

## **Análise do estresse ocupacional na enfermagem: revisão integrativa**

Analysis of occupational stress in nursing: integrative review

Análisis del estrés ocupacional en enfermería: revisión integrativa

Camila Natália Santos de Sousa<sup>1\*</sup>, Fernanda Bandeira da Silva<sup>1</sup>, Juana Lacerda da Silva<sup>1</sup>, Antonio Junior Amorim dos Santos<sup>1</sup>, Edilmara Patrícia Rocha<sup>1</sup>, Francieli Ribeiro de Freitas de Mello<sup>1</sup>, Dóris Cristina Gedrat<sup>1</sup>, Gehysa Guimarães Alves<sup>1</sup>.

---

### **RESUMO**

**Objetivo:** Descrever os níveis de estresse ocupacional dos profissionais da saúde. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa, a qual percorreu as seis etapas propostas por Mendes et al (2008), que são: estabelecimento de hipótese; amostragem; categorização dos estudos; avaliação dos estudos; interpretação dos resultados e síntese do conhecimento. A coleta de dados foi realizada nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF). Foram selecionados oito artigos: quatro de abordagem qualitativa, três de abordagem quantitativa e um de revisão sistemática, no idioma português. **Resultados:** Os principais fatores de estresse são sobrecarga de trabalho; esgotamento físico e emocional; turno matutino e noturno; baixo salário; morte do paciente; necessidades dos familiares de pacientes críticos; relacionamento interpessoal; atividades relacionadas ao funcionamento da unidade; condições ambientais e assistência de enfermagem. **Conclusão:** Conclui-se que o nível médio de estresse foi o mais encontrado entre os enfermeiros, atrelado a uma série de causas que levam a problemas graves de saúde.

**Palavras-chave:** Estresse ocupacional, Saúde do trabalhador, Profissionais da saúde.

---

### **ABSTRACT**

**Objective:** To describe the occupational stress levels of health professionals. **Methods:** This is an integrative review, which went through the six stages proposed by Mendes et al (2008), which are: establishment of a hypothesis; sampling; categorization of studies; evaluation of studies; interpretation of results and synthesis of knowledge. Data collection was performed in the Virtual Health Library (VHL), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline) and Nursing Database (BDENF). Eight articles were selected: four from a qualitative approach, three from a quantitative approach and one from a systematic review, in Portuguese. **Results:** The main stressors are work overload; physical and emotional exhaustion; morning and night shift; low salary; patient's death; needs of family members of critically ill patients; interpersonal relationship; activities related to the operation of the unit; environmental conditions and nursing care. **Conclusion:** It is concluded that the average level of stress was the most found among nurses, linked to a series of causes that lead to serious health problems.

**Key words:** Occupational stress, Worker's health, Health professionals.

---

### **RESUMEN**

**Objetivo:** Describir los niveles de estrés laboral de los profesionales de la salud. **Métodos:** Esta es una revisión integradora, que pasó por las seis etapas propuestas por Mendes et al (2008), que son: establecimiento de una hipótesis; muestreo; categorización de estudios; evaluación de estudios; interpretación de resultados y síntesis de conocimiento. La recopilación de datos se realizó en la Biblioteca

---

<sup>1</sup>Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), Canoas - RS. \*E-mail: [camilanataliaenf@outlook.com](mailto:camilanataliaenf@outlook.com)

Virtual en Salud (BVS), Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), Sistema de Análisis y Recuperación de Literatura Médica en línea (Medline) y Base de Datos de Enfermería (BDENF). Se seleccionaron ocho artículos: cuatro de un enfoque cualitativo, tres de un enfoque cuantitativo y uno de una revisión sistemática, en portugués. **Resultados:** los principales factores estresantes son la sobrecarga de trabajo; agotamiento físico y emocional; turno de mañana y noche; salario bajo; muerte del paciente; necesidades de familiares de pacientes críticos; relacionamiento interpersonal; actividades relacionadas con el funcionamiento de la unidad; condiciones ambientales y cuidados de enfermería. **Conclusión:** Se concluye que el nivel promedio de estrés fue el más encontrado entre las enfermeras, vinculado a una serie de causas que conducen a problemas de salud graves.

