

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

THE STRESS OF NURSES WORKING IN THE INTENSIVE CARE UNIT: A LITERATURE REVIEW

ADINEIA DECEZARO¹, GLORIANA FRIZON², OLVANI MARTINS SILVA³, CLEIDE LUCIANA TONIOLO^{4*}, GRASIELE FATIMA BUSNELLO⁵, ROSANA AMORA ASCARI⁶

1. Enfermeira especialista em Unidade de Terapia Intensiva (FACESC); 2. Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem (UDESC); 3. Enfermeira. Doutoranda em Enfermagem (UFRGS). Mestre em Unidade de Terapia Intensiva. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC); 4. Enfermeira. Mestre em Envelhecimento Humano (UPF). Docente do Departamento de Enfermagem (UDESC); 5. Enfermeira. Mestre em Ciências Ambientais (UNOCHAPECÓ). Docente do Departamento de Enfermagem (UDESC); 6. Enfermeira. Doutoranda em Enfermagem (UFRGS). Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Membro do Grupo de Estudos sobre Saúde e Trabalho – Gestra/UDESC.

* Rua Uruguai, 1471-D – Saic, Chapecó, Santa Catarina, Brasil. CEP: 89802-501 toniollocleide@yahoo.com.br

Recebido em 25/06/2014. Aceito para publicação em 07/07/2014

RESUMO

Este estudo teve por objetivo identificar iniciativas para enfrentar o estresse laboral que acomete a enfermagem da unidade de terapia intensiva. Trata-se de uma revisão de literatura em banco de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados LILACS e Scielo, no período de 2005 à 2012 em língua portuguesa e texto completo, tendo como descritores: “Estresse”, “Enfermagem” e “Unidade de Terapia Intensiva”. Os resultados evidenciam que na tentativa de minimizar o estresse laboral, os enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva, podem utilizar-se de estratégias de *coping*, do dimensionamento de pessoal adequado as demandas do serviço, implementação de programas de intervenção para a gestão do estresse ocupacional, entre outros. O trabalho pode ser tanto fonte de prazer como de sofrimento. Por este motivo, faz-se necessário fortalecer as relações de trabalho e implementar estratégias que melhorem a auto-estima a fim de minimizar o estresse.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse, esgotamento profissional, Unidade de Terapia Intensiva, relações enfermeiro-paciente, enfermagem.

ABSTRACT

This study aimed to identify initiatives to tackle the job stress that affects the nursing intensive care unit. This is a literature review on the database of the Virtual Health Library – VHL, in LILACS and Scielo database, from 2005 to 2012 in English and complete text, with the descriptors: “Stress”, “Nursing”

and “Intensive Care Unit”. The results show that in an attempt to minimize job stress, nurses working in intensive care units, can be used coping strategies, personal dimensionamento the appropriate demands of the service, implementation of intervention programs for the management of occupational stress, among others. The work can be both a source of pleasure and suffering. For this reason, it is necessary to strengthen working relationships and implement strategies to improve self-esteem in order to minimize stress.

KEYWORDS: Stress, burnout professional, Intensive Care Unit, nurse-patient relations, nursing.

1. INTRODUÇÃO

O ambiente hospitalar, assim como a Unidade de Terapia Intensiva (UTI), tem como finalidade atender pacientes gravemente acometidos. Através de monitoramento utilizando da tecnologia, bem como da constante vigília da equipe multiprofissional especializada¹.

O trabalho na UTI exige dos profissionais, em especial da equipe de enfermagem, em vários aspectos, tais como, físico, emocional e psicológico em decorrência de cargas horárias exaustivas, ficam em constante movimentação, não possuem uma postura adequada e em alguns casos tem dificuldade em posicionar o paciente quando, por exemplo, trata-se de um paciente obeso ou que necessita de tratamento no qual as tecnologias duras estão em destaque².

Quando um paciente encontra-se sob cuidados inten-

sivos, o enfermeiro e sua equipe, por vezes se deparam com a angústia e sofrimento que permeia a assistência dos pacientes que se encontram em processo de morte³.

Os profissionais que atuam na UTI necessitam estar em permanente estado de atenção, observação constantemente dos pacientes e ambiente para agir em todas as situações, exige do profissional envolvimento em cada procedimento e com cada paciente notando-o como ser humano, que encontra-se em um ambiente muitas vezes hostil e desconhecido, necessitando de atenção, compreensão e carinho. Torna-se então inevitáveis, as conversas, desabafos e sentimentos entre pacientes/famíliares e enfermagem¹.

