



## Saúde mental da equipe de enfermagem em UTI

Mental health of the ICU nursing team

Salud mental del personal de enfermería de la UCI

Rayane de Castro Conte Laranjeira<sup>1</sup>, Fernanda Castro Lima da Silva<sup>1</sup>, Esleane Vilela Vasconcelos<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Investigar a produção científica acerca do estado de saúde mental da equipe de Enfermagem atuante na UTI e sua relação com o ambiente de trabalho. **Métodos:** Revisão integrativa. Para coleta de dados utilizou a estratégia de busca com o booleano AND e os descritores: "Enfermagem", "Unidades de Terapia Intensiva" e "Saúde Mental". Encontrou-se 71 artigos na BVS e PubMed. Ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão, o escopo compreendeu 11 artigos. Realizada análise de conteúdo de Bardin. Os resultados foram organizados e apresentados em figura e quadro com caracterização e categorias. **Resultados:** O ambiente da UTI possui diversos fatores estressores os quais podem afetar a saúde mental da equipe de enfermagem, como: ambiência, alto grau de exigência técnica e sobrecarga de trabalho; o que pode vir a ocasionar sofrimento mental e em um grau mais severo, Burnout. Tais acometimentos psíquicos podem prejudicar a saúde mental do trabalhador e trazer impactos para a prática profissional e na própria saúde. **Considerações finais:** É necessário o fomento de investigações dessa problemática em conjunto às ações de enfrentamento, para minimizar os impactos das atividades laborais na saúde mental.

**Palavras-chave:** Enfermagem, Unidades de terapia intensiva, Saúde mental.

### ABSTRACT

**Objective:** To investigate scientific production on the mental health status of ICU nursing staff and its relationship with the work environment. **Methods:** Integrative review. For data collection, the search strategy used the boolean AND and the descriptors: "Nursing", "Intensive Care Units" and "Mental Health". A total of 71 articles were found in the VHL and PubMed. By applying the inclusion and exclusion criteria, the scope comprised 11 articles. Bardin's content analysis was carried out. The results were organized and presented in a figure and table with characterization and categories. **Results:** The ICU environment has several stressors which can affect the mental health of nursing staff, such as: ambience, high degree of technical demands and work overload; which can lead to mental suffering and to a more severe degree, Burnout. Such mental disorders can damage the mental health of the worker and have an impact on their professional practice and their own health. **Final considerations:** It is necessary to encourage research into this problem, together with actions to tackle it, in order to minimize the impact of work activities on mental health.

**Keywords:** Nursing, Intensive care units, Mental health.

### RESUMEN

**Objetivo:** Investigar la producción científica sobre el estado de salud mental del personal de enfermería de UCI y su relación con el entorno laboral. **Métodos:** Revisión integradora. La estrategia de búsqueda utilizó la booleana AND y los descriptores: "Nursing", "Intensive Care Units" y "Mental Health". Se encontraron 71 artículos en la BVS y en PubMed. Aplicando los criterios de inclusión y exclusión, el alcance quedó constituido

<sup>1</sup> Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém - PA.

por 11 artículos. Se realizó el análisis de contenido de Bardin. Los resultados fueron organizados y presentados en figura y tabla con caracterización y categorías. **Resultados:** El entorno de la UCI presenta una serie de factores estresantes que pueden afectar a la salud mental del personal de enfermería, tales como: el ambiente, el alto grado de exigencia técnica y la sobrecarga de trabajo; que pueden conducir al sufrimiento mental y en un grado más severo, al Burnout. Estos problemas pueden poner en peligro la salud mental del trabajador. **Consideraciones finales:** Es necesario promover la investigación sobre este problema, junto con acciones para abordarlo, con el fin de minimizar el impacto de las actividades laborales en la salud mental.

**Palabras clave:** Enfermería, Unidades de cuidados intensivos, Salud mental.

## INTRODUÇÃO

A Unidade de Terapia Intensiva (UTI) corresponde ao setor hospitalar voltada ao cuidado de pacientes críticos, os quais apresentam instabilidade no quadro clínico e necessitam de assistência com alta complexidade; para tal, a UTI é composta por recursos humanos e tecnológicos especializados, os quais envolvem equipe multiprofissional e monitoramento contínuo. Tendo em vista a fragilidade do perfil de paciente, a assistência em saúde perpassa, ainda, pelos aspectos biopsicossociais do usuário e dos familiares (AGRA A, et al., 2024).

