Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Relação entre estresse e ansiedade em enfermeiros no contexto da assistência hospitalar de alta complexidade

Relationship between stress and anxiety in nurses in the context of highly complex hospital care

Relación entre estrés y ansiedad en enfermeros en el contexto de atención hospitalaria de alta complejidad

Emanuela Marques de Santana[1], Alice Correia Barros[1], Angélica de Godoy Torres Lima[1], Maria Vitória Freire Silva[1], Giovanna Barbosa Medeiros[1], Cássia Pereira Santos de Lima[1], Clarissa Mourão Pinho[1], Marília Santos de Carvalho[2], Steffany Kemely Melo dos Santos[2], Jael Maria de Aquino[1].

RESUMO

Objetivo: Identificar na literatura a relação entre estresse e ansiedade em enfermeiros que atuam na assistência hospitalar. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada em três bases de dados: National Library of Medicine's (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) e SCOPUS. Sendo utilizados os seguintes descritores: ‘’Estresse Laboral’’, “Ansiedade”, “Enfermeiros”, com o auxílio do operador booleano “AND”. **Resultados:** A amostra final foi composta por 8 artigos, que evidenciaram que o estresse e ansiedade são fatores que se relacionam e impactam de maneira danosa nos aspectos fisiológicos, sociais e laborais dos enfermeiros. Desta forma, considerando os prejuízos à saúde mental dos enfermeiros, torna-se essencial desenvolver medidas de enfrentamento para melhoria da saúde do trabalhador e qualidade de vida. **Considerações finais:** O estresse e ansiedade em enfermeiros está associado à exposição profissional pelas longas jornadas de trabalho, baixa remuneração salarial e hipossuficiente para as necessidades individuais e familiares, repercutindo em insatisfação com a profissão e desejo de mudar de emprego e ou profissão. O esgotamento profissional que perpassa o biológico, psicológico e social são condições que contribuem para o desenvolvimento de estresse e ansiedade em enfermeiros.

Palavras-chave: Estresse laboral, Ansiedade, Enfermeiros, Assistência hospitalar.

ABSTRACT

Objective: To identify in the literature the relationship between stress and anxiety in nurses who work in hospital care. **Methods:** This is an integrative literature review carried out in three databases: National Library of Medicine's (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) and SCOPUS. The following descriptors were used: ‘’Work Stress’’, “Anxiety”, “Nurses”, with the help of the Boolean operator “AND”. **Results:** The final sample consisted of 8 articles, which showed that stress and anxiety are factors that are related and have a harmful impact on the physiological, social and work aspects of nurses. Thus, considering the harm to nurses' mental health, it is essential to develop coping measures to improve worker health and quality of life. **Final considerations:** Stress and anxiety in nurses are associated with professional exposure due to long working hours, low wages and insufficient compensation for individual and family needs,

[1] Universidade de Pernambuco (UPE), Recife - PE

[2] Centro Acadêmico de Vitória da Universidade Federal de Pernambuco (CAV-UFPE), Recife - PE.

SUBMETIDO EM: 11/2024 | ACEITO EM: 12/2024 | PUBLICADO EM: 3/2025

resulting in dissatisfaction with the profession and a desire to change jobs and/or professions. Professional exhaustion that permeates the biological, psychological and social are conditions that contribute to the development of stress and anxiety in nurses.

Keywords: Work stress, Anxiety, Nurses, Hospital assistance.

RESUMEN

Objetivo: Identificar en la literatura la relación entre estrés y ansiedad en enfermeras que actúan en la atención hospitalaria. **Métodos:** Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada en tres bases de datos: Biblioteca Nacional de Medicina (PubMed), Índice acumulativo de literatura de enfermería y salud aliada (CINAHL) y SCOPUS. Se utilizaron los siguientes descriptores: “Estrés Laboral”, “Ansiedad”, “Enfermeras”, con ayuda del operador booleano “AND”. **Resultados:** La muestra final estuvo compuesta por 8 artículos, los cuales demostraron que el estrés y la ansiedad son factores que se relacionan e impactan nocivamente en los aspectos fisiológicos, sociales y laborales del enfermero. Por lo tanto, considerando el daño a la salud mental de las enfermeras, es esencial desarrollar medidas de afrontamiento para mejorar la salud y la calidad de vida de los trabajadores. **Consideraciones finales:** El estrés y la ansiedad en los enfermeros se asocian a la exposición profesional por largas jornadas laborales, bajos salarios y remuneración insuficiente para las necesidades individuales y familiares, resultando en insatisfacción con la profesión y deseo de cambiar de trabajo y/o profesión. El agotamiento profesional que permea lo biológico, psicológico y social son condiciones que contribuyen al desarrollo de estrés y ansiedad en los enfermeros.

