REVISTA TÓPICOS
ISSN 2965-6672 | Qualis A2

O ESTRESSE DOS ENFERMEIROS QUE ATUAM NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

STRESS AMONG NURSES WORKING IN INTENSIVE CARE UNITS: A LITERATURE REVIEW

Ciências da Saúde • 28/11/2026

REGISTRO DOI: 10.70773/revistatopicos/795727021

Ana Julia Gonçalves Fiel[1]

Letycia Parreira de Oliveira[2]

RESUMO

O estresse ocupacional constitui importante problema de saúde entre profissionais de enfermagem, especialmente aqueles que desenvolvem suas atividades em Unidades de Terapia Intensiva (UTI), ambientes caracterizados pela elevada complexidade assistencial, necessidade de tomada rápida de decisões, contato frequente com situações de sofrimento e morte, sobrecarga de trabalho e responsabilidade contínua pelo cuidado de pacientes críticos. Este estudo tem como objetivo analisar, por meio de revisão integrativa da literatura, os principais fatores relacionados ao estresse ocupacional entre enfermeiros atuantes em Unidades de Terapia Intensiva, bem como suas repercussões sobre a saúde dos profissionais, a qualidade da assistência e as estratégias de prevenção e enfrentamento descritas na literatura científica. A busca bibliográfica contempla estudos disponíveis nas bases SciELO, BVS, LILACS e PubMed/MEDLINE, considerando publicações relacionadas ao estresse ocupacional, enfermagem, terapia intensiva, burnout e saúde mental. A literatura analisada evidencia que sobrecarga de trabalho, elevada demanda mental, insuficiência de recursos humanos, jornadas extensas, exposição ao sofrimento, conflitos organizacionais e menor suporte institucional constituem importantes fatores relacionados ao adoecimento ocupacional. Entre as repercussões destacam-se exaustão emocional, ansiedade, fadiga, alterações do sono, redução da qualidade de vida, burnout e intenção de deixar o trabalho. Os achados reforçam que o enfrentamento dessa problemática não deve ser direcionado exclusivamente ao profissional, sendo necessárias intervenções organizacionais relacionadas ao dimensionamento adequado de pessoal, melhoria das condições laborais, apoio psicológico, fortalecimento das relações profissionais e promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis. Conclui-se que a prevenção do estresse

ocupacional entre enfermeiros intensivistas constitui medida relevante tanto para a proteção da saúde do trabalhador quanto para a qualidade e segurança da assistência prestada aos pacientes.
Palavras-chave: Estresse Ocupacional; Enfermagem; Unidade de Terapia Intensiva; Burnout; Saúde Mental.

ABSTRACT

Occupational stress is an important health problem among nursing professionals, particularly those working in Intensive Care Units (ICUs), environments characterized by high care complexity, the need for rapid decision-making, frequent exposure to suffering and death, workload, and continuous responsibility for critically ill patients. This study aims to analyze, through an integrative literature review, the main factors associated with occupational stress among nurses working in Intensive Care Units, as well as its repercussions on professionals' health, quality of care, and prevention and coping strategies described in the scientific literature. The bibliographic search includes studies available in SciELO, BVS, LILACS, and PubMed/MEDLINE databases, considering publications addressing occupational stress, nursing, intensive care, burnout, and mental health. The analyzed literature indicates that workload, high mental demands, insufficient staffing, long working hours, exposure to suffering, organizational conflicts, and limited institutional support are important factors associated with occupational illness. Reported consequences include emotional exhaustion, anxiety, fatigue, sleep disturbances, reduced quality of life, burnout, and intention to leave the job. The findings reinforce that coping with this problem should not be directed exclusively toward individual professionals, requiring organizational interventions related to adequate staffing, improved working conditions, psychological support, stronger professional relationships, and the promotion of healthier work environments. It

is concluded that preventing occupational stress among intensive care nurses is relevant both to protecting workers' health and to improving the quality and safety of patient care.
Keywords: Occupational Stress; Nursing; Intensive Care Unit; Burnout; Mental Health.

1. INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional tem se tornado um tema cada vez mais discutido no contexto da saúde, sendo reconhecido como um importante fator que impacta diretamente o bem-estar físico e mental dos trabalhadores. O trabalho ocupa papel central na vida das pessoas, constituindo-se não apenas como fonte de subsistência, mas também como elemento fundamental para a construção da identidade profissional e social. Entretanto, quando realizado em condições inadequadas ou sob elevadas demandas físicas e emocionais, pode tornar-se um importante fator de adoecimento. Nesse contexto, o estresse ocupacional tem sido amplamente discutido na literatura científica como um dos principais problemas relacionados à saúde do trabalhador, especialmente entre profissionais da área da saúde, que frequentemente atuam em ambientes caracterizados por elevada complexidade, pressão constante e grande responsabilidade assistencial (WHO, 2022).

O estresse ocupacional pode ser definido como um conjunto de respostas físicas, emocionais e comportamentais desencadeadas quando as exigências do trabalho excedem a capacidade de adaptação do indivíduo. Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT), os riscos psicossociais relacionados ao ambiente laboral têm se tornado uma das principais causas de afastamentos e

redução da produtividade em diversos setores, destacando-se entre os profissionais da saúde devido à natureza das atividades desenvolvidas e à exposição contínua a situações potencialmente desgastantes (Ilo, 2022).