É imprescindível ressaltar a participação do profissional de enfermagem para a qualidade da assistência prestada, uma vez que está em contato direto com o paciente ao realizar os cuidados de enfermagem e na organização do processo de trabalho. Ainda, destacam-se as diversas atribuições da enfermagem em UTI, no que diz respeito à gestão do cuidado, dimensionamento de pessoal e na comunicação com os familiares.

Nesse cenário, existem diversos fatores estressores os quais podem vir a dificultar o trabalho da equipe multiprofissional, em especial, da enfermagem, como: carência de uma rotina específica, atuar em situações de urgência e emergência e intermédio de relações interpessoais; seja entre a equipe multiprofissional e/ou com os familiares; uma vez que o público assistido nesses locais são pacientes críticos, por vezes instáveis, com risco de morte e que demandam cuidados em tempo integral (BARBOSA M, et al., 2020). Arelado a isso, a pandemia ocasionada pela COVID-19 intensificou os estresses no ambiente de trabalho em UTI, devido a falta de recursos humanos em detrimento ao elevado número de doentes, bem como o medo frente ao novo cenário (RIBEIRO B, et al., 2021).

Ainda, em consequência dos fatores estressores atrelados aos hábitos de vida e conflitos no ambiente laboral, os fatores estressores podem impactar negativamente a qualidade de vida dos profissionais e da assistência prestada, dificultando a implementação de um cuidado humanizado. Nesse contexto, a Política Nacional de Humanização surge como estratégia para fortalecer os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), principalmente no âmbito das práticas assistenciais (BRASIL, 2007). Ademais, é possível destacar a existência da Prevenção Quinquenária como forma de melhorar a qualidade dos cuidados ofertados, porém com foco em quem cuida de modo a evitar agravos na saúde mental advindos do trabalho desses indivíduos.

Dessa forma, tal realidade demanda estudos acerca da Saúde Mental da equipe de Enfermagem em UTI, bem como quais fatores estressores no ambiente laboral podem vir a dificultar a assistência ofertada. Assim, questiona-se: Qual o cenário da Saúde Mental da Equipe de Enfermagem em UTI? Com o intuito de verificar as evidências científicas publicadas a respeito deste tema, o objetivo do estudo foi investigar a produção científica acerca do estado de saúde mental da equipe de Enfermagem atuante na UTI e sua relação com o ambiente de trabalho.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa sobre a saúde mental da equipe de enfermagem em UTI; baseada em seis etapas: elaboração de um problema de pesquisa, busca de estudos nas bases de dados, extração de dados a partir de um instrumento de coleta, análise e discussão das evidências encontradas. A pesquisa foi realizada entre os meses de setembro de 2023 a março de 2024, com a seguinte pergunta norteadora, construída a partir da estratégia PICO: “Qual o cenário da Saúde Mental da Equipe de Enfermagem em UTI? ”

Para levantamento bibliográfico, foram consultadas as bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Medline via Pubmed. Na BVS, os periódicos dos quais os artigos foram retirados, são: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), no Banco de Dados de Enfermagem (BDENF), Índice Bibliográfico Español en Ciencias de la Salud (IBECS) e Bibliografía Nacional en Ciencias de la Salud Argentina (BINACIS). Para análise de dados e elaboração das categorias considerou-se os elementos constitutivos do escopo referentes à resultados, discussão e considerações finais por meio da análise de conteúdo de Bardin em suas três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados.