Palabras clave: Estrés laboral, Ansiedad, Enfermeras, Asistencia hospitalaria.

INTRODUÇÃO

O estresse se compreende como uma resposta fisiológica e natural do organismo mediante estímulos externos que são percebidos como desafiadores ou ameaçadores. Fisiologicamente, inicia-se uma cascata de reações no organismo humano com a amígdala ativando o hipotálamo, secretando o fator liberador de corticotropina (CRH). O CRH estimula a hipófise a liberar adrenocorticotrófico (ACTH), induzindo a liberação de cortisol pelas glândulas adrenais, resultando em reações generalizadas no corpo com o aumento da frequência cardíaca, pressão arterial, frequência respiratória, sudorese e simultaneamente o sistema nervoso autônomo provoca uma resposta imediata de "luta ou fuga" (ZANCAN RK, et al., 2021).

Quando o estresse não perpassa o limiar de níveis fisiológicos adequados, desempenha um papel fundamental auxiliando os indivíduos a enfrentar demandas cotidianas, assim como questões relacionadas à vida pessoal e profissional de maneira adaptativa e resiliente perante a realidade vivenciada. No entanto, o estresse pode se tornar prejudicial quando as reações fisiológicas se manifestam de forma desproporcional ou prolongada, como em situações de pressão excessiva ou conflitos prolongados, levando a um estado patológico com efeitos adversos à saúde (ABRAHÃO TB, et al., 2022).

Na dimensão psicológica, o estresse é definido como um aglomerado de forças externas que geram efeitos transitórios ou permanentes sobre o indivíduo. Os estudos sobre o estresse abordam três perspectivas: Resposta biológica, ao qual investiga como o sistema nervoso central e as respostas vegetativas, endócrinas e imunológicas reagem ao estressor. A segunda perspectiva sobre a abordagem dos eventos estressores analisa os estímulos percebidos como ameaçadores e seu impacto na saúde. A última perspectiva sobre a interação entre o indivíduo e o ambiente explora o estresse laboral que surge da percepção das demandas e da capacidade de enfrentá-las (HIRSCHLE ALT, et al., 2020).

Em uma sociedade contemporânea marcada por demandas excessivas e pressões constantes, a exposição contínua a fatores estressores pode levar ao esgotamento do bem estar físico e emocional do indivíduo. O desgaste que o ser humano é inserido pode comprometer a saúde mental, o funcionamento cognitivo e fisiológico, repercutindo em uma série de sintomas negativos e prejudiciais, bem como ansiedade, depressão e outras condições psicopatológicas (LOPES RP, et al., 2021).

A ansiedade é conceituada como uma expressão fisiológica natural do indivíduo humano, sendo um fenômeno adaptativo complexo que ao detectar estímulos ameaçadores libera cortisol e na estimulação do

sistema nervoso simpático. Desta forma, o processo fisiológico que caracteriza a síndrome da ansiedade são subdivididos como sintomas subjetivos e objetivos. Os sintomas subjetivos se manifestam como experiências psicológicas, incluem medo, preocupações emocionais, e despersonalização, os sintomas objetivos, ou somáticos, abrangem manifestações físicas como dores abdominais, náuseas, vertigens, palpitações e boca seca (FROTA, et al., 2022).

O conceito de saúde mental segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), se compreende pelo sentimento de bem estar e saber lidar com o estresse experienciado ao longo da vida. Então, a saúde mental se define além da ausência de transtornos mentais e como condição indispensável para o desenvolvimento pessoal dos seres humanos. Logo, a saúde mental é indispensável para fortalecimento da saúde individual, sendo os comprometimentos mentais incapacitantes, impactando negativamente nas relações interpessoais e qualidade de vida das pessoas (SOUZA ASR, et al., 2021).

De acordo com o Relatório mundial sobre saúde mental divulgado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), durante a pandemia da COVID-19 houve um aumento significativo de 26% da ansiedade na população (OMS, 2022). O Brasil, ocupa a segunda posição global no desenvolvimento de ansiedade, bem como, é considerado um dos países mais estressados do mundo com 72% dos trabalhadores relatando estresse no ambiente de trabalho (ISMA, 2023).

