalmente profissionais que trabalham em contato direto com público, em especial públicos em situações de vulnerabilidade social ou emocional. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

Os colaboradores de enfermagem se mostram disponíveis para a equipe, e cada vez se tornam mais ausente para sua família e amigos. Neste caso, tarefas prazerosas e necessárias para o restabelecimento da saúde mental são deixadas de lado e consideradas supérfluas quando colocadas em comparação à necessidade de exercer seu trabalho tão importante e significativo na vida das pessoas. (MOURA RS, et al. 2019).

Diante do exposto, pesquisar os fatores que influenciam no trabalho do dia a dia do trabalhador se faz necessário pela possibilidade de intervenções a fim de diminuí-las, deixando o trabalho mais leve e com qualidade tanto para quem cuida quanto para quem é cuidado, ou seja, cuidar de quem cuida, esta é a essência.

OBJETIVO

Identificar os fatores estressores que culminam no aumento dos níveis de estresse na equipe de enfermagem atuante na Unidade de Terapia Intensiva Adulto.

MÉTODO

Trata-se de uma Revisão Integrativa da literatura sobre os fatores estressores da equipe de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva em adultos, realizada a partir de buscas nas bases de dados nacionais e internacionais: LILACS, BVS, Pubmed e Scielo, no período de fevereiro de 2022 à maio de 2022. Os critérios de inclusão foram artigos publicados a partir de 2018, disponíveis em língua portuguesa ou inglesa e que estivessem em concordância com os descritores Equipe de enfermagem, Saúde Emocional, Burnout, Unidade de Terapia Intensiva, Fatores Estressores. Foram excluídos artigos publicados antes de 2018, disponíveis em quaisquer outros idiomas, exceto português e inglês e que não estivessem de acordo com o tema em questão. Dos 20 estudos encontrados, 15 foram selecionados para leitura na íntegra, resultando em uma amostra final de 10 estudos analisados. Foi utilizada a estratégia PICO, sendo P: equipe de enfermagem, I: fatores estressores na UTI, C: não se aplica ao tipo do estudo, e O: identificar os impactos resultantes. Com base nestas perspectivas, estabeleceu-se a pergunta norteadora: “Quais os principais fatores estressores para a equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva?”. Os

resultados foram apresentados em forma de quadro levando em consideração 5 aspectos, tais como título, autores, ano, tipo de estudo e resultados.

RESULTADOS

Com o presente estudo foi possível evidenciar os fatores estressores que acometem os profissionais de saúde, principalmente, a equipe de enfermagem.

Quadro 1. Caracterização dos estudos acerca dos fatores estressores para equipe de enfermagem. Sorocaba, 2022.

TÍTULO	AUTOR	ANO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
Conceptual model for intensive care nurse work well-being: A qualitative secondary analysis	Jarden RJ, Sandham M, Siegert RJ, Koziol-McLain J.	2019	Análise secundária qualitativa	Essa pesquisa reúne dois estudos para destacar cinco facetas para o bem-estar do enfermeiro intensivista descritas a partir de uma perspectiva teórica e ilustradas como modelo conceitual para a elaboração e redesenho do trabalho deste profissional no setor da UTI.
Os principais fatores causadores de Estresse em profissionais de enfermagem que atuam em Unidade de Terapia Intensiva	Takashi MH, Batista LS	2020	Revisão Integrativa	Foram identificados os principais fatores causadores do estresse nesses profissionais, como: baixa remuneração, múltiplos vínculos, incluindo as tarefas domésticas como jornada de trabalho, tempo de atuação, cansaço físico, privação do sono e rotinas da UTI (contato constante com dor, sofrimento, morte, ruídos dos equipamentos).
Estresse Da Equipe De Enfermagem Na UTI	Carine Brochado, João Luiz Coelho Ribas	2018	Estudo descritivo e exploratório, abordagem qualitativa. Revisão da literatura.	As causas que geram o estresse elencadas neste projeto foram: recursos limitados, relacionamento interpessoal, sofrimento e morte de pacientes e familiares, procedimentos de risco, ambiente, insatisfação com

				o trabalho e tecnologia. Esses fatores devem ser analisados e amenizados para que a equipe de enfermagem possa exercer seu trabalho com eficiência, prazer e dignidade, contribuindo, dessa forma, para a diminuição de doenças provenientes do estresse.
Níveis de estresse da enfermagem nas unidades de terapia intensiva	Reinaldo dos Santos Moura, Francisco Joilson Carvalho Saraiva, Regina Maria dos Santos, Kely Regina da Silva Lima Rocha, Vívian Mayara da Silva Barbosa, Ana Carolina do Nascimento Calles, José Edvilson Castro Brasil Junior.	2019	Estudo quantitativo, analítico e transversal.	Revela-se que, dos 72 participantes, a maioria (95%) era composta de técnicos de Enfermagem, do gênero feminino (52,8%), de adultos jovens (27,8%) e casada (54,2%). Verificou-se, além do escore de estresse moderado (70,8%), que é mais provável que um profissional que apresente essa sintomatologia possa desencadear um alto nível de estresse laboral.
Evidências científicas sobre os fatores de estresse em profissionais de enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva	Airton CL, Mariana PBS, Rayssa SSA, Reilda SL, Francisca CSA, Maria BSL, Flávia NB, Bárbara PG, Thatielly RMF, Rafael AB,	2021	Revisão integrativa	O estresse no ambiente de trabalho é um problema atual que apresenta riscos para a saúde mental. Na área da saúde está associado às situações específicas como problemas de relacionamento, ambiguidade e conflito de funções, dupla jornada de trabalho e casa, pressões exercidas pelos