Entre os profissionais da saúde, a enfermagem ocupa posição de destaque quanto à suscetibilidade ao estresse ocupacional. Isso ocorre porque os enfermeiros desempenham papel fundamental na assistência direta aos pacientes, permanecendo continuamente envolvidos em atividades que exigem elevada responsabilidade técnica, tomada de decisões rápidas, gerenciamento de equipes e suporte emocional aos pacientes e familiares. Além disso, esses profissionais frequentemente enfrentam jornadas prolongadas, déficit de recursos humanos, sobrecarga de trabalho e condições inadequadas de infraestrutura, fatores reconhecidos como importantes desencadeadores do estresse ocupacional (Lopes *et al.*, 2021; Labrague, 2021).

Dentre os diversos cenários de atuação da enfermagem, a Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é considerada um dos ambientes mais desafiadores e complexos do sistema hospitalar. Nesse setor, são assistidos pacientes em estado crítico que necessitam de monitoramento contínuo, intervenções imediatas e utilização de tecnologias avançadas para manutenção da vida. Consequentemente, os profissionais que atuam nesse ambiente encontram-se expostos a elevados níveis de tensão decorrentes da necessidade constante de vigilância, rapidez na tomada de decisões e responsabilidade pela segurança dos pacientes (Assis *et al.*, 2025).

Além das exigências técnicas inerentes ao cuidado intensivo, os enfermeiros intensivistas convivem diariamente com situações de

sofrimento, dor, agravamento clínico e morte. Essa exposição contínua pode provocar desgaste emocional significativo, favorecendo o surgimento de sintomas como ansiedade, exaustão física, alterações do sono, irritabilidade e sofrimento psicológico. Estudos recentes apontam que a convivência frequente com situações críticas, associada à elevada carga de trabalho e ao sofrimento moral, constitui um dos principais fatores associados ao desenvolvimento do estresse ocupacional e da síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem intensivista (Vilela *et al.*, 2021; Alvares *et al.*, 2020).

A pandemia da COVID-19 intensificou ainda mais essa problemática, evidenciando a vulnerabilidade dos profissionais de enfermagem diante de cenários de crise sanitária. Diversos estudos publicados nos últimos anos demonstraram aumento expressivo dos níveis de estresse, ansiedade, depressão e esgotamento profissional entre enfermeiros atuantes em unidades críticas, reforçando a necessidade de investigação contínua sobre os fatores relacionados à saúde mental desses trabalhadores (Assis *et al.*, 2025; Castro *et al.*, 2020).

As repercussões do estresse ocupacional ultrapassam os limites da saúde individual dos profissionais, refletindo diretamente na qualidade da assistência prestada aos pacientes. Evidências científicas apontam que trabalhadores submetidos a elevados níveis de estresse apresentam maior propensão a erros assistenciais, redução da capacidade de concentração, dificuldades na comunicação interpessoal, aumento do absenteísmo e menor satisfação profissional, comprometendo indicadores de qualidade e segurança do paciente (Santos *et al.*, 2021).

Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender os fatores associados ao estresse ocupacional entre enfermeiros atuantes em Unidades de Terapia Intensiva, bem como seus impactos sobre a saúde dos profissionais e sobre a assistência prestada. O aprofundamento dessa temática pode subsidiar o desenvolvimento de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, à valorização profissional e à melhoria das condições de trabalho da equipe de enfermagem.

Assim, o presente estudo propõe realizar uma revisão integrativa da literatura científica com o objetivo de analisar os principais fatores desencadeantes do estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em UTIs, identificando suas consequências e as estratégias de enfrentamento descritas na produção científica contemporânea.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Estresse Ocupacional na Área da Saúde

O estresse ocupacional é considerado um dos principais problemas relacionados à saúde do trabalhador no contexto contemporâneo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), os riscos psicossociais presentes no ambiente laboral representam importante fator de adoecimento físico e mental, afetando significativamente a qualidade de vida dos profissionais e o desempenho organizacional. O estresse ocorre quando as exigências do trabalho ultrapassam a capacidade do indivíduo de lidar adequadamente com as demandas impostas pelo ambiente profissional.

O modelo Demanda-Controle, proposto por Karasek (1979), constitui uma das principais bases teóricas para compreensão do estresse

ocupacional. Segundo esse modelo, o adoecimento tende a ocorrer quando elevadas exigências psicológicas são associadas a baixa autonomia na tomada de decisões. No setor da saúde, essa situação é frequentemente observada em decorrência da alta carga de trabalho, da necessidade de respostas rápidas e da responsabilidade constante relacionada à vida dos pacientes.

Os profissionais da saúde convivem diariamente com fatores potencialmente estressores, incluindo jornadas prolongadas, insuficiência de recursos materiais e humanos, pressão por resultados, sobrecarga assistencial e contato frequente com o sofrimento humano. Esses fatores tornam o ambiente hospitalar especialmente suscetível ao desenvolvimento de transtornos relacionados ao estresse (Castro *et al.*, 2020).