O estresse e ansiedade são condições prejudiciais desenvolvidas, interligadas e inseridas continuamente no ambiente hospitalar, representando prejuízos e desafios a serem enfrentados cotidianamente pelos enfermeiros no ambiente laboral. Os enfermeiros lidam com uma carga de trabalho excessiva, déficit de recursos humanos e materiais, constante exposição ao sofrimento dos pacientes, familiares e de condições clínicas complexas, sendo estes fatores recorrentes contributivos para a elevação dos níveis de estresse e ansiedade (VEGA EAU, et al., 2023).

Em associação o estresse e ansiedade poderá contribuir ao esgotamento biopsicossocial dos enfermeiros, assim repercutindo em comprometimentos à saúde mental do trabalhador, podendo levar a níveis elevados de estresse, ansiedade e podendo culminar em Síndrome de Burnout. Portanto, é fundamental que haja intervenções organizacionais, incluindo a melhoria das condições de trabalho e a promoção de um ambiente laboral saudável, acolhedor e promissor, mitigando os fatores de repercussão negativa, assim resguardando a saúde mental dos enfermeiros e minimizando os fatores adoecedores do ambiente laboral (SANTOS DR, et al., 2021). Portanto, o presente estudo teve como objetivo identificar na literatura a relação entre estresse e ansiedade em enfermeiros que atuam na assistência hospitalar de alta complexidade.

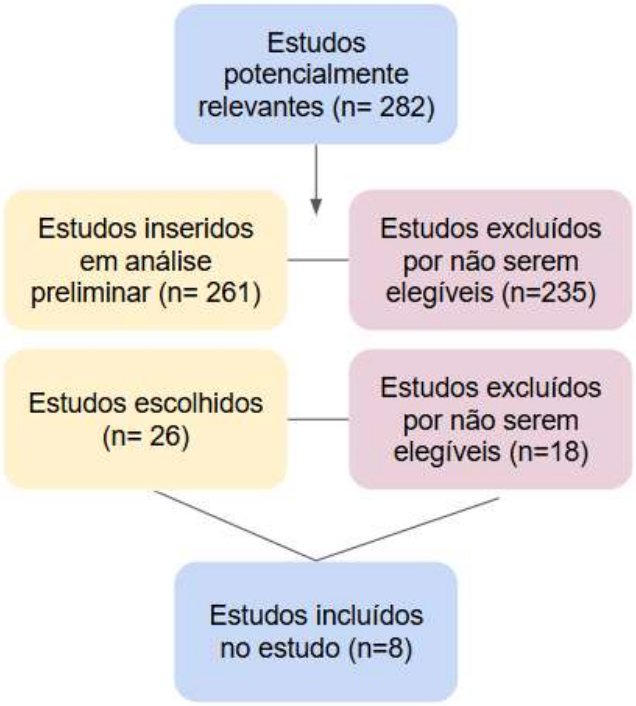
MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, baseado na questão norteadora de quais os os fatores que estão relacionados ao estresse e ansiedade em enfermeiros no contexto hospitalar da alta complexidade. A pesquisa bibliográfica foi realizada entre os meses de junho de 2023 e junho de 2024, sendo realizado o levantamento bibliográfico nas bases de dados: National Library of Medicine's (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) e SCOPUS. Utilizaram-se os Descritores em Ciências da Saúde: ‘’Estresse Laboral’’, “Ansiedade”, “Enfermeiros”, com o auxílio do operador booleano “AND”.

Para a elegibilidade do estudo, foram utilizados respectivos critérios de inclusão: Estudos publicados nas bases de dados selecionadas previamente, disponíveis integralmente e gratuitamente, publicados nos últimos 5 anos, nos idiomas português, inglês ou espanhol. Sendo assim, os artigos que não se caracterizavam nos critérios supracitados e não contemplavam a questão de pesquisa, foram excluídos.

A identificação e seleção dos artigos contemplados neste estudo foram realizadas pelos autores os quais se direcionaram através da questão norteadora, critérios de elegibilidade de inclusão e exclusão de estudos. Desta forma, foram selecionados preliminarmente 282 estudos potencialmente relevantes nas bases de dados, sendo inseridos na análise preliminar 261 artigos acerca da temática elencada, destes foram excluídos 235 por não contemplarem o objeto de estudo, posteriormente foram escolhidos 26 artigos e que após leitura e análise minuciosa foi finalizado com 8 artigos selecionados e elegíveis para incluir a amostra final deste estudo (**Figura 1**).

Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos estudos, considerando os critérios de inclusão, correspondendo ao objeto de estudo.



Fonte: Santana EM, et al., 2025.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante das buscas realizadas na literatura foram inseridas para subsidiar este estudo o total de 8 publicações. Ao analisar minuciosamente cada um dos elementos evidenciados pelos estudos foi possível perceber que a ansiedade e estresse em enfermeiros são condições multicausais, sendo intensificados e associados por fatores biopsicossociais, bem como, sendo de maneira mais expressiva elucidados pelas condições laborais.

Os estudos contemplados para esse estudo foram analisando quanto ao ano de publicação, sendo as buscas realizadas entre os períodos de 2020 a 2024, sendo o ano de 2023 o que obteve a maior quantidade de publicações com duas (33,2%), seguindo publicações em 2020, 2021, 2022 e 2024, cada ano com uma (16,6%) publicação incluída nessa busca. Sobre as descrições metodológicas dos estudos incluídos nesta revisão de literatura, identificou-se que todos os estudos tiveram abordagem quantitativa.

Na amostra final do estudo, foram obtidas informações extraídas dos artigos selecionados, foram organizados em um quadro e uma figura com instrumentos elaborados pelos autores. No primeiro instrumento foi elaborada uma figura com informações referentes ao desenho do estudo na **Figura 1**.

No segundo instrumento foi elaborado um quadro com informações estruturadas sobre o objetivo dos estudos selecionados, autor/ano e principais resultados evidenciados no desenvolvimento destes estudos, constando posteriormente no **Quadro 1**.

Com os estudos analisados minuciosamente, foram inseridos neste estudo os artigos que trouxeram reflexão crítica e reflexiva sobre os fatores contribuintes para o desenvolvimento de estresse e ansiedade em enfermeiros inseridos no contexto hospitalar de alta complexidade. Sendo percebido que existe correlação e

predisponibilidade de quando o enfermeiro é comprometido com o estresse, consequentemente se torna vulnerável para o desenvolvimento da ansiedade, assim trazendo a percepção de que essas condições acarretam na fragmentação na saúde mental individual e qualidade de vida dos enfermeiros.

Em estudos dos últimos cinco anos é notório que o estresse e ansiedade em enfermeiros assumiu uma condição crescente, tendo em vista que o período da COVID-19 foi um momento de grande influência para a acentuação destas questões, inserido os enfermeiros em ambientes mais estressantes, arriscados, situações de vulnerabilidade e alta complexidade da saúde. Assim, sem medidas estratégicas de enfrentamento desse contexto, os enfermeiros vivenciaram um período de grande angústia pessoal e profissional sem suporte emocional, psicológico, laboral e institucional, contribuindo negativamente para o agravamento das repercussões do estresse e ansiedade.

Quadro 1 - Artigos incluídos na amostra final do estudo segundo título, objetivo, autor, ano de publicação e principais resultados.

Objetivo	Autor/ano	Principais resultados
Avaliou os níveis de estresse, ansiedade e depressão dos médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem submetidos à exposição prolongada de trabalho em ambientes de UTI em um hospital geral de grande porte.	Bombarda F, et al. (2024).	66% da amostra tiveram índices de ansiedade acima do normal e 26% tinham índices sugestivos de sintomas graves de estresse
Avaliou os níveis de ansiedade traço-estado e sua correlação com o estresse ocupacional e com os fatores sociobiográficos e ocupacionais dos profissionais de enfermagem.	Vega EAU, et al. (2023).	Existe uma correlação positiva entre os escores de ansiedade traço-estado, os escores de estresse e as dimensões do estresse
Identificou as possíveis associações entre o estresse e o sofrimento com as variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida.	Medeiros SEG, et al. (2023).	O estresse do enfermeiro/a tem relação com fatores como baixa remuneração
Determinou os fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão, concomitantemente, em profissionais de enfermagem que atuam no contexto hospitalar.	Assis BB, et al. (2022).	Os níveis de estresse, ansiedade e depressão nos profissionais de enfermagem são impactados por fatores demográficos, fisiológicos, sociais e laborais.
Analisar as associações entre a percepção de risco de adoecimento por COVID-19 e os sintomas de depressão, ansiedade e estresse em profissionais atuantes em unidades de saúde	Costa, et al. (2022).	Observou-se que as associações entre a percepção de risco e os sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram mais fortes à medida que aumentava a classificação de gravidade de cada sintoma.
Investigou os níveis de ansiedade, depressão e estresse e seus fatores associados, entre profissionais de enfermagem que compõem a equipe que atua na unidade COVID19 de um Hospital Universitário na região sul-brasileira.	Appel AP, et al. (2021).	53,8% dos profissionais de enfermagem apresentaram nível de ansiedade; sendo 25% moderada e 15,4% muito grave.