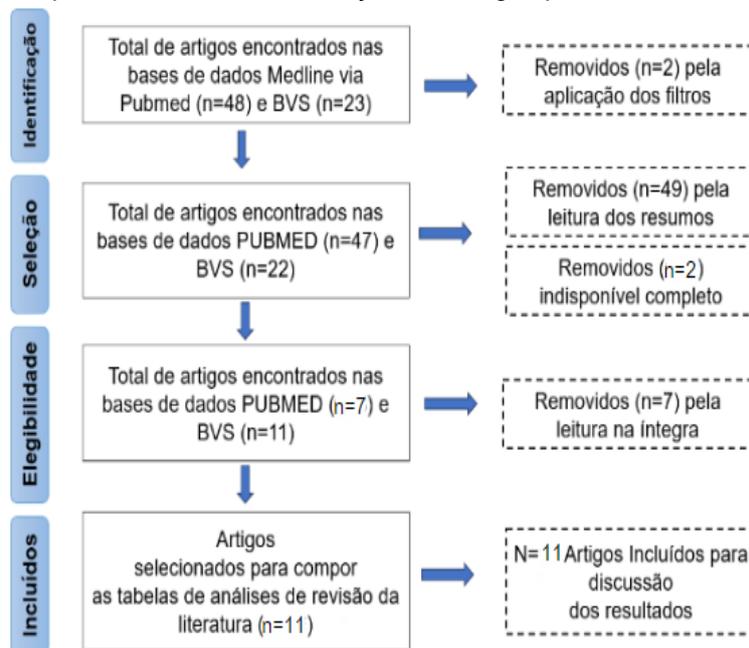
### Levantamento Bibliográfico

Na estratégia de busca, foram utilizados os seguintes descritores provenientes do Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), em português e inglês: "Enfermagem", "Unidades de Terapia Intensiva" e "Saúde Mental". Mediante a análise, foram encontrados 71 artigos, publicados entre 2019 e 2024. A partir da leitura na íntegra, foram excluídos 56 por não apresentarem relação temática, um apresentava duplicidade e três não estavam disponíveis completos; o escopo compreendeu 11 artigos.

### Critérios de Inclusão e Exclusão

Os critérios para inclusão na amostra foram artigos relacionados ao tema, disponíveis completos, nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados nos últimos 5 anos. A justificativa para o critério de seleção linguística decorre da ausência de artigos publicados em outros idiomas, no período em que a busca foi realizada. Foram excluídos editoriais, cartas, artigos de opinião, comentários, ensaios, dossiês e artigos não condizentes com o objetivo desta revisão. Ao final, a amostra do estudo para análise e discussão foi composta por 11 artigos, organizados e apresentados no **Quadro 1**, quanto a identificação do artigo, título, nome dos autores, objetivo, método e principais resultados.

**Figura 1** - Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos para revisão.



Fonte: Laranjeira RCC, et al., 2024.

## RESULTADOS

Após a leitura completa dos artigos selecionados, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, foi desenvolvido o quadro com a apresentação do escopo do estudo (Quadro 1), composto por 11 artigos; no quadro é possível identificar informações acerca da identificação do artigo, título, nome dos autores, objetivo, método e principais resultados.

**Quadro 1 - Síntese dos artigos selecionados para esta revisão integrativa**

N	Autores (ano)	Objetivos	Tipo de Estudo e Principais conclusões
1	Duarte A e Ribeiro K. (2022)	Descrever por meio da literatura, os fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem atuantes nos cuidados a pacientes graves acometidos pela COVID-19	Revisão da literatura. Evidenciou-se que os profissionais de enfermagem experimentaram sofrimento psicológico significativo causado pela pandemia de COVID-19. E que esses sofrimentos, perduram tanto em seu ambiente de trabalho quanto em sua vida pessoal.
2	Moura R, et al. (2022)	Analisar as variáveis sociodemográficas e de trabalho quanto ao risco de transtorno mental comum em profissionais de enfermagem que atuam em serviços de atenção às urgências e emergências	Estudo observacional, transversal com abordagem quantitativa. Observou-se prevalência de 20,5% para transtornos mentais comuns. Este estudo possibilitou conhecer a necessidade de implantação de estratégias para identificação precoce de transtornos mentais comuns e a promoção da saúde mental dos profissionais, visando a melhoria dos aspectos psicossociais nos ambientes de trabalho.
3	Ruiz-roa S. (2021)	Determinar o bem-estar espiritual e sua relação com as variáveis demográficas dos profissionais de enfermagem que trabalham na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) durante a pandemia da COVID-19	Estudo quantitativo, transversal. A perspectiva espiritual se comporta de forma diferente dependendo da idade, gênero, estado civil, formação acadêmica e renda. Um alto bem-estar no profissional de enfermagem que trabalha na UTI durante a pandemia da COVID-19, é um ponto forte que pode ajudar a manter sua saúde mental.
4	Barbosa M, et al. (2020)	Identificar a prevalência de depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem que atuam em Unidade de terapia intensiva adulto.	Pesquisa descritiva, transversal com abordagem quantitativa. Observou-se que 77% da amostra não apresenta sintomas depressivos. Já no que se refere aos sintomas ansiosos, 85% apresentaram grau mínimo de ansiedade. Tais resultados trazem aos gestores de saúde a possibilidade de atentar-se e rever as práticas adotadas nas instituições hospitalares.
5	Silva AP, et al. (2020)	Avaliar a incidência da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam em unidade de terapia intensiva de um hospital público de João Pessoa, e analisar os principais fatores que ocasionam esta síndrome	Pesquisa de campo com abordagem quantitativa. O profissional que atua em instituições hospitalares está exposto a diferentes estressores ocupacionais que afetam diretamente o seu bem-estar, como longas jornadas de trabalho, o contato constante com dor, sofrimento e morte. A partir desse estudo foi possível verificar a importância da saúde mental dos trabalhadores para se obter um bom desempenho profissional e proporcionar aos pacientes uma assistência de qualidade
6	Hönl AK, et al. (2023)	Analisar a prevalência de dor, a frequência de ingestão de analgésicos e a saúde mental de enfermeiros de terapia intensiva	Estudo observacional, transversal com abordagem quantitativa. Os analgésicos foram usados por 52,61% dos participantes do estudo com dor crônica/recorrente. Os participantes do estudo com dor crônica e recorrente indicaram níveis significativamente mais altos de depressão, ansiedade e estresse em comparação com aqueles sem dor. Este estudo indica que um grande número de enfermeiros de terapia intensiva participantes sofre de dor crônica e recorrente, associada a uma variedade de fatores.