Após a pandemia da COVID-19, diversos estudos passaram a evidenciar o agravamento dos problemas relacionados à saúde mental dos trabalhadores da saúde. Assis *et al.* (2025), ao investigarem enfermeiros atuantes em unidades críticas, identificaram associação significativa entre elevados níveis de estresse, fadiga ocupacional e alterações fisiológicas relacionadas ao cortisol salivar. Os autores destacam que a exposição prolongada a situações de elevada tensão pode comprometer tanto a saúde dos profissionais quanto a qualidade da assistência prestada.

Além dos prejuízos individuais, o estresse ocupacional representa importante desafio para as instituições de saúde, uma vez que está relacionado ao aumento do absenteísmo, da rotatividade profissional, da insatisfação no trabalho e dos custos organizacionais. Dessa forma, a compreensão dos fatores envolvidos no desenvolvimento do estresse torna-se fundamental para a

implementação de estratégias voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores.

2.2. A Enfermagem Como Grupo Vulnerável Ao Estresse Ocupacional

A enfermagem é reconhecida como uma das categorias profissionais mais vulneráveis ao desenvolvimento do estresse ocupacional. Essa vulnerabilidade está relacionada às características específicas do processo de trabalho da profissão, que envolve assistência contínua aos pacientes, responsabilidade técnica, gerenciamento de equipes e suporte emocional aos familiares.

Segundo Lopes *et al.* (2021), os enfermeiros frequentemente enfrentam condições laborais caracterizadas por sobrecarga de atividades, déficit de profissionais, múltiplas responsabilidades e exigências emocionais constantes. Esses fatores contribuem para o desgaste físico e psicológico, aumentando o risco de adoecimento ocupacional.

Além das demandas inerentes ao exercício profissional, muitos enfermeiros mantêm mais de um vínculo empregatício, situação frequentemente motivada pela necessidade de complementação da renda. Consequentemente, jornadas extensas e períodos insuficientes de descanso tornam-se realidade comum na categoria, favorecendo o surgimento de fadiga, alterações do sono e redução da qualidade de vida.

Labrague (2021) destaca que a exposição contínua a fatores estressores pode comprometer significativamente o bem-estar psicológico dos enfermeiros, favorecendo o desenvolvimento de ansiedade, depressão e síndrome de burnout. O autor ressalta ainda

que ambientes organizacionais desfavoráveis e a ausência de suporte institucional agravam a vulnerabilidade desses profissionais.

Outro aspecto frequentemente relatado na literatura refere-se à baixa valorização profissional. Embora a enfermagem desempenhe papel essencial no funcionamento dos serviços de saúde, muitos profissionais relatam sentimentos de reconhecimento insuficiente, o que pode contribuir para o surgimento de insatisfação e sofrimento emocional (Santos *et al.*, 2021). A enfermagem configura-se como uma categoria profissional exposta simultaneamente a fatores físicos, emocionais e organizacionais capazes de desencadear importantes repercussões sobre a saúde mental e a qualidade do trabalho desenvolvido.

2.3. Unidade de Terapia Intensiva: Características e Desafios

A Unidade de Terapia Intensiva (UTI) constitui um setor hospitalar especializado no atendimento de pacientes em estado crítico ou potencialmente grave, que necessitam de monitoramento contínuo e intervenções terapêuticas complexas. Trata-se de um ambiente altamente tecnológico, onde a assistência é realizada de forma ininterrupta por equipes multiprofissionais especializadas.

O enfermeiro desempenha papel central na organização e execução do cuidado intensivo, sendo responsável pelo planejamento da assistência, supervisão da equipe de enfermagem, monitorização clínica e tomada de decisões diante de situações emergenciais. Essa elevada responsabilidade contribui para tornar a atuação na UTI particularmente desafiadora (Vilela *et al.*, 2021).

Além da complexidade assistencial, o ambiente físico da UTI apresenta características que favorecem o desgaste ocupacional. A

presença constante de alarmes sonoros, iluminação artificial, ritmo acelerado de trabalho e necessidade permanente de vigilância mantêm os profissionais em estado contínuo de alerta. Segundo Assis *et al.* (2025), a exposição prolongada a esse ambiente pode desencadear importantes alterações físicas e emocionais.

Outro aspecto relevante refere-se à imprevisibilidade das situações clínicas observadas na terapia intensiva. Alterações súbitas no estado dos pacientes podem exigir intervenções imediatas, aumentando a pressão sobre os profissionais e elevando os níveis de tensão durante a jornada de trabalho. A combinação entre alta complexidade assistencial, responsabilidade profissional e exposição contínua a situações críticas torna a UTI um dos ambientes mais propícios ao desenvolvimento do estresse ocupacional na enfermagem.

2.4. Principais Fatores Desencadeantes do Estresse Ocupacional na UTI

Diversos fatores contribuem para o desenvolvimento do estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva. Entre eles, destaca-se a sobrecarga de trabalho, frequentemente associada ao dimensionamento inadequado de pessoal e à elevada demanda assistencial.

Segundo Alvares *et al.* (2020), a insuficiência de recursos humanos aumenta significativamente a carga física e mental dos profissionais, favorecendo o surgimento de exaustão emocional e burnout. Além disso, a necessidade de realizar múltiplas tarefas simultaneamente intensifica a pressão laboral. Outro fator importante é o sofrimento moral, definido como a incapacidade de agir de acordo com aquilo que o profissional considera eticamente correto devido a limitações

institucionais ou organizacionais. Vilela *et al.* (2021) identificaram que enfermeiros intensivistas frequentemente enfrentam conflitos éticos relacionados ao prolongamento de tratamentos, limitação terapêutica e escassez de recursos, situações que contribuem para o desgaste emocional. O contato constante com pacientes gravemente enfermos e com a morte também representa importante fator estressor. A convivência diária com situações de sofrimento humano exige elevado controle emocional e pode gerar sentimentos de impotência, tristeza e frustração.