Avaliar o ambiente de prática profissional da enfermagem em unidades neonatais e sua relação com os níveis e as principais fontes de estresse ocupacional.	Lopes RP, et al. (2021).	O trabalho em equipe com médicos foi o fator predominante para os altos níveis de estresse dos enfermeiros.
Identificou o nível de Satisfação por compaixão, burnout e estresse traumático secundário em enfermeiros portugueses do âmbito hospitalar e analisou a sua variação em função das características sociodemográficas e profissionais.	Batalha E, et al. (2020).	Os resultados elucidam a necessidade de estratégias para gestão de estresse.

Fonte: Santana EM, et al., 2025.

Com os resultados obtidos através das evidências científicas, foi possível realizar uma análise crítica e reflexiva sobre os estudos incluídos neste estudo sobre a relação do estresse e ansiedade em enfermeiros inseridos no contexto hospitalar de alta complexidade, sendo possível discutir sobre a temáticas as questões relevantes que direcionam os enfermeiros no ambiente de trabalho a desenvolver condições patológicas somáticas pela exposição vivenciada no cotidiano profissional.

Um relatório emitido pela OMS (2020) descreveu que os trabalhadores da enfermagem apresentam altos níveis de ansiedade, acrescidos do risco de adoecer, provocando severos problemas de saúde mental e aumentando os casos da Síndrome de Burnout, além de gerar ansiedade, depressão e estresse associado. Essa afirmação se confirma com os dados da literatura encontrados neste estudo.

Em um estudo realizado com o quantitativo de 100 profissionais de saúde, inseridos em ambientes críticos da assistência hospitalar, composto em sua maioria 85% por mulheres que atuam neste contexto em média a 5 anos, foi possível verificar que 66% desses profissionais possuíam ansiedade desde mínima a muito grave, bem como, concomitantemente 50% dos mesmos possuíam estresse mínimo a muito grave. Corroborando com uma publicação realizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), ao qual enfatiza que a ansiedade teve um aumento de 25% apenas no primeiro ano da pandemia, fazendo um alerta de que pessoas com condições graves de saúde mental morrem em média de 10 a 20 anos mais cedo do que a população em geral (BOMBARDA F, et al., 2024).

O estresse e ansiedade são condições consideradas interligadas, que podem se influenciar mutuamente, com uma podendo contribuir para o desenvolvimento da outra. Pela atuação profissional dos enfermeiros, essas condições são cotidianamente vivenciadas, uma vez que esses profissionais lidam com questões sensíveis, sendo expostos às diversas situações críticas, dor, sofrimento e processo de morte. Com isso, um estudo realizado com 162 profissionais de enfermagem, predominantemente do sexo feminino (85,2%), que de acordo com o estudo existe uma correlação positiva entre os escores de ansiedade traço-estado, os escores de estresse e as dimensões do estresse (rho = 0,811, $p < 0,001$) e que (64,8%) dos profissionais de enfermagem relataram se sentir de moderadamente a altamente estressados (VEGA EAU, et al., 2023).

São diversos os fatores que podem contribuir para o estresse nos enfermeiros, sendo exposto através de um estudo realizado que (59,1%) dos enfermeiros possuíam estresse grave, sendo relacionado com as questões pessoais, laborais e hábitos de vida contribuem para o desenvolvimento de estresse em enfermeiros. Sendo esses fatores representados pela insatisfação com a remuneração salarial, interesse em mudar de emprego e ou profissão, número de vínculos empregatícios, falta de reconhecimento profissional, qualidade do sono, consumo de bebidas alcoólicas, tornando-se fatores contribuintes para o desenvolvimento de estresse e intensificá-lo até os níveis considerados graves, representando uma condição preocupante e que se contrapõem a qualidade de vida dos enfermeiros (MEDEIROS SEG, et al., 2023).