	Juliana TA, Clênio OB, Márcia BSS, Jailson PS, Laiana DP, Rihama LRC, Layanne CM, Pedro ON, Adson GS, Amanda CM, Mariane RGC, Jhônata SB, Bianca DN, Jeferson MS.			superiores de acordo com a percepção do indivíduo e alterações que sofre dentro do contexto de sua atividade.
Preditores da síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva	Eduardo Motta de Vasconcelos, Milva Maria Figueiredo de Martino	2017	Estudo quantitativo, descritivo e transversal	Através do estudo foi definido que os principais fatores estressores causam: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional e podem causar
Estresse e coping entre profissionais de enfermagem de unidades de terapia intensiva e semi-intensiva	Gabriela AVS, Graziela SAS, Rodrigo MS, Rafaela A, Katia GP, Ana LSC	2017	Estudo descritivo e quantitativo	54% dos profissionais de enfermagem apresentaram baixo estresse e 46% alto estresse. Quando comparadas as categorias profissionais, verificou-se prevalência de alto estresse nos enfermeiros e baixo estresse nos técnicos de enfermagem. O controle foi a estratégia de coping mais utilizada.
A saúde emocional da equipe de enfermagem da	Jonas Rodrigo Gonçalves e Alessandra	2019	Estudo exploratório e descritivo	Os enfermeiros apresentaram nível moderado de Burnout para todas as subescalas: exaustão emocional, despersonalização e

unidade de terapia intensiva	Rodrigues da Silva			realização pessoal. O sofrimento gera desgaste físico e mental aos profissionais de saúde e está diretamente relacionado às situações estressantes do trabalho, visto que realizam cuidados complexos, repetitivos e lidam com a dor, e muitas vezes com a morte de pacientes
Alterações cognitivas em enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva	Machado DA, Figueiredo NMA, Velasques LS, Bento CAM, Machado WCA, Vianna LAM.	2017	Estudo observacional analítico de abordagem quantitativa	61% possuem estresse positivo. Depressão foi verificada em 33% e ansiedade em 99,9%. Forte correlação entre estresse e depressão.

<p>Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional</p>	<p>Miranda MEA, Abreu EFT, Carvalho ZL, Vilela RAHN, Uchoa MLP, Batista JSG</p>	<p>2020</p>	<p>Estudo transversal com base populacional</p>	<p>A prevalência da síndrome de Burnout foi de 0,41% segundo Maslach e 36,9% segundo Grunfeld. Os profissionais das unidades de atendimento pediátrico tiveram maior probabilidade de desenvolver exaustão emocional. Aqueles com idade superior a 35 anos tiveram menos propensão a desenvolver exaustão emocional. Dentre os enfermeiros, os homens foram mais propensos à diminuição da realização profissional, e a ausência da prática de atividades físicas regulares associou-se com mais exaustão emocional e menos despersonalização. Dentre os médicos, o trabalho nas unidades de terapia intensiva pediátrica e cardiológica os tornou menos propensos a perceberem menor realização pessoal, e os médicos sem pós-graduação em terapia intensiva tiveram maior chance de apresentar sentimento de falta de realização pessoal.</p>
--	---	-------------	---	---

Fonte: Elaboração Própria

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados apresentados neste estudo destacamos que Jarden (2019) defende que ser saudável engloba a saúde mental, saúde corporal e o equilíbrio. A teoria da autodeterminação diz que os empregados que têm suas necessidades básicas satisfeitas possuem uma determinação autônoma para realizar seus deveres. As características básicas para a saúde em um ambiente de trabalho seriam: acesso a nutrição (incentivar estilos de vida mais ativos e saudáveis) e hidratação, ambiente bem adaptado para as necessidades diárias,

vestuário apropriado, segurança financeira, segurança emocional, sistema de apoio acessível, e relações pessoais como amigos, parceiros e amizades. (JARDEN et al. 2019)

Afirma ainda que um ambiente autêntico e com líderes autênticos influencia as organizações através do apoio aos propósitos de encontrar um sentido no trabalho, através do otimismo e compromisso com funcionário. Além de relações confiáveis e transparentes. Resulta em indivíduos com concentração máxima, com sensação de controle, equilíbrio entre competências e desafios. (JARDEN et al. 2019)

Segundo Takashi, somado ao não reajuste salarial, e jornadas duplas, temos as definições dos fatores que contribuem para o agravamento do estresse. Esses fatores estressores são considerados os mais prejudiciais para a saúde mental e física do trabalhador. Takashi cita seus principais sintomas físicos como: aumento de sudorese, taquicardia, hipertensão, ranger os dentes, hiperatividade, aperto de mandíbula, náusea, tensão muscular, mãos e pés frios. Já sobre os aspectos psicológicos são mencionados: ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldade de relacionamento, preocupação excessiva, dificuldade de concentração, entre outros.