Além disso, conflitos interpessoais, falhas de comunicação, pressão por resultados e exigências administrativas contribuem para a intensificação do estresse ocupacional. Assis *et al.* (2025) destacam que a combinação desses fatores favorece o surgimento de fadiga física e emocional, comprometendo o bem-estar dos profissionais.

Estudos contemporâneos reforçam que a carga de trabalho constitui elemento central na compreensão do desgaste psicológico dos enfermeiros intensivistas. A elevada demanda mental exige atenção contínua, processamento simultâneo de diferentes informações clínicas e capacidade de responder rapidamente às alterações apresentadas pelo paciente crítico. Em estudo envolvendo 156 enfermeiros de terapia intensiva, observou-se relação significativa entre carga mental de trabalho e dimensões relacionadas ao burnout, demonstrando que as exigências cognitivas inerentes à assistência intensiva podem contribuir para o desenvolvimento do esgotamento profissional (Gündüz; Öztürk, 2025).

Além da quantidade de atividades executadas, características relacionadas ao ambiente organizacional também devem ser

consideradas. Evidências recentes demonstram que a ocorrência de burnout e a intenção de deixar o emprego entre enfermeiros intensivistas apresentam relação com elementos referentes à carga de trabalho e às condições do ambiente profissional. Esses resultados evidenciam que o estresse ocupacional não deve ser interpretado exclusivamente como consequência da capacidade individual de enfrentamento, pois aspectos estruturais e organizacionais exercem influência relevante sobre o bem-estar e a permanência dos profissionais nos serviços de terapia intensiva (Bruyneel *et al.*, 2025).

No contexto brasileiro, o estresse percebido pela equipe de enfermagem também tem sido relacionado a diferentes dimensões do processo de trabalho. Pesquisa realizada com profissionais de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva de hospital público identificou níveis elevados de estresse em aspectos relacionados à autonomia e controle, papéis e ambiente de trabalho, relacionamento com a chefia e crescimento e valorização profissional. Esses resultados demonstram que fatores organizacionais e relacionais se somam às exigências assistenciais características da UTI, indicando a necessidade de intervenções institucionais direcionadas à qualidade de vida e à saúde mental dos trabalhadores (Carvalho; Higashi; Luz, 2024).

2.5. Impactos do Estresse Ocupacional Sobre a Saúde dos Enfermeiros

O Estresse Ocupacional Pode Provocar Repercussões Significativas Sobre A Saúde Física E Mental Dos Profissionais De Enfermagem. Entre As Manifestações Físicas Mais Frequentes Destacam-Se Fadiga

Crônica, Cefaleias, Alterações Gastrointestinais, Dores Musculoesqueléticas, Distúrbios Do Sono E Redução Da Imunidade.

No Âmbito Psicológico, São Frequentemente Observados Sintomas De Ansiedade, Irritabilidade, Dificuldade De Concentração, Desmotivação E Sofrimento Emocional. Quando Persistem Por Períodos Prolongados, Esses Sintomas Podem Evoluir Para Quadros Mais Graves, Incluindo Transtornos Depressivos E Síndrome De Burnout (Castro *et al.*, 2020).

A Síndrome De Burnout, Reconhecida Pela Organização Mundial Da Saúde Como Fenômeno Ocupacional, Caracteriza-Se Pela Presença De Exaustão Emocional, Despersonalização E Redução Da Realização Profissional. Estudos Demonstram Elevada Prevalência Dessa Condição Entre Enfermeiros Atuantes Em Unidades Críticas (Alvares *et al.*, 2020). Além Dos Impactos Individuais, O Adoecimento Dos Profissionais Pode Resultar Em Afastamentos Frequentes, Aumento Da Rotatividade E Redução Da Permanência Na Profissão, Gerando Prejuízos Tanto Para Os Trabalhadores Quanto Para As Instituições De Saúde.

A relação entre estresse e burnout permanece relevante mesmo em pesquisas recentes envolvendo especificamente trabalhadores de enfermagem de terapia intensiva. Wudarczyk *et al.* (2025), ao avaliarem profissionais de enfermagem de UTI, identificaram que 43,26% dos participantes apresentavam alto nível de estresse percebido e 36,88% apresentavam nível moderado. Os autores verificaram ainda relação entre burnout, estresse, estratégias de enfrentamento e satisfação com a vida, demonstrando o caráter multifatorial do esgotamento profissional e reforçando a necessidade de medidas preventivas que considerem

simultaneamente características individuais e condições organizacionais (Wudarczyk *et al.*, 2025).

A repercussão do burnout ultrapassa o sofrimento psicológico isolado, podendo interferir na qualidade de vida e na permanência do profissional no trabalho. Estudos recentes desenvolvidos com enfermeiros intensivistas têm investigado a associação entre burnout, qualidade de vida e intenção de deixar o emprego, reforçando a importância de reconhecer precocemente fatores de risco e implementar medidas institucionais capazes de proporcionar melhores condições de trabalho, suporte profissional e proteção à saúde mental (Villagracia *et al.*, 2025; Bruyneel *et al.*, 2025).