Diante de um estudo realizado foi destacado o impacto da alta prevalência de estresse (56,66%) e ansiedade (49,61%) nos profissionais de enfermagem, ao qual pode refletir negativamente no contexto laboral

como consequência do aumento da taxa de absenteísmo, assim podendo comprometer a segurança do paciente, dimensionamento e organização do estabelecimento de saúde, predispondo à perda de recursos financeiros e qualidade da gestão da instituição. Os fatores anteriormente citados, refletem na fragmentação da saúde do trabalhador e adoecimento do meio laboral, consequentemente trazendo consequências prejudiciais para o profissional de saúde, pacientes e serviços de saúde, principalmente se tratando de setores com necessidades intensas de cuidados prestados e alta complexidade (ASSIS BB, et al., 2022).

A pandemia da COVID-19 foi um dos maiores problemas de saúde pública enfrentados mundialmente pela sociedade, assim como pelos profissionais de saúde por se tratar de uma doença nova, sem literaturas prévias de manejos, protocolos e orientações, bem como, por trazer consigo altas taxas de morbidade e mortalidade. Com um estudo realizado foi possível verificar que os profissionais de saúde apresentaram sintomas severos de estresse (21,5%) e ansiedade (29,6%), que se acentuaram com a alta percepção de risco de adoecimento pela COVID-19, assim trazendo que metade dos profissionais de saúde apresentavam grau leve, moderado ou severo de estresse e ansiedade, ao vivenciar e serem inseridos na calamidade da COVID-19 (COSTA, et al., 2022).

E ainda pela reflexão de outro estudo realizado sobre a prevalência e fatores associados ao estresse e ansiedade numa equipe de enfermagem na COVID-19, foi constatado que os profissionais de enfermagem possuíam estresse (40,3%) e ansiedade (53,8%), associados às condições de serem inseridos em setor para atendimento de pacientes com COVID-19 e o tempo de serviço na instituição de saúde. Desta forma, foi possível reconhecer que a pandemia da COVID-19 impactou negativamente nas condições psicológicas, emocionais e sociais dos profissionais de enfermagem, acentuando os níveis de estresse e ansiedade nas dimensões pessoais, profissionais e sociais, refletindo diretamente na assistência a saúde de pacientes graves e de alta complexidade (APPEL AP, et al., 2021).

Além dos diversos dos diversos fatores anteriormente citados, o relacionamento com a equipe multidisciplinar representa um fator adoecedor para os profissionais de enfermagem, baseado em um estudo realizado que percebeu o predomínio de fatores contribuintes para estresse de nível baixo, intermediário e elevado (média de valores de 2,5 e superiores) na equipe de enfermagem. Sendo os fatores que contribuem para o estresse na equipe de enfermagem em como são distribuídas as tarefas do serviço, falta de informação e feedback sobre decisões organizacionais, favoritismo no ambiente de trabalho, relação entre médicos e enfermeiros, falta de perspectiva de crescimento na carreira e o tempo destinado à realização de atividades pelo volume de trabalho, assim sendo possível evidenciar que a relação entre a equipe multiprofissional precisa ser fortalecida e reestruturada (LOPES RP, et al., 2021).

A satisfação profissional dos enfermeiros reflete diretamente nos níveis de estresse e ansiedade apresentando por esta categoria profissional, sendo relatado médio e alto nível de estresse traduzido através da análise realizada representada por (56,2%) de enfermeiros com estresse traumático secundário. Os enfermeiros estão expostos a diversos fatores que afetam a sua saúde mental, lidando com situações graves, complexas e difíceis no ambiente laboral. O estresse traumático secundário possui relação direta com a Síndrome Burnout, sendo elucidado a necessidade emergente que sejam desenvolvidas estratégias que promovam a saúde mental dos enfermeiros, realizando a gestão do estresse, esgotamento físico, psíquico e emocional, possibilitando um ambiente acolhedor, seguro, mediando a melhoria das relações interprofissionais, trazendo escuta qualificada e apoio para a satisfação profissional e prazer (BATALHA E, et al., 2020).

Os estudos evidenciaram que estresse e ansiedade são fatores que se relacionam entre si e impactam de maneira prejudicial nos aspectos fisiológicos, sociais e laborais dos enfermeiros. Desta forma, considerando os prejuízos à saúde mental dos enfermeiros, torna-se essencial desenvolver medidas de enfrentamento para melhoria da saúde do trabalhador e qualidade de vida. Percebeu-se com esta pesquisa a importância de estimular a adoção de estratégias de fatores modificáveis para saúde promotores da qualidade de vida como alimentação saudável para prevenção de obesidade, estímulo de realização de atividade física, controle de vícios como tabagismo e alcoolismo e ênfase na qualidade do sono.