**Palabras clave:** Estrés ocupacional, Salud ocupacional, Profesionales de la salud.

---

## INTRODUÇÃO

As atividades laborais dos enfermeiros, em plantões ou diferentes turnos de trabalho podem desencadear agravos na saúde deste trabalhador, influenciadas pelo excesso de atividades, acúmulo de funções, dentre outros. Dessa forma, o trabalho torna-se alvo de estudos no intuito de desenvolver ações que reduzam os efeitos negativos das atividades laborais, pois logo deixa de ser um meio para realização pessoal e profissional, passando a ser um dos principais causadores do estresse (TEIXEIRA LB, et al., 2017).

Nos dias atuais, o termo estresse tem sido muito utilizado no âmbito do senso comum e no campo científico, e o que se percebe é a falta de consenso sobre o fenômeno, definido pelos teóricos ora como resposta, ora como estímulo, ou ainda como uma transação entre indivíduo e ambiente. O ritmo de trabalho do profissional de enfermagem não se relaciona com os ritmos biológicos do indivíduo, transparecendo efeitos que refletem na saúde do trabalhador a partir das atividades do cotidiano (HIRSCHLE ALT, et al., 2019).

As causas do estresse ocupacional são reações físicas ou mentais relacionadas às atividades e ocorrências do ambiente de trabalho, e com isso estão relacionados não só ao ambiente de trabalho e às sobrecargas de responsabilidade, mas também a um conjunto de acontecimentos que desestrutura o trabalhador, podendo levar a doenças físicas e mentais. O estresse no trabalho pode ser percebido pelo indivíduo como uma ameaça, com repercussões em sua vida profissional e pessoal, sendo que o trabalhador percebe a relação do ambiente laboral e os acontecimentos. Da mesma maneira, ocorrem reações desse mesmo trabalhador para o enfrentamento dessas situações (UENO LGS, et al., 2017).

O estresse está relacionado à enfermagem principalmente pelo fato de profissionais desta área terem que trabalhar com pessoas doentes, em sofrimento físico e psíquico, que demandam atenção, compreensão e empatia. Lidando com este público e situações adversas, os sentimentos que desenvolvem podem levá-lo ao estado de irritação, desapontamento e até mesmo à depressão (PRETO VA, 2008).

Dessa forma, os principais efeitos à saúde ocasionados pelo estresse ocupacional são ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, confusão, preocupação excessiva, dificuldade de concentração e de relaxar, ira e hipersensibilidade emotiva. Além de doenças cardíacas, dermatológicas, gastrointestinais, neurológicas e do sistema imunológico, tornando o indivíduo vulnerável a doenças.

Entretanto, quando o estresse ocupacional passa de adaptativo para avançado, e os sintomas físicos, psíquicos e comportamentais interferem na capacidade laboral, dá-se início a doenças como a Síndrome de Burnout. Assim, os profissionais da área da saúde são mais propensos a desenvolver esta síndrome do que outros trabalhadores, devido à falta de valorização profissional, sobrecarga de trabalho e enfrentamento direto a situações de sofrimento e tristeza (ZOMER FB e GOMES KM, 2017).

Na enfermagem, por meio da compilação de diversos autores, classificaram-se e agruparam-se em categorias os estressores relacionados com a enfermagem e seu trabalho: problemas de comunicação com