2.6. Repercussões na Qualidade da Assistência e Segurança do Paciente

O estresse ocupacional não afeta exclusivamente a saúde dos profissionais, mas também influencia diretamente a qualidade da assistência prestada aos pacientes. Trabalhadores submetidos a elevados níveis de estresse apresentam maior probabilidade de cometer erros assistenciais, especialmente em ambientes caracterizados por alta complexidade e necessidade constante de tomada de decisões. Segundo Santos *et al.* (2021), a exaustão física e emocional pode comprometer a atenção, a memória e o raciocínio clínico dos profissionais, aumentando o risco de eventos adversos relacionados à assistência. Entre esses eventos destacam-se erros de medicação, falhas na comunicação da equipe e atrasos na identificação de alterações clínicas.

Lopes *et al.* (2021) ressaltam que ambientes de trabalho marcados por estresse elevado também apresentam maior incidência de

conflitos interpessoais, comprometendo a cooperação entre os membros da equipe multiprofissional. Consequentemente, a qualidade do cuidado oferecido aos pacientes pode ser negativamente afetada. Nesse sentido, a promoção da saúde mental dos profissionais deve ser compreendida como estratégia essencial para fortalecimento da segurança do paciente e melhoria dos indicadores assistenciais.

2.7. Estratégias de Prevenção e Enfrentamento do Estresse Ocupacional

A prevenção do estresse ocupacional requer ações integradas que envolvam profissionais, gestores e instituições de saúde. Entre as principais estratégias destacam-se o adequado dimensionamento de pessoal, melhoria das condições de trabalho, fortalecimento da comunicação institucional e promoção de ambientes organizacionais saudáveis.

A Organização Mundial da Saúde (2022) recomenda que os serviços de saúde implementem programas voltados à promoção da saúde mental dos trabalhadores, incluindo apoio psicológico, capacitações, ações educativas e monitoramento contínuo dos fatores de risco psicossocial.

Labrague (2021) destaca que o suporte institucional constitui um dos principais fatores protetores contra o desenvolvimento do estresse ocupacional. Ambientes que favorecem o diálogo, a valorização profissional e a participação dos trabalhadores nos processos decisórios tendem a apresentar menores índices de adoecimento psicológico.

Além das intervenções organizacionais, estratégias individuais também desempenham papel relevante. A prática regular de atividade física, o fortalecimento das redes de apoio social, a adoção de hábitos saudáveis e a busca por equilíbrio entre vida profissional e pessoal têm sido apontados como importantes mecanismos de enfrentamento. Portanto, a implementação de estratégias preventivas e de promoção da saúde mental mostra-se fundamental para reduzir os impactos do estresse ocupacional, contribuindo para a qualidade de vida dos enfermeiros e para a excelência da assistência prestada nas Unidades de Terapia Intensiva.

3. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvida com a finalidade de reunir, analisar e sintetizar evidências científicas relacionadas ao estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). A revisão integrativa possibilita a análise de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, contribuindo para a compreensão ampliada do conhecimento produzido sobre determinado fenômeno e para a identificação de aspectos relevantes para a prática profissional (Whittemore; Knafl, 2005).

A elaboração da revisão foi organizada em etapas, contemplando a definição do tema e da questão norteadora, estabelecimento dos critérios de elegibilidade, definição das estratégias de busca, identificação das publicações, avaliação dos estudos selecionados, extração e organização das informações relevantes, interpretação dos achados e apresentação da síntese do conhecimento produzido.

A questão norteadora foi estruturada considerando a população de interesse e o fenômeno investigado, buscando responder à seguinte pergunta: quais são os principais fatores associados ao estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva e quais suas repercussões para a saúde dos profissionais e para a assistência prestada?

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). De maneira complementar, o Google Acadêmico foi utilizado para identificação de publicações potencialmente relevantes e verificação de estudos relacionados à temática.

Para a estratégia de busca foram empregados descritores relacionados ao objeto da investigação, consultados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH), incluindo os termos: “Estresse Ocupacional” (Occupational Stress), “Enfermagem” (Nursing), “Enfermeiros” (Nurses), “Unidade de Terapia Intensiva” (Intensive Care Units), “Burnout” e “Saúde Mental” (Mental Health). Os descritores foram combinados de diferentes formas por meio dos operadores booleanos AND e OR, visando ampliar a identificação de estudos relacionados ao tema.

Foram considerados elegíveis artigos científicos publicados em português, inglês ou espanhol, disponíveis na íntegra e que apresentassem relação direta com o estresse ocupacional, burnout, saúde mental, carga de trabalho, qualidade de vida ou estratégias de enfrentamento entre profissionais de enfermagem, priorizando

estudos direcionados aos enfermeiros atuantes em unidades de terapia intensiva e ambientes críticos. Foram priorizadas publicações recentes, sem excluir trabalhos clássicos considerados relevantes para a fundamentação conceitual e metodológica do estudo.