Ante ao exposto, foi possível perceber que os estudos analisados concordam para a necessidade de investimento em ações voltadas para saúde mental dos profissionais de enfermagem através de estratégias que proporcionem ambientes de trabalho que promovam a saúde mental dos enfermeiros, principalmente com o objetivo de diminuir o estresse no ambiente laboral. Além disso, essa revisão integrativa contextualiza que os enfermeiros e equipe de enfermagem, especificamente que atuam em ambiente hospitalar, estão expostos a situações de estresse ocupacional, tendo influência da baixa remuneração profissional.

São diversas as condições que culminam no adoecimento e comprometimento da saúde mental dos enfermeiros, consequente sendo necessário promover medidas de aconselhamento, suporte e acompanhamento da saúde mental dos trabalhadores. Uma vez que, os enfermeiros são considerados a espinha dorsal de qualquer serviço de saúde, sendo essencial que a sua saúde biopsicossocial esteja fortalecida, para que assim que a assistência a saúde seja cada vez mais holística, humanizada, cuidadosa e voltadas às necessidades reais e potenciais dos pacientes com a execução da enfermagem enquanto profissão com a prática baseada em evidências e nos diversos contextos dos níveis de atenção à saúde com integralidade e longitudinalidade.

Desta forma, as limitações deste estudo foram encontrar nas bases de dados estudos que abordassem estresse e ansiedade apenas em enfermeiros, pois em sua maioria contemplava todos os profissionais de saúde e equipe de enfermagem. É de suma importância que sejam desenvolvidos outros estudos contemplando a temática do estresse e ansiedade em enfermeiros, considerando que pelo diversos contextos pessoais, laborais e sociais, os fatores que influenciam nesse processo de condição patológica vão se modificando diante das situações e das evoluções sociais. Considerando que os enfermeiros são profissionais cruciais nos serviços de saúde, nos diversos níveis de atenção, atuando desde assistência à saúde, docência e gestão, são provedores de uma saúde longitudinal, integral, equânime e universal nas diversas fases da vida humana.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste estudo possibilitou identificar e compreender na literatura científica os fatores que influenciam e desencadeiam o estresse e ansiedade em enfermeiros no contexto da assistência hospitalar de alta complexidade. Sendo exposto pelas evidências que o estresse e ansiedade em enfermeiros estão associados às longas jornadas de trabalho, baixa remuneração salarial, o período de calamidade pública vivenciado pela COVID-19, renda hipossuficiente para as necessidades individuais e familiares dos enfermeiros, repercutindo na insatisfação com a profissão e desejo de mudar de emprego e ou profissão, sendo as condições biopsicossociais e laborais precursores para o desenvolvimento estresse e ansiedade em enfermeiros e as repercussões proveniente destas condições são representadas pelo absenteísmo, depressão, síndrome de burnout e diversas condições negativas a saúde mental dos enfermeiros.

AGRADECIMENTOS E FINANCIAMENTO

Ao Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade de Pernambuco - UPE/UEPB e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela oportunidade de crescimento profissional e intelectual.

REFERÊNCIAS

1. ABRAHÃO TB, et al. Principais causas do estresse e da ansiedade na sociedade contemporânea e suas consequências na vida do indivíduo. Revista Conexões: Revista de Contradição, 2022; 3(1): 28-40.
2. APPEL AP, et al. Prevalence and factors associated with anxiety, depression and stress in a COVID-19 nursing team. Revista Gaúcha de Enfermagem, 2021; 42: 1-19.
3. ASSIS BB, et al. Factors associated with stress, anxiety and depression in nursing professionals in the hospital context. Revista Brasileira de Enfermagem, 2022: 75: 1-8.
4. BATALHA E, et al. Satisfação por compaixão, burnout e estresse traumático secundário em enfermeiros da área hospitalar. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, 2020; 24: 1-9.