7	Gormez A, et al. (2021)	Expor os resultados de um estudo transversal nacional sobre a implicação do surto inicial da Covid-19 e fatores de risco relacionados a saúde mental dos enfermeiros da UTI.	Estudo transversal. Notou-se que um predomínio de 27,0% de ansiedade, 18,6% de depressão, e 22,2% em transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), nos enfermeiros da UTI durante o primeiro surto da Covid-19. Dessa forma, nota-se o período pandêmico foi de grande peso para a saúde mental da equipe de enfermagem intensivista, no qual destaca-se os fatores contribuintes para tal processo como, o aumento da carga de trabalho, entre outros.
8	Greenberg N, et al. (2021)	Indicar os dados de possíveis transtornos em saúde mental em profissionais da UTI de 9 hospitais ingleses entre junho e julho de 2020.	Pesquisa descritiva transversal com abordagem quantitativa. De acordo com os dados coletados, observou-se que 59% dos profissionais indicaram estar bem, porém, 45% alcançaram o limite de possível relevância clínica para em 6% depressão grave, 40% TEPT, 11% ansiedade grave, e 7% para o consumo de álcool. Além disso, mais de 10% dos participantes do estudo afirmaram ter tido pensamentos suicidas ou de automutilação nas últimas semanas.
10	Magalhães FJ, et al. (2022)	Retratar a qualificação prévia da síndrome de Burnout nos enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva Neonatal.	Estudo descritivo transversal, quantitativo, desenvolvido com 60 enfermeiros trabalhadores em uma maternidade-escola em Fortaleza, Ceará. Identificou-se que mais de 60% dos profissionais estavam na primeira etapa da síndrome e mais de 30% obtiveram a possibilidade de desenvolvimento da síndrome.
11	Barão RC, et al. (2022)	Discernir aspectos de esgotamento psicológico e emocional dos enfermeiros atuantes na linha de frente da UTI de tratamento de casos suspeitos e/ou confirmados de infecção por COVID-19.	Estudo descritivo, quantitativo e transversal, realizado em nível hospitalar. Observou-se que mais de 30% dos profissionais relataram esgotamento emocional ocasionalmente, todavia, mais de 50% em momento algum perderam a crença no ofício de enfermagem. Assim como, foi identificado como fatores atrelados ao sentimento de exaustão profissional no período da pandemia da Covid-19, o apoio profissional aos sentimentos gerados pela rotina do serviço, como também, a valorização profissional.

Fonte: Laranjeira RCC, et al., 2024.

## DISCUSSÃO

### Fatores estressores em UTI e implicações para Saúde Mental

O ambiente de trabalho nas UTIs é caracterizado por alta complexidade de cuidado, sendo necessário elevado conhecimento técnico e interpessoal do profissional. Dessa forma, a interferência dos fatores estressores no aspecto emocional dos enfermeiros, concomitante às elevadas exigências técnicas e emocionais características do ambiente da Terapia Intensiva, pode resultar em implicações para a Saúde Mental (COSTA DLF, et al., 2023).