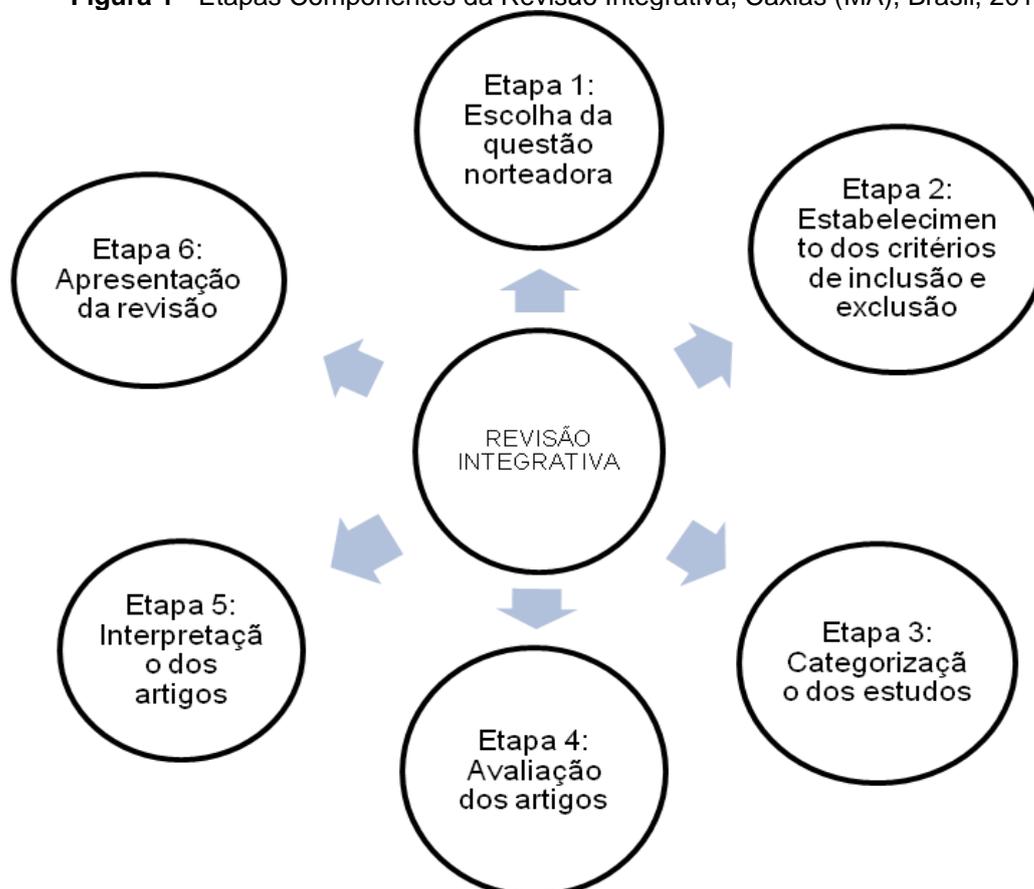
a equipe; problemas inerentes à unidade; falta de assistência prestada; interferência na vida pessoal e atuação do enfermeiro. A carga de trabalho é o estressor mais proeminente na atividade do enfermeiro, além dos conflitos internos entre a equipe e a falta de respaldo do profissional, sendo a indefinição do papel profissional um fator somatório aos estressores (STACCIARINI JM e TRÓCOLI BT, 2001).

Considerando-se a relevância do tema, o presente trabalho apresenta uma revisão integrativa de literatura, que tem como objetivo descrever os níveis de estresse ocupacional dos profissionais da saúde.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa, a qual percorre as seis etapas propostas por Mendes KDS, et al. (2008), a saber: estabelecimento de hipótese ou questão de pesquisa; amostragem ou busca na literatura; categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos na revisão; interpretação dos resultados; síntese do conhecimento ou apresentação da revisão (**Figura 1**).

**Figura 1** - Etapas Componentes da Revisão Integrativa, Caxias (MA), Brasil, 2019.



**Fonte:** Sousa CNS, et al., 2020. Baseado em Mendes KDS, et al. (2008).

Para a coleta dos dados, foram realizadas buscas no Portal Regional BVS em três bases de dados: Lilacs, Medline e BDNF. Com o objetivo de localizar artigos que abordassem a temática do estresse ocupacional em profissionais da saúde, foram utilizados os seguintes descritores em português: estresse ocupacional; saúde do trabalhador; profissionais da saúde.

Utilizou-se o operador booleano AND, fazendo a relação “estresse ocupacional” AND “saúde do trabalhador”, com total de 40 estudos após análise de títulos e 10 após leitura dos resumos; “estresse ocupacional” AND “profissionais da saúde”, identificando-se 38 artigos após leitura dos títulos e 17 com leitura dos resumos; com a relação “estresse ocupacional” AND “saúde do trabalhador” AND “profissionais da saúde”, identificando-se 30 estudos após vistoria dos títulos, restando 15 após leitura dos resumos.