5. BATISTA JMC, et al. Fatores influenciadores na satisfação profissional de enfermeiros: uma análise multidimensional. Periódicos Brasil. Pesquisa Científica, 2024; 3(2): 2071-2086.
6. BOMBARDA F, et al. Avaliação de ansiedade, estresse e depressão em profissionais de saúde que atuam em ambientes de unidades de terapia intensiva. Caderno Pedagógico, 2024; 21: 1-25.
7. CAVALCANTE FLNF, et al. Depressão, ansiedade e estresse em profissionais da linha de frente da COVID-19. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, 2022; 27: 6-20.
8. DUVAL ER, et al. Neural circuits in anxiety and stress disorders: a focused review. Ther Clin Risk Manag., 2015; 15-26.
9. ELERES FB, et al. A infecção por coronavírus chegou ao Brasil, e agora? Emoções de enfermeiras e enfermeiros. Revista Brasileira de Enfermagem, 2021; 74: e20201154.
10. FERREIRA BES, et al. Os enfermeiros e a síndrome de burnout no contexto da pandemia da COVID-19. Nursing Edição Brasileira, 2024; 28(313): 9339-9350.
11. HIRSCHLE ALT, et al. Stress and well-being at work: a literature review. Ciência & Saúde Coletiva, 2020; 25(7).
12. ISHIGAMI B, et al. Ansiedade e depressão em trabalhadores de saúde da UTI Covid-19 em um hospital de referência. Saúde em Debate, 2024; 48(141): e8850.
13. ISMA-BR. 2023. 72% dos brasileiros estão estressados no trabalho, revela pesquisa. Disponível em: https://www.ismabrasil.com.br/noticia/72-dos-brasileiros-estao-estressados-no-trabalho-revela-pesquisa-istoe-dinheiro. Acessado em: 11 de setembro de 2023.
14. LOPES RP, et al. Professional practice environment and nursing work stress in neonatal units. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2021; 55: 1-10.
15. LUDOVINO LA, et al. Estresse ocupacional: Fatores de risco para os profissionais da medicina e da enfermagem. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021; 13(11): e9046.
16. MACHADO HMB, et al. Prevalência de estresse ocupacional em enfermeiros que atuam na urgência e emergência da cidade de Boa Vista–RR. Revista Enfermagem Atual In Derme, 2023; 97(3): e023144.
17. MATTANA ADB, et al. Estresse em profissionais de enfermagem da linha de frente da Covid-19. Research, Society and Development, 2022; 11(7): e9011729669.
18. MEDEIROS SEG, et al. Estresse e sofrimento em enfermeiros hospitalares: relação com variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida. Texto & Contexto - Enfermagem, 2023; 32: 1-15.
19. OLIVEIRA FA, et al. Estresse ocupacional e comportamentos de saúde de enfermeiros de um hospital terciário de Fortaleza–Ceará. Saúde Coletiva (Barueri), 2020; 10(57): 3439-3456.
20. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório Mundial de Saúde Mental: Transformando a Saúde Mental para Todos. 2022. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338. Acesso em: 12 de novembro de 2023.
21. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) e Organização Internacional do Trabalho (OIT). Saúde mental no trabalho: OMS e OIT pedem novas medidas para enfrentar os problemas de saúde mental no trabalho. 2022. Disponível em: https://www.ilo.org/pt-pt/resource/news/oms-e-oit-pedem-novas-medidas-para-enfrentar-os-problemas-de-saude-mental. Acesso em: 15 de novembro de 2023.
22. RACHED CDA, et al. Fatores desencadeantes da ansiedade dos trabalhadores de enfermagem: revisão de escopo. Revista Psicologia, Saúde & Doenças, 2023; 24(2): 748-757.
23. SANTOS DR, et al. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: revisão da literatura. Brazilian Journal of Development, 2021.
24. SANDOVAL LB, et al. Transtorno de ansiedade desenvolvido durante a pandemia COVID-19 em equipe de enfermagem Anxiety disorder developed during the pandemic COVID-19 in nursing staff. Brazilian Journal of Health Review, 2021; 4(6): 29225-29245.
25. SILVA MF. Estresse, qualidade de vida e estratégias de enfrentamento em enfermeiros atuantes na unidade neonatal. Tese de Doutorado.
26. SILVA MF da, et al. Estresse, qualidade de vida e estratégias de enfrentamento em enfermeiros atuantes na unidade neonatal. 2021. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Ciências) - Fundação Oswaldo Cruz e o Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, Rio de Janeiro, 2021.
27. SOUSA CNS, et al. Análise do estresse ocupacional na enfermagem: revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2020; 52: e3511.
28. SOUZA ASR, et al. Factors associated with stress, anxiety, and depression during social distancing in Brazil. Revista de Saúde Pública, 2021; 55: 5.
29. VEGA EAU, et al. Níveis de ansiedade e estresse no trabalho da enfermagem em unidades de internação., Aquichan, 2023; 23(1): 6.
30. ZANCAN RK, et al. Estresse, ansiedade, depressão e inflexibilidade psicológica em estudantes universitários de graduação e pós-graduação. Estud. Pesqui. Psicol., 2021; 21(2): 749-767.