Pesquisa realizada em 2013 sobre a percepção da equipe de enfermagem da UTI quanto aos cuidados prestados ao paciente sem possibilidade terapêutica, os profissionais expressaram sentimentos de abalo emocional, pesar e impotência, sendo estes sentimentos relacionados às questões interpessoais, bem como quando o paciente em questão, se refere à criança e idoso³.

Conviver com o sofrimento, a dor e a finitude requerem controle e adaptação, essas situações fazem parte do cotidiano dos trabalhadores de unidades críticas. É preciso que eles encontrem a melhor forma possível de conviver com estes fatores estressantes, pois a rotina da referida unidade não pode parar, é necessário lidar com suas próprias ansiedades e medos, além de desempenharem seu trabalho e conviver um local fechado com uma equipe multidisciplinar e equipamentos de alta tecnologia⁴.

A adaptação do estresse diário pode levar ao desenvolvimento do estado de alerta, sendo considerado como um nível de atenção e concentração elevado, os sinais e sintomas que elevam o nível evidenciado por agitação, taquicardia, sudorese e ansiedade⁵.

Por conseguinte considera que em uma situação de estresse o organismo experimenta três fases: a primeira, chamada fase de alarme ou alerta, o corpo identifica o estressor e ativa o sistema neuroendócrino. A segunda, fase de adaptação ou resistência, é o momento em que o organismo repara os danos causados pela reação de alarme e reduz os níveis hormonais. A terceira fase ocorre se o estressor permanecer presente é esta a fase de exaustão, que compreende o surgimento de uma doença associada ao estresse⁶.

Estas estratégias de confronto são conhecidas como *coping*, que significam formas de lidar e enfrentar condições e possibilidades, para que as situações com as quais os profissionais defrontam-se acarretem o menor desgaste à sua saúde, de seus colegas de trabalho e de seus usuários⁷.

A Síndrome de *Burnout* ou Síndrome do Esgotamento surge a partir da falha das estratégias de enfrentamento, sendo esta uma das principais consequências do estresse ocupacional. Quando esta síndrome não é diag-

nosticada e tratada de forma adequada, pode levar o indivíduo à morte. A enfermagem, por estar em contato direto com os sentimentos e problemas de outras pessoas, é uma das profissões mais afetadas⁸.

Por ser a Unidade de Terapia Intensiva um ambiente de alta tecnologia, práticas assistenciais por vezes até mecanicistas e em grande parte da assistência uma comunicação com o paciente limitada em decorrência da patologia e prognóstico, que requer do profissional de enfermagem um conhecimento técnico e científico contínuo, e bom preparo emocional para lidar com estas situações, despertou o interesse em conhecer estratégias de enfrentamento destas situações estressoras no ambiente laboral da enfermagem intensiva.

Diante do exposto estabeleceu-se como objetivo do estudo, identificar iniciativas para enfrentar o estresse laboral que acomete a enfermagem da unidade de terapia intensiva.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo constituiu-se em uma revisão de literatura a fim de identificar quais as iniciativas utilizadas pelos profissionais da enfermagem para enfrentar o estresse laboral na unidade de terapia intensiva.

Com este propósito, efetuou-se uma revisão das publicações na área da saúde a qual seguiu as seguintes etapas: definição do tema e objetivo; estabelecimento dos critérios de inclusão dos artigos, definição da informação a ser extraída dos artigos selecionados; seleção dos artigos, análise e apresentação dos resultados. Através dos descritores “Estresse”, “Unidade de Terapia Intensiva” e “Enfermagem”.

A população em estudo constituiu-se de publicações disponíveis eletronicamente no banco de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de 2005 a 2012, incluído as bases de dados LILACS, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), tendo sido consultadas as bases de dados *Scientific Electronic Library Online (Scielo)*, e Base de Dados de Enfermagem (BDENF). Após a leitura dos títulos e resumos.