Os critérios de inclusão foram: artigos *online* na íntegra, em idioma português e inglês, de periódicos científicos ou revistas acadêmicas, do período de 2015 a 2019. Os critérios de exclusão foram: teses, livros, textos incompletos, resumos, artigos repetidos, resenhas e artigos que não tratassem do estresse ocupacional na vida dos profissionais de saúde.

Ao todo, foram encontrados 42 artigos, mas, após exclusão de artigos repetidos, apenas oito artigos foram selecionados para leitura e análise de conteúdo por se tratar do estresse ocupacional no contexto de trabalho. Para a análise dos artigos, foram considerados: método, participantes, instrumentos, país de origem, objetivos, resultados, a partir da categorização dos dados, através da ordenação, classificação e análise final dos dados pesquisados.

Buscou-se identificar um tema que abordasse a importância da pesquisa e elaboração da questão de investigação: qual o nível de estresse ocupacional entre os profissionais de enfermagem? Foram selecionados, de acordo com a investigação, textos completos com informações a serem extraídas dos estudos selecionados para atender a questão de pesquisa. Para a avaliação crítica dos estudos, foi realizada a leitura dos artigos selecionados na íntegra e, em seguida, realizou-se o preenchimento de instrumento de coleta de dados. A busca foi realizada de agosto a setembro de 2019, pelo acesso *online* às bases de dados, gerando uma amostra final de oito artigos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste manuscrito, foram considerados oito artigos científicos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Para obter os resultados foram confeccionados quadros sinópticos com as características que compõem as pesquisas realizadas segundo seus critérios metodológicos. Foram extraídos das publicações conteúdos que pudessem ser identificados como níveis de estresse ocupacional na enfermagem.

Dentre os critérios metodológicos, a maioria dos estudos, totalizando quatro, foi do tipo quantitativo, realizados em hospitais, com a utilização de questionário aplicado a profissionais da enfermagem, sendo os enfermeiros a categoria com maior número de entrevistados. Outros três artigos foram classificados como qualitativos e um foi uma pesquisa integrativa. Todos foram encontrados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

O estudo de Moura RS, et al. (2019), realizado em um hospital de Maceió, Alagoas, teve 72 participantes, sendo a maioria composta por técnicos de enfermagem, do sexo feminino, adultos jovens e casados. Verificou-se, além do escore de estresse moderado, que é mais provável que um profissional que apresente, essa sintomatologia talvez possa desencadear um alto nível de estresse laboral. Averiguou-se, então, uma taxa significativa de estresse e de absenteísmo, que o ambiente laboral exerce situações tensiogênicas frequentes, pois pela má remuneração salarial, esses profissionais assumem múltiplas jornadas de trabalho que não cessam nos seus domicílios, aumentando seus níveis de estresse.

Os resultados encontrados por Souza VFSS e Araújo TCCF (2015) surgiram de uma investigação sobre estresse e resiliência entre profissionais da área de enfermagem. Os principais fatores de risco encontrados foram trabalhar em jornada de plantão e ter mais de um vínculo empregatício, tendo o suporte social como fator de proteção mais significativo. Técnicos de enfermagem representaram a categoria mais vulnerável comparada às outras categorias, além disso, mais da metade dos participantes revelou controle sobre a atividade laboral e baixo estresse ocupacional. Dentre os indicadores de resiliência, destacaram-se a satisfação no trabalho, a competência emocional, a empatia e a tenacidade e inovação.

Distribuição dos artigos de acordo com a metodologia, quantidade de estudos e conclusões quanto às causas do estresse no trabalho dos profissionais da saúde. Os estudos classificaram como nível médio o estresse ocupacional de Enfermagem, tendo como causas o enfrentamento da morte do paciente; condições ambientais, socioeconômica, cultural, organizacional; assistência de enfermagem; sobrecarga de trabalho; barulho na unidade; admissão do paciente; atendimento nas emergências; atividades executadas; coordenação das atividades da unidade; turnos matutino e noturno; baixo salário; baixa remuneração;

escassez de profissional; relacionamento com outras unidades ou setores. Considera-se que o fator causador de estresse, sobrecarga de trabalho, se repete nas metodologias qualitativa e quantitativa (Quadro 1).