Foram excluídos trabalhos duplicados, editoriais, cartas ao editor, resumos simples publicados em anais de eventos, estudos que não apresentavam relação direta com a questão norteadora e publicações cujo conteúdo não possibilitava identificar informações relevantes sobre estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem. Estudos direcionados exclusivamente a outras categorias profissionais e sem apresentação de resultados específicos ou aplicáveis à enfermagem também foram excluídos.

Após a realização das buscas, os estudos identificados foram inicialmente avaliados por meio da leitura dos títulos e resumos. Posteriormente, as publicações potencialmente elegíveis foram submetidas à leitura do texto completo, verificando-se sua adequação aos critérios estabelecidos e aos objetivos da revisão. Os estudos que atenderam aos critérios de elegibilidade foram incluídos na síntese final.

Para organização e análise das informações, foram considerados dados referentes à autoria, ano de publicação, características metodológicas, população estudada, objetivo e principais resultados. Essas informações foram organizadas em quadro sinóptico apresentado na seção de Resultados e Discussão, possibilitando a comparação entre as evidências encontradas nos diferentes estudos.

A análise ocorreu de maneira descritiva e interpretativa, buscando identificar convergências e divergências entre os estudos e

organizar os principais achados em eixos relacionados aos fatores desencadeantes do estresse ocupacional, repercussões sobre a saúde física e mental, burnout, condições e carga de trabalho, qualidade da assistência e estratégias de prevenção e enfrentamento.

Por se tratar de uma revisão de literatura baseada exclusivamente em informações provenientes de estudos previamente publicados e disponíveis em bases científicas, não houve abordagem direta de seres humanos nem coleta de dados primários. Dessa forma, foram respeitados os princípios de integridade científica, com identificação e referência das fontes utilizadas durante a elaboração do estudo.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da literatura demonstra que o estresse ocupacional entre enfermeiros atuantes em Unidades de Terapia Intensiva apresenta natureza multifatorial, envolvendo aspectos relacionados à organização do trabalho, às características próprias da assistência ao paciente crítico e às condições individuais e psicossociais dos trabalhadores. Os estudos analisados convergem ao apontar que elevada carga de trabalho, demanda mental, contato contínuo com situações críticas, insuficiência de recursos humanos, dificuldades nas relações profissionais e limitações do suporte organizacional constituem fatores capazes de aumentar o desgaste físico e emocional dos profissionais.

Para facilitar a compreensão das evidências identificadas, o Quadro 1 apresenta uma síntese de estudos relacionados ao estresse, burnout, carga de trabalho, qualidade de vida e estratégias de

enfrentamento entre profissionais de enfermagem, com ênfase naqueles atuantes em unidades de terapia intensiva.

Quadro 1. Síntese dos estudos relacionados ao estresse ocupacional e burnout em profissionais de enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva

Autor/ano	Tipo/amostra	Objetivo	Principais resultados
Carvalho, Higashi e Luz (2024)	Estudo observacional quantitativo com equipe de enfermagem de UTI de hospital público	Mapear a percepção do estresse da equipe de enfermagem na UTI	Foram encontrados níveis elevados de estresse em dimensões como autonomia e controle, papéis e ambiente de trabalho, relacionamento com chefia e crescimento/valorização, indicando necessidade de estratégias voltadas à qualidade de vida ocupacional.
Gündüz e Öztürk (2025)	Estudo descritivo-correlacional com 156 enfermeiros de UTI	Determinar a relação entre carga mental de trabalho e níveis de burnout	Evidenciou relação entre a carga mental de trabalho e o burnout, reforçando a importância das demandas cognitivas no desenvolvimento do esgotamento entre enfermeiros intensivistas.
Bruyneel *et al.* (2025)	Estudo transversal com enfermeiros de UTI e avaliação objetiva da	Analisar burnout e intenção de deixar o trabalho e suas relações com	O estudo identificou relações entre condições do ambiente de trabalho, carga assistencial, risco de burnout e intenção de

	carga de trabalho	carga e ambiente laboral	deixar o emprego, destacando a importância dos fatores organizacionais.
Wudarczyk *et al.* (2025)	Estudo quantitativo com 282 profissionais de enfermagem	Avaliar fatores relacionados ao burnout em trabalhadores de enfermagem de UTI	43,26% apresentaram alto estresse percebido e 36,88% estresse moderado. Burnout mostrou-se relacionado ao estresse, estratégias de enfrentamento e satisfação com a vida.
Villagracia *et al.* (2025)	Estudo multicêntrico transversal com enfermeiros de UTI	Examinar a relação entre burnout e qualidade de vida percebida	Os achados reforçaram a relação entre esgotamento profissional e diferentes dimensões da qualidade de vida dos enfermeiros intensivistas.
Mathew *et al.* (2025)	Estudo observacional de métodos mistos em UTI	Investigar o estresse dos enfermeiros e sua relação com aspectos da segurança do paciente	Evidenciou que enfermeiros de ambientes intensivos estão submetidos a elevado estresse e burnout, condições relevantes para a qualidade e a segurança da assistência.
Alharbi e McKenna (2025)	Revisão sistemática	Avaliar intervenções baseadas em mindfulness para redução do burnout em enfermeiros de UTI	A revisão reuniu evidências internacionais sobre intervenções voltadas à redução do burnout, demonstrando a importância de estratégias estruturadas de

			promoção do bem-estar psicológico.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026), com base nos estudos selecionados.