Nessa perspectiva, é possível inferir que o estresse em excesso, no ambiente de trabalho, pode ocasionar consequências psicológicas e emocionais. Ao analisar o estresse ocasionado pelo ambiente, Lazarus RS e Launier R (1978), identificam que o estresse pode ser compreendido como evento de qualquer natureza que exceda a resistência de um indivíduo e pode ser dividido em 3 fases: manifestações agudas, cronificação do estresse e exaustão. Tais fases podem estar presente no cotidiano das atividades laborais da equipe de Enfermagem; ao terem a responsabilidade do cuidado em saúde, enquanto precisam lidar com seus próprios medos, anseios e o estado geral de sua saúde mental, a fim de prestar serviço de saúde com qualidade (SANTOS C, et al., 2024).

No que tange ao ambiente da UTI, destacam-se outros fatores os quais podem favorecer ao estresse, como: ambiência (exposição contínua ao ambiente fechado, ruídos contínuos, má distribuição dos leitos no espaço), alto grau de exigência técnica (incorporação contínua de novas tecnologias), elevada quantidade de atividades a serem desenvolvidas, sobrecarga de trabalho, contato direto com o sofrimento e morte. Atrelado a isso, a elevada carga horária de trabalho semanal, principalmente em regime de plantão, bem como a desvalorização profissional podem ser fatores pré dispostores para o estresse e sofrimento mental (TYLL M, et al., 2023)

Moura R, et al. (2022) em estudo realizado nas Unidades de Terapia Intensiva Adulto e Coronariana de um hospital público de ensino do interior de Minas Gerais, identificaram que as variáveis setor UTI e o cargo de enfermeiro representam risco para indicativo de Transtornos Mentais Comuns (TMC). Os TMC abrangem quadros subclínicos de estresse, ansiedade e depressão caracterizados por sofrimento mental e físico, bem como indisposição para atividade laboral em que o indivíduo apresenta sintomas como insônia, fadiga e dificuldade de concentração.

Infere-se que fatores do ambiente de trabalho podem favorecer o desenvolvimento de TMC, devido à sobrecarga de trabalho, bem como as demandas psicológicas oriundas do cuidado ao paciente crítico (RANGEL AF, et al., 2023). Portanto, é de suma importância atentar aos fatores estressores em UTI e na minimização de seus impactos para a saúde mental dos enfermeiros, para que esse profissional não venha a desenvolver distúrbios psíquicos decorrentes do ambiente de trabalho e desse modo, não afetar os cuidados ofertados.

### **Levantamento sobre a Saúde Mental e a Síndrome de Burnout**

O presente tópico aborda os acometimentos de saúde mental com maior prevalência na equipe de enfermagem na UTI e discorre sobre a Síndrome de Burnout (SB). Acerca da prevalência de depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem na UTI, Barbosa M, et al. (2020) aponta em estudo com a equipe de enfermagem atuante em uma UTI de dois hospitais de grande porte da rede pública de saúde, que 85% da equipe apresenta grau de ansiedade mínimo e 15% de leve à moderado, sendo importante ressaltar que 23% da amostra possui sintomatologia para depressão.

Outro ponto importante a ser considerado, provém de um estudo alemão sobre a prevalência de dor, a frequência de ingestão de analgésicos e a saúde mental de enfermeiros de terapia intensiva, o qual identificou que 52,61% dos participantes do estudo possuem dor crônica ou recorrente e que eles possuem níveis significativamente mais altos de depressão, ansiedade e estresse em comparação com aqueles sem dor (HÖNL AK, et al., 2023). A SB trata-se de uma patologia de caráter depressivo e como distúrbio psíquico; pode resultar da exposição excessiva e rotineira ao estresse ocupacional (MAGALHÃES FJ, et al., 2022).

A SB está atrelada a diversos cenários, os quais envolvem sentimento de cunho negativo em relação ao trabalho, esgotamento emocional, e sensação de baixo contentamento pessoal (ALRAYYES S, et al., 2020). A sobrecarga de trabalho, no que diz respeito aos fatores emocionais e laborais são preponderantes para o desenvolvimento da SB, uma vez que esses aspectos, em excesso, são percebidos pelos profissionais como fontes de estresse (SILVA AP, et al., 2020).

Dessa maneira, os enfermeiros estão suscetíveis ao estresse ocupacional e possivelmente a SB, tendo em vista os fatores estressores aos quais esses profissionais estão sujeitos, bem como o maior contato e responsabilidade com os pacientes, seja no âmbito assistencial ou administrativo. Tais fatores propiciam os desgastes emocionais que podem resultar no esgotamento profissional (MAGALHÃES FJ, et al., 2022). Achados de um estudo realizado com 25 profissionais de enfermagem atuantes na Unidade de Terapia Intensiva, de um hospital público de João Pessoa, descrevem que 60% dos profissionais estavam com níveis altos de SB. É destacada a necessidade de intervenções e prevenção para SB e para as inúmeras patologias ocasionadas pelo trabalho. Ademais, em estudos realizados em países europeus, verificou-se a elevada prevalência de SB em profissionais de terapia intensiva (STOCCHETTI N et al., 2021; BRUYNEEL A, et al., 2021). Esses dados apresentam as preocupantes taxas de prevalência da SB nos enfermeiros intensivistas de vários países.