**Quadro 1** - Relação entre a metodologia e as conclusões dos artigos considerados no estudo.

METODOLOGIA	ESTUDOS	FATORES CAUSADORES DE ESTRESSE
ESTUDOS QUALITATIVOS	(SOUSA VFS e ARAUJO TCCF, 2015);  (RODRIGUEZ EOL, et al., 2018);  (MORENO JK, et al., 2018).	Sobrecarga de trabalho;  Esgotamento físico e emocional;  Turno matutino e noturno;  Baixo salário.
ESTUDOS QUANTITATIVOS	(ZAVALLIS A, et al., 2019);  (KIRHHOF RS, et al, 2016);  (MOURA RS et al., 2019);  (KESTENBERG CCF, et al., 2015).	Sobrecarga de trabalho;  Morte do paciente;  Necessidades dos familiares de pacientes críticos;  Relacionamento interpessoal;  Admissão do paciente;  Condições de trabalho;  Assistência de enfermagem prestada ao paciente;  Atividades relacionadas ao funcionamento da unidade.
REVISÃO SISTEMÁTICA	(TEIXEIRA LB, et al., 2017).	Condições ambientais e assistência de enfermagem.

Fonte: Sousa CNS, et al., 2020.

No estudo de Zavalis A, et al. (2019), foi realizada a análise do nível de estresse relacionado a cada uma das atividades, independentemente da área a qual pertencia. As consideradas como as mais estressantes foram: “Controlar a equipe de enfermagem”; “Controlar a qualidade do cuidado”, e “Coordenar as atividades da unidade”; “Admitir o paciente na unidade”, “Atender as emergências na unidade” e “Enfrentar a morte do paciente”; “Relacionamento com farmácia”; “Nível de barulho na unidade”, “Realizar atividades burocráticas” e “Realizar tarefas com tempo mínimo disponível”.

Em relação aos dados sociodemográficos, revelou-se o predomínio do sexo feminino. A relação da força feminina no trabalho de enfermagem é histórica e mostra que as mulheres profissionais de enfermagem desempenham um importante papel na área, por desenvolverem múltiplas atividades, com o gerenciamento de dupla jornada entre vida familiar e profissional, o que pode favorecer desgaste e, conseqüentemente, o estresse. Referente à idade e ao tempo de profissão, observa-se que os profissionais mais jovens apresentam mais resistência ao ambiente de trabalho estressante, como as unidades de terapia intensiva (BIANCHE ERF, 2015).

A sobrecarga de trabalho foi uma das causas do aumento do nível de estresse ocupacional na enfermagem, fato encontrado no estudo de Souza VFSS e Araújo TCCF (2015), no qual destacaram que mais da metade da subamostra referente ao hospital universitário cumpre uma carga horária semanal superior a 40 horas, além de atuar por mais tempo na área da saúde. A relação do local de trabalho com a vivência dos participantes da pesquisa também está relacionada com o aumento de estresse, como no ambiente hospitalar, por exemplo, em que estão expostos às conseqüências nefastas de atividades de alto desgaste.

Considerando que a sobrecarga de trabalho interfere no processo de saúde do ser humano, pode-se afirmar a elevação da taxa de estresse no organismo, resultando em diversas doenças que estão relacionadas ao desgaste do corpo. Quando um indivíduo é submetido a um alto nível de exigência, e ele não consegue desenvolver uma resposta com eficácia a esse problema, o organismo reage em forma de estresse que aumenta a função fisiológica e cognitiva. Com isso, o organismo prepara suas atividades motoras e as consequências dependem da intensidade e duração dessa ativação das funções fisiológicas. Assim, quando uma resposta de estresse é intensa, ela gera danos à saúde desencadeando transtornos psicofisiológicos e psicossomáticos (NEGELISKKI C e LAUTERT L, 2011).

Pode-se dizer que o relacionamento interpessoal é um agente estressor tanto em razão da falta de adaptação entre as pessoas quanto da comunicação. Cabe ao enfermeiro mediar e promover a comunicação com outros profissionais e entre os setores do hospital e desenvolver comportamentos que reduzem a pressão sobre a equipe e zelar pelo cumprimento das normas da instituição. Outra causa comum que gera estresse ao profissional de saúde é o atendimento às necessidades dos familiares de pacientes em situações críticas de saúde, pois a ansiedade e preocupação são presentes nessas situações. A falta de contratação de mais enfermeiros nas unidades de saúde, principalmente no setor de emergência, também ocasiona estresse por ser um ambiente agitado, com cobranças dos familiares, logo se houvessem mais profissionais melhoraria esse controle (KIRHHOF RS, 2016).