A síntese apresentada demonstra inicialmente que a sobrecarga não deve ser compreendida apenas em sua dimensão física. A assistência intensiva exige constante atenção, raciocínio clínico e tomada de decisões, fazendo com que a carga mental represente componente importante do processo de adoecimento. A associação encontrada entre demanda mental e burnout reforça que o trabalho intensivo exige recursos cognitivos e emocionais contínuos, especialmente diante da instabilidade clínica característica dos pacientes internados nesses setores (Gündüz; Öztürk, 2025).

Os resultados encontrados por Carvalho, Higashi e Luz (2024) complementam essa perspectiva ao evidenciarem que o estresse da equipe de enfermagem também está relacionado a aspectos organizacionais. As dimensões envolvendo autonomia e controle, papéis e ambiente laboral, relação com a chefia e crescimento e valorização apresentaram níveis elevados de estresse percebido. Dessa forma, a prevenção do adoecimento ocupacional requer medidas que ultrapassem estratégias individuais e alcancem a organização e gestão do trabalho.

Outro aspecto relevante corresponde à associação entre estresse e burnout. Wudarczyk *et al.* (2025) verificaram que 43,26% dos profissionais avaliados apresentavam nível elevado de estresse percebido. Os resultados indicaram ainda que o burnout constitui fenômeno relacionado não apenas à exposição aos fatores estressores, mas também às estratégias utilizadas pelos

trabalhadores para enfrentá-los e à satisfação com a vida. Assim, intervenções de promoção da saúde mental devem considerar o trabalhador em suas diferentes dimensões, sem desconsiderar as características do ambiente institucional.

Os fatores organizacionais tornam-se particularmente relevantes quando se considera a permanência dos enfermeiros nas instituições. A associação entre burnout, carga objetiva de trabalho, ambiente laboral e intenção de deixar o emprego demonstra que condições desfavoráveis podem produzir consequências tanto para o profissional quanto para os serviços de saúde. A saída de profissionais experientes pode ampliar a deficiência de recursos humanos, aumentar a sobrecarga daqueles que permanecem e contribuir para a manutenção de um ciclo de desgaste ocupacional (Bruyneel *et al.*, 2025).

Além das repercussões relacionadas ao trabalhador, o estresse dos profissionais intensivistas deve ser analisado em conjunto com a qualidade da assistência. A manutenção constante de atenção e vigilância é fundamental no cuidado de pacientes críticos, e condições de elevado estresse e esgotamento podem interferir em aspectos relacionados ao desempenho e à segurança assistencial. Portanto, promover condições adequadas de trabalho e proteger a saúde mental dos enfermeiros também representa estratégia relevante para a segurança dos pacientes atendidos em terapia intensiva (Mathew *et al.*, 2025).

Quanto às estratégias de enfrentamento, os achados indicam a necessidade de combinar medidas individuais e organizacionais. Programas de apoio psicológico, fortalecimento das redes de apoio, estratégias de desenvolvimento da resiliência, práticas voltadas ao

manejo do estresse e intervenções de promoção do bem-estar podem contribuir para reduzir o impacto dos estressores. Entretanto, essas ações devem ser acompanhadas por medidas estruturais, como dimensionamento adequado de pessoal, melhoria das condições laborais, valorização profissional, comunicação efetiva e fortalecimento do suporte institucional (Wudarczyk *et al.*, 2025; Alharbi; McKenna, 2025).

Diante dos estudos analisados, observa-se que o estresse ocupacional entre enfermeiros intensivistas não resulta de um único fator, mas da interação entre elevada demanda assistencial, exigências cognitivas e emocionais, características organizacionais e recursos disponíveis para enfrentamento. Essa compreensão reforça a necessidade de intervenções multidimensionais e permanentes direcionadas à prevenção do adoecimento e à promoção de ambientes de trabalho capazes de conciliar qualidade assistencial, segurança do paciente e proteção à saúde dos trabalhadores.

5. CONCLUSÃO

A análise da literatura permite concluir que o estresse ocupacional constitui importante problema entre enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva, estando relacionado às particularidades de um ambiente caracterizado pela elevada complexidade assistencial, necessidade de vigilância contínua, tomada rápida de decisões e contato frequente com situações de sofrimento, instabilidade clínica e morte. Somam-se a essas características fatores organizacionais, como sobrecarga de trabalho, dimensionamento inadequado de pessoal, jornadas extensas, elevada demanda mental, conflitos profissionais e insuficiência de suporte institucional.

As evidências analisadas demonstram que a exposição prolongada a esses fatores pode ocasionar repercussões físicas e psicológicas importantes, incluindo fadiga, alterações do sono, ansiedade, exaustão emocional, redução da qualidade de vida e síndrome de burnout. Além disso, o adoecimento ocupacional pode repercutir na satisfação profissional, na intenção de permanência no emprego e em aspectos relacionados à qualidade e à segurança da assistência oferecida ao paciente crítico.

Nesse contexto, o enfrentamento do estresse ocupacional não deve ser atribuído exclusivamente à capacidade individual do enfermeiro de adaptar-se às exigências profissionais. Embora estratégias individuais de enfrentamento e promoção do bem-estar sejam importantes, os resultados evidenciam a necessidade de ações institucionais que proporcionem adequado dimensionamento de pessoal, melhores condições de trabalho, valorização profissional, fortalecimento da comunicação, apoio psicológico e participação dos trabalhadores nas decisões relacionadas ao processo laboral.