A coleta de dados aconteceu de novembro de 2013 a Janeiro de 2014. Foram encontrados 12 manuscritos que abordam o estresse e suas origens. Considerando os critérios de inclusão os textos em idioma português, texto completo disponível *online*, e publicação entre os anos de 2005 a 2012. Foram descartados os artigos repetidos e que não respondiam a questão de pesquisa quando da leitura dos resumos, resultando na seleção de 06 artigos referentes aos fatores geradores do estresse em profissionais de enfermagem na unidade de terapia intensiva e formas de enfrentamento do estresse laboral por estes profissionais.

O estudo foi desenvolvido respeitando os aspectos éticos e legais, assegurados pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Ética em Pesquisa.

3. DESENVOLVIMENTO

A UTI, embora seja o local onde atende pacientes graves agudos recuperáveis, é um dos ambientes mais agressivos, tensos e traumatizantes do hospital. Esses fatores agressivos não atingem somente os pacientes, mas toda a equipe multiprofissional, principalmente a enfermagem, sendo grande a probabilidade de que os profissionais de enfermagem estejam submetidos aos variados fatores associados ao estresse⁴.

Corroborando a decorrência de tais complexidades, da estrutura física, do barulho constante, de equipamentos de alta tecnologia, da movimentação intensa de pessoas, do sofrimento dos pacientes, dentre outros inúmeros fatores, a UTI torna-se um local gerador de estresse¹.

Por conseguinte o estresse ocupacional se refere aos estímulos do ambiente de trabalho e às respostas agressivas frente a esses estímulos. Nesse estado, a pessoa poderá estabelecer relações interpessoais, permeadas por conflitos, tornando o ambiente de trabalho tenso⁴.

A atividade profissional pode ter aspectos positivos e negativos. Quando uma pessoa gosta do seu trabalho, está satisfeito com o salário, com o ambiente e como grupo de colegas, esta pessoa sente-se realizada².

A presença de estresse tem sido verificada entre enfermeiros na UTI por ser grande sua proximidade com os pacientes em sofrimento e com risco de morte⁹.

Alguns trabalhos afirmam que, além de constituir fonte de rendimento econômico, está inteiramente ligado a aspectos psicológicos importantes que ajudam a enriquecer a autoestima. Porém, alguns aspectos no trabalho que a pessoa desempenha, podem ser negativos e constituir uma fonte de estresse ao desgaste⁷.

O desgaste emocional pode estar presente em diversas situações, tais como nas atividades administrativas, na responsabilidade pela qualidade dos serviços prestados, no esforço físico, na falta de material e pessoal, nas questões salariais, nos conflitos entre profissionais da enfermagem e médicos, a competitividade, falta de treinamento/qualificação⁵.

Em virtude do grande número de profissionais no mercado de trabalho, os enfermeiros mais jovens são obrigados a exercer jornada excessiva de trabalho. Muitas vezes dupla jornada, fator esse que os expõe por mais tempo nos locais de trabalho e, conseqüentemente, aos fatores que são possíveis causadores de estresse, levando ao aparecimento de sintomas sugestivos que podem desencadear estresse como irritabilidade, cansaço e desatenção⁴.

Os profissionais que atuam nesta unidade devem permanecer atentos a tudo durante todo o plantão, observando vários detalhes como posição do paciente, medicação, horários, alarmes dos monitores, respiradores, sinais vitais, volumes administrados e perdidos, além de reposição e preservação de materiais, entre outros¹⁰.

A adaptação do estresse diário pode levar ao desen-

volvimento do estado de alerta, sendo considerado como um nível de atenção e concentração elevado os sinais e sintomas que elevam o nível são; agitação, taquicardia, sudorese e ansiedade. O próprio ambiente é conceituado como o mais tenso, traumatizante e agressivo, em decorrência da rotina de trabalho intensa, dos riscos constantes à equipe de enfermagem por contágio (pacientes em isolamento)¹.

Quando a pessoa é confrontada com acontecimento avaliado como estressante, ocorre um processo que envolve todo o organismo. O estresse induz emoções, altera o comportamento observável e interfere com os mecanismos biológicos e cognitivos².

Dentre todas as mudanças ocorridas as que mais afetam diretamente o ser humano são aquelas propiciadas pelo mundo do trabalho, por necessitar manter-se atuantes no mercado de trabalho cada vez mais competitivo⁴.

Na tentativa de minimizar o estresse, o indivíduo utiliza estratégias de *coping*, que são esforços cognitivos e comportamentais para dominar, tolerar ou reduzir demandas. A forma com que uma pessoa utiliza essas estratégias, por ser por recursos internos ou externos, incluem saúde, crenças, responsabilidade, suporte, habilidades sociais e recursos materiais⁶.