Em revisões integrativas, sobre os desencadeadores do estresse no trabalho do enfermeiro, entre 16 publicações avaliadas em dez anos (2003 a 2013), cinco referiram a sobrecarga de trabalho. O número inadequado de trabalhadores tanto quanto o absenteísmo, com faltas não planejadas, são desafios organizacionais para a área da saúde que impactam diretamente na prática assistencial e geram desgaste mental nos profissionais que ficam sobrecarregados em suas atividades diárias (HORA KPHS, et al., 2013). Com isso, surge a escassez de tempo para a realização das atividades assistenciais e alguns fatores como o elevado número de pacientes, redução do quantitativo de recursos humanos e sobrecarga de trabalho podem levar a prazos curtos para o cumprimento de ações, comprometendo a qualidade da assistência, e levando à exaustão física e emocional (RODRIGUEZ EOL, et al., 2018).

O alto nível de exigência sobre o indivíduo pode causar insatisfação com o trabalho, e os geradores de insatisfações podem ser equiparados com alguns fatores laborais causadores de estresse, entre eles: sentir-se sozinho na tomada de decisões, acompanhante de pacientes internados com a falta de instrução da verdadeira atribuição do enfermeiro, receio de a qualquer momento perder o emprego, erros cometidos por colegas de trabalho influenciando na sua sobrecarga de trabalho, executar atividades e tarefas acima do seu nível de instrução ou atribuição (NEGELISKKI C e LAUTERT L, 2011).

O turno da manhã possui maior sobrecarga de trabalho e acúmulo de funções, já que é nesse período que ocorre a maioria das atividades, como troca de curativos, reposição de materiais, maior número de admissões (NOVAIS LFG, et al., 2008). A equipe de enfermagem é exposta constantemente a situações estressantes primeiramente porque o cuidado com o paciente obriga o enfermeiro a lidar com diversas situações, como a dor, o medo e a angústia desses indivíduos. Entretanto, os profissionais que trabalham em hospitais têm necessidade de constante troca de turno, o que causa um desequilíbrio na vida diária deles. Eles também são obrigados a renunciar a feriados, finais de semana e festas comemorativas, comprometendo sua vida familiar e social (MEZANI G, 2006).

Em consonância com isso, outra pesquisa mostra que fatores como, sobrecarga de trabalho, conflitos de funções, desvalorização, dupla jornada, falta de autonomia, insatisfação com o trabalho, relacionamento interpessoal, remuneração, ruído, acidentes biológicos e morte, são identificados pela enfermagem em seu trabalho em UTI como predisponentes ao estresse e que geram diversas perturbações na qualidade de vida profissional e pessoal, revelando que esse desgaste causado pelo estresse poderá levar o indivíduo ao estado de estresse (TEIXEIRA LB, et al., 2017).

O ambiente da UTI é caracterizado por trabalho que envolve forte carga emocional, na qual a vida e a morte se misturam, ainda mais quando há a proximidade e o envolvimento mantidos durante o período de internação, com o paciente e seus familiares. O óbito daquele exacerba os sentimentos de impotência,

frustração e até mesmo de projeção do sofrimento no enfermeiro. A morte é um evento que a pessoa não imagina para si, nem para as pessoas que ama. Dessa forma, caracteriza-se como uma possibilidade distante, e, sob esse prisma, permanece segura em relação ao futuro e à realização de seus sonhos, mas uma simples premonição da chegada da morte aviva o sentimento de agonia (KIRHHOF RS, 2016).

No que diz respeito às condições de trabalho, o ambiente físico e o tempo mínimo para a realização da assistência de enfermagem apresentam-se como determinantes na carga de trabalho do enfermeiro. Devido aos constantes ruídos gerados pelos alarmes existentes na UTI, autores mostram que os profissionais de saúde acabam ficando irritadiços, estressados, cansados, com redução nos níveis de atenção, fadiga, cefaleia, contraturas musculares, elevação da pressão arterial e frequência cardíaca e piora da qualidade do sono.