Conclui-se, portanto, que proteger a saúde mental dos enfermeiros intensivistas representa medida indispensável para a manutenção de uma assistência segura e de qualidade. A implementação de estratégias preventivas contínuas e a construção de ambientes organizacionais mais saudáveis podem contribuir para reduzir o estresse e o burnout, melhorar a qualidade de vida dos profissionais e fortalecer a assistência prestada nas Unidades de Terapia Intensiva.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALHARBI, B. A. A.; MCKENNA, **N.** A systematic review of mindfulness-based interventions to reduce ICU nurse burnout: global evidence

and thematic synthesis. **BMC Nursing,** v. 24, art. 927, 2025.

ALVARES, M. E. M.; THOMAZ, E. B. A. F.; LAMY, Z. C.; NINA, R. V. A. H.; PEREIRA, M. U. L.; GARCIA, J. B. S. Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva,** São Paulo, v. 32, n. 2, p. 251-260, 2020.

ASSIS, D. C.; RESENDE, D. V.; SABINO-SILVA, R.; MARZIALE, M. H. P. Stress and fatigue in nurses in critical care units and their association with salivary cortisol. **Revista Brasileira de Enfermagem,** Brasília, v. 78, n. 2, e20240282, 2025.

BRUYNEEL, A.; DAUVERGNE, J. E.; BOUCKAERT, N.; CAILLET, A.; SERMEUS, W.; POIROUX, L.; VAN DEN HEEDE, K. Association of burnout and intention-to-leave the job with objective nursing workload and nursing working environment: a cross-sectional study among intensive care nurses. **Journal of Clinical Nursing,** v. 34, n. 10, p. 4281-4292, 2025.

CARVALHO, E. L.; HIGASHI, P.; LUZ, L. D. P. Enfermagem na saúde mental: mapeamento dos níveis de estresse em equipe de enfermagem de unidade de terapia intensiva em hospital público. **Revista Pleiade,** v. 18, n. 45, 2024.

CASTRO, C. S. A. A.; TIMENETSKY, K. T.; KATZ, M.; CORRÊA, T. D.; FELÍCIO, A. C.; MORIYAMA, T.; KERNKRAUT, A. M.; FERRAZ, L. J. R.; SERPA NETO, A. Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva,** São Paulo, v. 32, n. 3, p. 381-390, 2020.

GÜNDÜZ, E. S.; ÖZTÜRK, N. K. Mental workload as a predictor of burnout in intensive care nurses. **Nursing in Critical Care,** v. 30, n. 2, e13173, 2025.

KARASEK, R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: implications for job redesign. **Administrative Science Quarterly,** v. 24, n. 2, p. 285-308, 1979.

LABRAGUE, L. J. Psychological resilience, coping behaviours and social support among health care workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review of quantitative studies. **Journal of Nursing Management,** v. 29, n. 7, p. 1893-1905, 2021.

LOPES, R. P.; OLIVEIRA, R. M.; GOMES, M. S. B.; SANTIAGO, J. C. S.; SILVA, R. C. R.; SOUZA, F. L. Professional practice environment and nursing work stress in neonatal units. **Revista da Escola de Enfermagem da USP,** São Paulo, v. 55, e20200539, 2021.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. **World Psychiatry,** v. 15, n. 2, p. 103-111, 2016.

MATHEW, M.; JOHN, A.; RAMACHANDRAN, R. V. Nurse stress and patient safety in the ICU: physician-led observational mixed-methods study. **BMJ Open Quality,** v. 14, n. 2, e003109, 2025.

MONTGOMERY, A.; PANAGOPOULOU, E.; ESMAIL, A.; RICHARDS, T.; MASLACH, C. Burnout in healthcare: the case for organisational change. **BMJ,** London, v. 366, l4774, 2019.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **World Employment and Social Outlook: Trends 2022.** Geneva:

International Labour Organization, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health at work.** Geneva: World Health Organization, 2022.

SANTOS, E. L.; SILVA, C. E. P.; OLIVEIRA, J. M.; BARROS, V. F.; ROMÃO, C. M. S. B.; SANTOS, J. J. *et al.* Satisfação profissional do enfermeiro no ambiente da Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Baiana de Enfermagem,** Salvador, v. 35, e42812, 2021.

VILELA, G. S.; FERRAZ, C. M. L. C.; MOREIRA, D. A.; BRITO, M. J. M. Expressões da ética e do sofrimento moral na prática do enfermeiro intensivista. **Acta Paulista de Enfermagem,** São Paulo, v. 34, eAPE01661, 2021.

VILLAGRACIA, H. N. *et al*. Examining the link between intensive care unit nurses' burnout and perceived quality of life: a multicenter cross-sectional study. **BMC Nursing,** v. 24, art. 399, 2025.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing,** v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005.

WUDARCZYK, B.; KRUPA-NURCEK, S.; CZAPLA, M.; UCHMANOWICZ, I. Factors influencing burnout, stress levels, and coping strategies among nursing staff in intensive care units. **Frontiers in Public Health,** v. 13, 1530353, 2025..

---

[1] Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiatuba – Unicerrado.

[2] Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiatuba – Unicerrado.