Em um estudo realizado identificou-se que alguns profissionais de enfermagem que atuam em UTI apresentam facilidade ao falar de suas competências técnicas, no entanto, ao serem abordados sobre seus sentimentos em relação ao paciente fora de condições terapêuticas mostraram-se abalados³. Situação que chama a atenção uma vez que os mesmos profissionais afirmam não ter dificuldades frente a terminalidade, mas evitaram a falar sobre o tema. Esta situação reflete o quanto o profissional fica exposto em seu ambiente laboral ao estresse emocional.

Em concordância a manutenção da saúde física e mental está relacionada à interpretação do mundo exterior e aos recursos que dispõe para atender às demandas e aos estímulos aos quais está exposta. Quanto maior a compreensão e o controle das pressões, melhor será a adaptação as respostas¹¹.

Neste contexto alguns estudos afirmam que deve haver um espaço físico adequado à necessidade dos trabalhadores, incentivos com maior equidade e, ainda, necessidade de aumentar o número de enfermeiros para diminuir a carga de trabalho. Sendo importante implementar programas de intervenção para a gestão do estresse ocupacional, que deve integrar todas as áreas operacionais e envolver todos os colaboradores.²

Os próprios profissionais e as instituições, devem criar mecanismos para analisar a capacidade dos trabalhadores nas diferentes realidades. Construir alguns instrumentos, entre os quais está o Índice de Capacidade para o Trabalho (ICT), o qual avalia a capacidade do trabalhador para realizar seu trabalho, bem como pode

prever o risco de incapacidade no futuro próximo¹¹.

Os enfermeiros estão trabalhando no hospital nas UTI há um longo período, apresentaram um baixo nível de estresse. Entende-se que quanto maior o tempo de trabalho, menor o estresse, devido ao enfermeiro apresentar maior segurança técnica e controle sobre as situações que surgem em seu cotidiano de trabalho, de tal forma que estas não se configurariam como estressantes, percebe-se que o tempo oferece subsídios para adequação e melhor avaliação da atividade profissional, mediando o impacto negativo do estresse no trabalho⁶.

Outro item apresentado refere-se que a pós-graduação aumenta a auto-estima e contribui para melhorar o desempenho e conseqüentemente, oferece maior segurança ao enfermeiro para o enfrentamento dos estressores no trabalho⁶.

Algumas das estratégias apontadas visam à valorização dos trabalhadores e o investimento na educação permanente em saúde, as quais podem ter papel protetor para a saúde do trabalhador contra estressores no cotidiano de trabalho, à medida que proporcionam autonomia aos trabalhadores de enfermagem¹¹.

Utiliza-se deste modo as estratégias de *coping* em enfermeiros, evidenciou que estes profissionais sugeriram como estratégias resolutivas atividades relacionadas ao planejamento do trabalho, redistribuição do agendamento de pacientes, distribuição de serviços e dimensionamento de pessoal, elaboração de programas participativos e de avaliação de qualidade de assistência, por meio de protocolos, redução do número de reuniões e reorganização do trabalho⁶.

Estudo realizado em 2014 sobre tecnologias, humanização e o cuidado de enfermagem na UTI descreve que o trabalho de enfermagem neste setor é marcado por situações conflitantes, as quais envolvem indivíduos fragilizados pela doença e ambiente físico dotado de tecnologias, procedimentos invasivos e rotinas rígidas¹². Tudo isso faz repensar estratégias para o empoderamento na enfermagem e formas eficazes de minimizar o estresse profissional vivenciado na UTI.

4. CONCLUSÃO

A partir dos achados na literatura percebeu-se que o papel do enfermeiro inserido na unidade de terapia intensiva, reveste-se de fundamental importância devido as suas atividades exercidas, como assistenciais, administrativas e de ensino, sendo este profissional o responsável pela condução das atividades desenvolvidas pela equipe de enfermagem, as quais são imbuídas de situações estressantes.

O enfermeiro de UTI trabalha em um ambiente altamente estressante, no qual as diversas tecnologias utilizadas, tais como o cuidado de enfermagem e equipamentos de alta tecnologia se contrapõe. A assistência da equipe de enfermagem ocorre simultaneamente a atua-

ção multiprofissional e interdisciplinar, cabendo ao enfermeiro a responsabilidade pelo acompanhamento constante de manter a vigilância do paciente e o bom funcionamento da unidade.