No mesmo contexto, atividades assistenciais e gerenciais, as quais exigem a tomada de decisão e a resolução de problemas que surgem na emergência, levam ao desgaste e sofrimento psicoemocional, uma vez que o trabalho assistencial já é percebido como desgastante (OLIVEIRA EB e LISBOA MTL, 2009).

Outra causa de estresse na enfermagem são as condições ambientais e organizacionais em que esses profissionais atuam, sendo assim, o estudo de Silva JLL e Melo ECP (2006) mostra que os profissionais de enfermagem estão expostos a diversos riscos ligados ao meio ambiente, como a ergonomia e os riscos biológicos, que causam tensão e ansiedade, traumas agudos e enfermidades terminais, ou pacientes com grave risco de morte. O enfermeiro tem um trabalho desgastante, pois possui muitas vezes uma sobrecarga de funções, com isso aumentam-se as responsabilidades e a insegurança em relação ao cumprimento de tudo que lhe é proposto, além de os recursos materiais serem inadequados.

Saber como lidar com a morte do paciente é outro problema enfrentado pelos enfermeiros, pois diversos autores retratam a enfermagem como profissão estressante, devido à responsabilidade pela vida das pessoas e proximidade de clientes em que o sofrimento é quase inevitável, exigindo dedicação no desempenho de suas funções, e aumentando a probabilidade de ocorrência de desgaste físicos e psicológicos (SALOMÉ GM, et al., 2008).

Os enfermeiros, ao dar assistência a clientes terminais e seus familiares, também experimentam luto e perda, costumam testemunhar sofrimento prolongado, levando a sensações de frustração, raiva, culpa, tristeza ou ansiedade. O trabalhar com o sofrimento, dor e presença da morte leva os enfermeiros a crescente estresse decorrente do labor. É fato também que o cuidar de pacientes críticos, nos quais pode haver instabilidade do quadro clínico, constantemente, é fator desencadeante de desgaste e, por consequência, do sofrimento do enfermeiro (MARTINS JT e ROBAZZI MLCC, 2009).

Setores fechados, como UTI, CC, possuem fatores altamente estressantes, pois os funcionários permanecem maior tempo juntos, fazendo com que os conflitos interpessoais aumentem, além da complexidade da assistência prestada, já que requer agilidade em emergências (PEREIRA CA, et al., 2009). Uma maneira eficaz de prevenir o estresse no trabalho é oferecer suporte social aos trabalhadores por meio de relações mais próximas entre os mesmos e os gestores e proporcionando auxílio mútuo entre os próprios profissionais (UENO LGS, et al., 2017).

## CONCLUSÃO

Esta pesquisa permitiu conhecer de uma forma ampla que os níveis de estresse na enfermagem se destacam em baixo e médio, levando em consideração que os elementos que mais desencadeiam o estresse no trabalho do enfermeiro hospitalar são: sobrecarga de trabalho, esgotamento físico e emocional, baixo salário, condições de trabalho e excesso de atividades no setor, turnos matutino e noturno, a morte do paciente, as necessidades dos familiares de pacientes críticos, relacionamento interpessoal, admissão do paciente, assistência de enfermagem prestada ao paciente e condições ambientais. Assim, por meio do conhecimento dos principais elementos estressores, o enfermeiro deve buscar mecanismos que visem a minimizar as fontes geradoras de estresse, com a finalidade de melhorar a qualidade da assistência prestada, bem como melhorar sua qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