Na Enfermagem, são inúmeras as causas de estresse, onde inclui-se fatores ambientais, socioeconômico, cultural, organizacional e a assistência de enfermagem. A adaptação do indivíduo às situações que desencadeiam o estresse faz parte do processo de enfrentamento do mesmo e para isso, é necessário um equilíbrio entre as funções fisiológicas e psicológicas resultando na capacidade e maior produtividade para a realização das demandas. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

Destaca-se o déficit salarial da categoria, bem como os baixos salários das instituições. Essas circunstâncias exigem que os profissionais de enfermagem assumam empregos adicionais para atender às suas necessidades financeiras. Múltiplas relações de trabalho são comuns, e os profissionais são obrigados a trabalhar em turnos duplos ou triplos. (TAKASHI MH, BATISTA LS, 2020).

Em contrapartida, Moura reforça que, atualmente, os serviços privados oferecem sub salários aos seus colaboradores, causando múltiplas jornadas de trabalho, e prejudicando o exercício do serviço de excelência, além de consumir o tempo de qualidade e lazer com suas famílias. As Unidades de Terapias Intensivas são ambientes altamente tensiogênicos, logo, esses empregados diminuem suas atividades externas (prática de exercícios físicos, descanso, lazer, viagens) e se tornam cada vez mais imersos na unidade. Muitos são referências, sendo acionados em dias de descanso e férias, para resolução de problemas. (MOURA RS et al, 2019).

Bianchi relata que devido a essas situações de estresse e o convívio em um ambiente exaustivo e tenso, com o tempo, esses profissionais podem desenvolver a síndrome de Burnout, assim como outros transtornos associados. (BIANCHI R, SCHONFELD IS, LAURENT E, 2017). O termo em inglês significa “queimar-se” ou “consumir-se. Essa síndrome é caracterizada por Benevides 2010, como sintomas de irritabilidade, dores musculares, falta de apetite e esgotamento físico e mental. (BENEVIDES-PEREIRA AMT, 2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os fatores estressores da equipe de enfermagem nas unidades de Terapia Intensiva são: o não reajuste salarial, jornadas duplas, ausência de lazer causada pela intensa dedicação laboral, poluição sonora e ruídos constantes no ambiente de trabalho, temos as definições dos fatores que contribuem para o agravamento do estresse.

O estudo identificou também que os profissionais de enfermagem são predominantemente do sexo feminino; com o perfil de adultas jovens, casadas, com residências próprias, com filhos, que buscam uma graduação e com mais de um vínculo empregatício, com triplas jornadas e ainda assim, essas também assumem responsabilidades domésticas, o que torna a jornada de trabalho mais intensa, reduzindo o tempo livre e a oportunidade de lazer qualitativo.

É importante ressaltar que nos últimos anos diversas pesquisas foram realizadas acerca do estresse laboral na vida dos profissionais de enfermagem da UTI, entretanto, poucas foram as propostas de intervenções criadas para minimizar os danos causados na rotina destes colaboradores.

REFERÊNCIAS

- AIRTON C.L, et al. 2021. Evidências científicas sobre os fatores de estresse em profissionais de enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. **Research, Society and Development**. v. 10, p. 1-10. Fevereiro 2021.
- BROCHADO C.R. Estresse da equipe de enfermagem na UTI. **Revista Saúde e Desenvolvimento**. v.12, p.1/14. 2018.
- GONÇALVES J.R, SILVA A.R. A saúde emocional da equipe de enfermagem da unidade de terapia intensiva. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. v.2, p.1-12. Junho 2019.
- JARDEN R.J, et al. Conceptual model for intensive care nurse work well-being: A qualitative secondary analysis. **Nurses in Critical Care**. v., p.1-10. Novembro 2019.
- MACHADO D.A, et al. Cognitive changes in nurses working in intensive care units. **Rev Bras Enferm**. v. 71, p. 1-8. Janeiro/Fevereiro 2018.
- MIRANDA M.E., et al. Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. **Rev Bras Ter Intensiva**. v.32, p.1-10. Julho 2020.
- MOURA R.S, et al. Níveis de estresse da enfermagem nas unidades de terapia intensiva. **Revista de Enfermagem UFPE**. v., p.1-9. Março 2019.
- SILVA G.A.V, et al. 2017. Estresse e coping entre profissionais de enfermagem de unidades de terapia intensiva e semi-intensiva. **Revista de Enfermagem UFPE**. p. 1-10. Fevereiro 2017.
- TAKASHI M.H, BATISTA L.S. Os principais fatores causadores de Estresse em profissionais de enfermagem que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. **REVISA**. v.12, p.1-7. Janeiro/Março 2018.
- VASCONCELOS E.M, MARTINO M.M.F. Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. **Revista Gaúcha Enfermagem**. V. 38, p. 1-8. Julho 2017.