Tendo em vista os agravos à saúde que a Síndrome de Burnout pode ocasionar aos enfermeiros, bem como a dificuldade em realizar suas atividades laborais, é necessário reconhecer o quadro clínico envolvido no acometimento em questão, para intervir precocemente de modo a evitar o esgotamento psíquico. Portanto, é necessário atentar aos aspectos biopsicossociais dos profissionais intensivistas, priorizando sempre que possível a divisão adequada da carga de trabalho e aprimoramento das habilidades interpessoais (VIEIRA LS, et al., 2022).

### **COVID-19 e a Saúde Mental da Equipe de Enfermagem**

Destaca-se a intensificação do sofrimento mental decorrente dos fatores estressores supracitados no cenário da COVID-19. Nesse cenário, em dezembro de 2019, o tipo de Coronavírus reconhecido como COVID-19, causado pelo grupo viral SARS- COV-2 acarretou em uma Pandemia; decretada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020. A depender da gravidade no caso dos pacientes acometidos pela COVID-19, é necessária a hospitalização para estabilizá-lo, por meio de cuidados intensivos e uso de práticas avançadas no cuidado, como: uso de drogas vasoativas, ventilação mecânica e oxigenoterapia; normalmente sendo realizadas no ambiente da UTI.

No que se refere a assistência do enfermeiro em UTI no período da pandemia por Coronavírus-19, é válido ressaltar a intensificação dos fatores estressores no processo de trabalho, tendo em vista o elevado número de casos, as inúmeras incertezas acarretadas por ser uma doença nova, de elevada contagiosidade e elevado número de óbitos; tal cenário ocasionou medo e sobrecarga de trabalho aos enfermeiros em UTI, esses fatores podem contribuir para a carga de sofrimento psíquico desses profissionais, assim como ao desenvolvimento de ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout, por exemplo (BARÃO RC, et al., 2022).

Nesse sentido, uma análise baseada em 12 estudos, indicou mais de 20% de predomínio da ansiedade entre os enfermeiros, assim como, outra pesquisa decorrida na China, evidenciou mais de 40% de ansiedade nas profissionais de enfermagem que provinham assistência aos usuários com COVID-19, dado que sobrepõe a sociedade em geral em decorrência do bem-estar psicológico da equipe de enfermagem em aflição por conta do estresse emotivo, fatores de risco e experiências negativas. Em ambas as pesquisas, foi identificado que dentro do contingente de enfermagem acometidos pela ansiedade, majoritariamente, são os enfermeiros dos setores graves, os quais também, estavam na linha primária da assistência aos pacientes com o vírus (DUARTE A e RIBEIRO K, 2022).

Ademais, entre os estudos selecionados, foi possível observar a predominância da depressão dentre os dados coletados. Nota-se a relação entre esse evento e a sobrecarga psicológica dos enfermeiros em decorrência da apreensão do aumento dos números de casos da COVID-19 entre os profissionais, bem como, pelas excessivas jornadas de trabalho em condições inadequadas, fatores que impactaram a saúde mental desse público, principalmente no período crítico ocorrido na pandemia (FERNANDES M, et al. 2023; GORMEZ A, et al., 2021).

Nesse sentido, um estudo realizado entre os meses de junho e Julho de 2020, identificou que entre no contingente de trabalhadores da UTI na primeira onda de infecção da Covid-19, mais de 40% do público participante do estudo autorrelatou sintomas relacionados ao Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), depressão ou ansiedade graves. Assim como, também foi observado no grupo participante, relatos de pensamentos sobre o ato de morrer, ideação suicida e automutilação, em mais de um dia no período de 2 semanas, com destaque para maior propensão desses aspectos para enfermeiros em comparação com outros profissionais da área. (GREENBERG N, et al. 2021). Ainda nesse viés, tal período trouxe à luz outros sintomas que afetaram os profissionais da terapia intensiva, uma vez que, foi identificado o aumento do esgotamento laboral e insônia, em virtude do declínio da qualidade de sono e do cansaço, também, a presença de outros sintomas como, cefaleia, tristeza e nervosismo.