1. BIANCHI ERF. Escala Bianchi de Stress. *Rev. Esc. Enferm*, 2015; 1055-1062.
2. BOTELHO LLR, et al. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e sociedade*, 2011; 5(11):121-136.
3. HIRSCHLE ALT, et al. Estresse e bem-estar no trabalho: o papel moderador da regulação emocional. *Rev. Psicol. Organ. Trab.*, 2019.
4. HORA KPHS, et al. Elementos desencadeadores do estresse no trabalho do enfermeiro hospitalar: uma revisão integrativa de literatura. *Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde | Maceió*, 2013.
5. KESTENBERG CCF, et al. O estresse do trabalhador de enfermagem: estudo em diferentes unidades de um hospital universitário. *Rev. Enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, 2015; 23(1):45-51.
6. KIRHHOF RS, et al. Nível de estresse entre enfermeiros de um hospital filantrópico de médio porte. *Rev. Enferm*, 2016; 6(1): 29-39 2179-7692.
7. MARTINS CCF, et al. Relacionamento interpessoal da equipe de enfermagem X estresse: limitações para a prática. *Cogitar e Enferm.*, 2014; 19(2):309-15.
8. MARTINS JT, ROBAZZI MLCC. O trabalho do enfermeiro em unidade de terapia intensiva: sentimentos de sofrimento. *Rev. Latino-am. Enfermagem*, 2009.
9. MENDES KDS, et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto contexto - enferm.*, 2008;758-7640104-0707.
10. MEZANI G. Stress entre enfermeiros brasileiros que atuam em pronto socorro. *Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem. São Paulo*, 2006; 130p.
11. MORENO JK, et al. Síndrome de burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. *Rev. Enferm.*, 2018; 12(4):865-71.
12. MOURA RS, et al. Níveis de estresse da enfermagem nas unidades de terapia intensiva. *Rev. Enferm.*, 2019; 13(3):569-77.
13. NEGELISKKI C, LAUTERT L. O estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros no grupo hospitalar conceição. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 2010.
14. NOVAES LFG et al. Turno de Trabalho como fonte de Estresse Ocupacional em Enfermeiros. 15º CBCENF, Pernambuco. Anais. Pernambuco: COFEN, 2008.
15. OLIVEIRA EB, LISBOA MTL. Exposição ao ruído tecnológico em cti: estratégias coletivas de defesa dos trabalhadores de enfermagem. *Esc Anna Nery Rev Enferm.*, 2009; 13(1):24-30.
16. PEREIRA CA, et al. O Estresse Ocupacional da Equipe de Enfermagem em Setor Fechado. *Rev. de Pesq: Cuidado é Fundamental Online*, 2009; 196-202.
17. PRETO VA. O estresse entre enfermeiros que atuam em uma unidade de terapia intensiva. *Dissertação. Ribeirão Preto (SP): Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - Universidade de São Paulo*; 2008.
18. ROCHA MCP, MARTINO MMF. O estresse e qualidade de sono do enfermeiro nos diferentes turnos hospitalares. *Rev. esc. Enferm.*, 2010.
19. RODRIGUEZ EOL, et al. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. *Rev. Enferm*, 2018; 26: 19404.
20. SALOMÉ GM, et al. O ser profissional de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva. *Acta Paul Enfermagem*, 2008.
21. SILVA JLL, MELO ECP. Estresse e Implicações para o Trabalhador de Enfermagem. *Inf. em promoção da Saúde*, 2006.
22. SILVA JLL e MELO ECP. Estresse e implicações para o trabalhador de enfermagem. *Informe-se em promoção da saúde*, 2006.
23. STACCIARINI JM, TRÓCOLI BT. O stress na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latino-am Enfermagem*, 2001; 9(2):17-25.
24. SOUZA VFSS, ARAÚJO TCCF. Estresse Ocupacional e Resiliência Entre Profissionais de Saúde. *Psicologia: Ciência E Profissão*, 2015; 35(3), 900-915.
25. TEIXEIRA LB, et al. Estresse ocupacional na enfermagem atuante na unidade de terapia intensiva: uma revisão da literatura. *Investig. Enferm. Imagen. Desarr.*, 2017.
26. UENO LGS, et al. Estresse ocupacional: estressores referidos pela equipe de enfermagem. *Rev. Enferm.*, 2017; 11(4):1632-8.
27. VIEIRA NF et al. Avaliação do estresse entre os enfermeiros hospitalares. *Rev. Enferm.*, 2017; 25: 14053.
28. ZAVALIS A, et al. O nível de estresse dos enfermeiros na unidade de terapia intensiva. *res.: fundam. care. Online*, 2019; 11(1): 205-210.
29. ZOMER FB, GOMES KM. Síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de saúde: uma revisão não sistemática. *Revista de Iniciação Científica*, 2017; 1678-7706.