Sendo a UTI, um ambiente estressante, a enfermagem pode, por vezes, gerar um desequilíbrio emocional, devido a exposição a situações conflitantes de horários, relações interpessoais, taxa de rotatividade, desmotivação, tristeza, angústia, medo e morte, que pode gerar conseqüências tanto para a saúde destes profissionais, como comprometer o desempenho profissional e a qualidade dos serviços prestados ao paciente/família.

Algumas estratégias são empregadas para minimizar o sofrimento e o estresse no ambiente de trabalho, como a capacidade de decisão rápida e domínio técnico, estratégias de *coping*, o correto dimensionamento de pessoal adequado as demandas do serviço e implementação de programas de intervenção para a gestão do estresse ocupacional.

Sugere-se a disponibilização pelos serviços hospitalares, sobre tudo dos que dispõe de equipe atuante em saúde do trabalhador, momentos e ambientes para que os profissionais compartilhem experiências e sentimentos vivenciados durante os plantões na UTI, fortalecendo as relações de trabalho e favorecendo novas formas de enfrentamento do estresse laboral.

REFERÊNCIAS

- [1] Rodrigues T, Daltri F. Fatores estressores para a equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva. Rev Min Enferm 2012 [acesso 12 jan. 2014]. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/549>
- [2] Rodrigues VMCP, Ferreira ASS. Estressores em enfermeiros que trabalham em Unidades de Terapia Intensiva. Rev Latino-Am Enferm 2011 [acesso 12 jan. 2014]; 19(4):1025-32. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S010411692011000400023>
- [3] Silva OM, Martini B, Ribeiro G, Ascari RA, Ascari TM, Moreti CA. Percepção da equipe de enfermagem da unidade de terapia intensiva quanto ao cuidado prestado ao cliente oncológico sem possibilidade terapêutica. Uningá Review 2013 [acesso 18 jan. 2014]; 14(1):107-18. Disponível em: http://www.mastereditora.com.br/periodico/20130803_0929152.pdf
- [4] Santos FD, Cunha MHF, Robazzi MLCC, Pedrão LJ, Silva LA, Terra FS. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. SMAD, Rev Elet Saúde Mental Álcool Drog 2010 [acesso 12 fev. 2014]; 6(1):1-16. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762010000100014&lng=pt&nrm=iso.
- [5] Zanetti TG, Stumm EMF, Ubessi LD. Stress and coping in families of patients in an intensive care unit. Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental 2013 [acesso 11 jun. 2014]; 5(2):3608-19. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2125/pdf_730

- [6] Guido LA, Linch GFC, Pitthan LO, Umann J. Estresse, *coping* e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. *Rev Esc Enferm* 2011 [acesso 12 mar. 2014]; 45(6):1434-9. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000600022>
- [7] Bezerra FN, Silva TM, Ramos VP. Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: Revisão Integrativa da Literatura. *Acta Paul Enferm* 2012 [acesso 12 mar. 2014]; 25(2):151-6. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002012000900024>
- [8] Ribeiro RP, Martins JT, Marziale MHP, Robazzi MLCC. O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. *Rev Esc Enferm* 2012 [acesso 10 abr. 2014]; 46(2):495-504. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342012000200031>
- [9] Preto VA, Pedrão LJ. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Esc Enferm* 2009 [acesso 10 abr. 2014]; 43(4):841-8. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342009000400015>
- [10] Camelo SHH. Competência profissional do enfermeiro para atuar em Unidades de Terapia Intensiva: uma revisão integrativa. *Rev Latino-Am Enferm* 2012 [acesso 11 mar. 2014]; 20(1):192-200. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692012000100025>.
- [11] Negeliskii C, Lautert L. Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar. *Rev Latino-Am Enferm* 2011 [acesso 11 jun. 2014]; 19(3):606-13. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692011000300021>
- [12] Kotz M, Frizon G, Silva OM, Toniollo CL, Ascari RA. Tecnologias, humanização e o cuidado de enfermagem na unidade de terapia intensiva: uma revisão bibliográfica. *Uningá Review* 2014 [acesso 11 jun. 2014]; 18(3):50-5. Disponível em: http://www.mastereditora.com.br/periodico/20140602_093246.pdf