Nesse aspecto, os trabalhadores atuantes da linha de frente do tratamento dos pacientes com a COVID-19, demonstraram ser mais afetados por sintomas psicológicos comparados aos profissionais dos demais setores, uma vez que a prestação de assistência de forma mais direta aos doentes desencadeou o crescimento dos sentimentos de preocupação de serem infectados e transmitir o vírus a família, estresse,

depressão, medo, dentre outros (FERNANDES M, et al. 2023). Desse modo, diante dos pontos que emergem dos achados da pesquisa, é evidente a interferência da pandemia na saúde mental da equipe de enfermagem, devido ao aumento abrupto de pacientes e das demandas de trabalho, o que intensifica a carga emocional presente na UTI.

### **Prevenção quinquenária, práticas de cuidado e perspectivas para o futuro**

Dessa maneira, considerando a análise feita dos prejuízos sofridos pelos enfermeiros atuantes da UTI, no que tange a saúde mental, principalmente no período pandêmico, é possível notar a necessidade da efetivação de ações que visem a prevenção quinquenária, a qual tem como objetivo assistir o profissional a partir da ótica do cuidado a nível biopsicossocial, e assim contribuir não apenas para o bem-estar e saúde desse trabalhador como também, para o aumento da segurança do paciente.

A análise de Abreu I, et al. (2021), destaca entre as intervenções oportunas, a prática de exercício físico como uma das estratégias de maior relevância positiva no bem-estar e saúde, em âmbito mental e físico. Ainda nesse viés, foram realizadas sessões mistas com momentos teóricos e práticos com temas focados em “Burnout e ferramentas de coping”, “Trabalho em equipe e convivência”, “Exercícios Físicos”, dentre outras. Após a aplicação das intervenções, notou-se a diminuição dos níveis de Burnout entre os enfermeiros, por meio da atenuação dos sintomas de cansaço emocional e despersonalização, bem como, melhora significativa nas estatísticas das subdimensões “Saúde Geral”, “Atenção”, “Problemas em dormir”, dentre outras.

Todavia, infelizmente nota-se no Brasil pouco conhecimento sobre a Prevenção Quinquenária. Nesse sentido, destaca-se a importância de trabalhos que tenham como objetivo explorar sobre o tema, devido à deficiência de informações sobre a relevância dessa prevenção para a saúde dos profissionais da enfermagem, assim como de outros segmentos relacionados, de maneira a coletar dados científicos sobre o conceito e aplicação prática aos trabalhadores da assistência.

Em uma perspectiva internacional, enfermeiros da assistência aos pacientes com COVID-19 em um hospital público de Hong Kong afirmaram ter confiança em suas estratégias de autocuidado, as quais tornam possível o gerenciamento dos entraves advindos durante a rotina de serviço, assim como suas emoções positivas e negativas, no período da pandemia. Nesse aspecto, destacam-se as ferramentas psicológicas de autodefesa como, humor, distração, além do ato de canalizar seus sentimentos em amigos e colegas de confiança.

Assim, foi possível observar o alívio do estresse nos enfermeiros de maneira indireta ou diretamente, atrelado ao uso de estratégias psicológicas como: a prática de escrever em um diário, meditar, escutar músicas e exercitar a respiração rítmica (SILVA N, et al., 2023). É necessário enfatizar que as condições de bem-estar espiritual dos enfermeiros devem ser consideradas, devido à relação entre essa variável e a atitude que acompanha suas ações de cuidado espiritual, bem como seu grau de comprometimento profissional, sendo um aspecto determinante em situações de crise e é um fator protetivo contra o comprometimento de saúde mental (RUIZ-ROA S. 2021).

Os cenários supracitados sinalizam um alerta de atenção à Saúde Mental dos enfermeiros, pois tais acometimentos psíquicos podem prejudicar a saúde mental do trabalhador e trazer impactos negativos para a prática profissional, com riscos à qualidade no cuidado de enfermagem e na própria saúde. Portanto, é necessário o fomento de investigações dessa problemática em conjunto às ações de enfrentamento, para minimizar os impactos das atividades laborais na saúde mental de enfermeiros atuantes em UTI.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os cenários supracitados sinalizam um alerta de atenção à Saúde Mental dos enfermeiros, pois tais acometimentos psíquicos podem prejudicar a saúde mental do trabalhador e trazer impactos negativos para a prática profissional, com riscos à qualidade no cuidado de enfermagem e na própria saúde. Portanto, é necessário o fomento de investigações dessa problemática em conjunto às ações de enfrentamento, para minimizar os impactos das atividades laborais na saúde mental de enfermeiros atuantes em UTI.

**REFERÊNCIAS**

1. ABREU I, et al. Projeto de Intervenção Burn-Down: o impacto do Burnout nos Cuidados de Saúde Primários e o benefício da Prevenção Quinquenária numa Unidade de Saúde Familiar. *Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional*, 2021; 12: 1-19.
2. AGRA A, et al. A humanização da assistência em unidades de terapia intensiva. *Research, Society and Development*, 2024; 13(3).
3. ALRAYYES S, et al. Burnout and imposter syndrome among Saudi young adults: The strings in the puppet show of psychological morbidity. *Saudi Medical Journal*, 2020; 41(2): 189.
4. BARÃO RC, et al. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva especializada em covid-19. *Revista CuidArte, Enferm*, 2022; 43-50.
5. BARBOSA M, et al. Depressão e ansiedade na enfermagem em unidade de terapia intensiva. *Revista Ciência Plural*, 2020; 6(3): 93-107.
6. BRASIL. Política Nacional de Humanização da Saúde; [2007]. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_humanizacao\\_pnh\\_folheto.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_humanizacao_pnh_folheto.pdf). Acessado em: 18 de outubro de 2024.
7. BRUYNEEL A, et al. Prevalence of burnout risk and factors associated with burnout risk among ICU nurses during the COVID-19 outbreak in French speaking Belgium. *Intensive and Critical Care Nursing*, 2021; 65: 103059.
8. COSTA DLF, et al. FATORES DETERMINANTES DA SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS INTENSIVISTAS: uma revisão integrativa. *Revista Ciência e Saúde On-line*, 2023; 8(2).
9. DUARTE A, RIBEIRO K. Factors associated with stress, anxiety and depression in intensive care nursing in the context of the COVID-19 pandemic / Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão na enfermagem intensivista no contexto da pandemia de COVID-19. *Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online*, 2022; 14: 1-7.
10. FERNANDES M, et al. Saúde mental da equipe de enfermagem intensivista ante a pandemia da covid-19: revisão integrativa. *Revista Aquichan*, 2023.
11. GORMEZ A, et al. Has COVID-19 taken a heavier toll on the mental health of ICU nurses? *Intensive & Critical Care Nursing*, 2021; 65: 103042.
12. HÖNL AK, et al. Pain, analgesic intake and mental health of German intensive care unit nurses. *Medizinische Klinik-Intensivmedizin und Notfallmedizin*, 2023; 1-9.
13. LAZARUS RS, LAUNIER R. Stress-Related Transactions between Person and Environment. *Perspectives in Interactional Psychology*, 1978; 287-327.
14. MAGALHÃES FJ, et al. Avaliação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em unidade de terapia intensiva neonatal. *Nursing (Ed. bras., Impr.)*, 2022; 7408-7419.
15. MOURA R, et al. Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022; 35: APE03032.
16. RANGEL AF, et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados entre trabalhadores de enfermagem em terapia intensiva. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, 2023; 23(2): 14143.
17. RIBEIRO B, et al. Síndrome de burnout em profissionais da enfermagem de unidade de terapia intensiva na pandemia da COVID 19. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 2021; 19(3): 363-371.
18. RUIZ-ROA S. Bienestar espiritual de enfermeros de las unidades de cuidado intensivo en pandemia. *Revista Ciencia y Cuidado*, 2021; 18(2): 8-18.
19. SANTOS C, et al. Avaliação dos aspectos psicossociais do trabalho no Brasil no contexto da saúde do trabalhador: uma revisão de escopo. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2024; 49: 9.
20. SILVA N, et al. Práticas de autocuidado em saúde mental de enfermeiros na pandemia da COVID-19. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2023; 97(2).
21. SILVA AP, et al. Incidence of burnout syndrome in nursing professionals in intensive therapy unit. *Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online*, 2020.
22. STOCCHETTI N, et al. Burnout in intensive care unit workers during the second wave of the COVID-19 pandemic: a single center cross-sectional Italian study. *International journal of environmental research and public health*, 2021; 18(11): 6102.
23. TYLL M, et al. Estresse ocupacional em profissionais intensivistas: estudo bibliométrico. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2023; 23(7): 12948.
24. VIEIRA LS, et al. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2022; 30.