

AGENTES CAUSADORES DE STRESS EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Lucas Alves Haach¹

Rafael Soares Henz²

Daniela Cristina Gonçalves Aidar³

RESUMO: O estresse ocupacional em profissionais de enfermagem representa uma condição que afeta a saúde física e mental desses trabalhadores, repercutindo também na qualidade do atendimento prestado aos pacientes. A enfermagem é uma profissão que exige alta resiliência emocional e dedicação, pois envolve contato frequente com situações de sofrimento, sobrecarga de trabalho e pressão constante para tomada de decisões críticas.. **Objetivo:** objetivo geral identificar, por meio de revisão da literatura, os principais agentes estressores em profissionais de enfermagem. **Métodos:** Revisão integrativa da literatura nas bases SciELO, LILACS e PubMed. **Resultados e discussão:** Foram selecionados 12 artigos publicados entre 2019 e 2023, abordando os fatores estressores específicos da enfermagem. Os resultados evidenciaram condições de trabalho adversas, carga emocional e física elevada e falta de suporte institucional como os principais fatores de impacto. **Considerações finais:** Conclui-se que políticas institucionais de suporte psicológico, redução de jornadas e valorização profissional são fundamentais para minimizar os efeitos do estresse e promover um ambiente de trabalho saudável.

Palavras-chave: Estresse ocupacional, Enfermagem, Síndrome de Burnout, Bem-estar no trabalho.

AGENTS CAUSING STRESS IN NURSING PROFESSIONALS

ABSTRACT: Occupational stress in nursing professionals represents a condition that significantly impacts their physical and mental health, also influencing the quality of care provided to patients. Nursing is a profession that demands high emotional resilience and dedication, involving frequent contact with suffering, work overload, and constant pressure to make critical decisions. **Objective:** This study aimed to identify, through a literature review, the main stress-inducing factors among nursing professionals. **Methods:** An integrative literature review was conducted using the SciELO, LILACS, and PubMed databases. **Results and Discussion:** Twelve articles published between 2019 and 2023 were selected, addressing specific stressors in nursing. The findings highlighted adverse working conditions, high emotional and physical burden, and lack of institutional support as primary factors of impact.

Final considerations: Institutional policies focused on psychological support, reduced work hours, and professional recognition are essential to mitigate the effects of occupational stress and foster a healthier work environment.

Keywords: Occupational stress, Nursing, Burnout Syndrome, Workplace well-being.

1 INTRODUÇÃO

O estresse é uma condição complexa que envolve uma cascata de respostas neuroendócrinas, imunológicas e comportamentais, desencadeadas por estímulos externos ou internos percebidos como ameaçadores. Segundo Alcântara *et al.* (2023) e Capelario *et al.* (2024), no âmbito da psicopatologia, o estresse é frequentemente associado a manifestações como ansiedade e medo, que são respostas fisiológicas mediadas pela ativação do sistema nervoso simpático e do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA).

Em situações agudas, o estresse atua como um mecanismo homeostático adaptativo, permitindo que o organismo desencadeie respostas neuroendócrinas adequadas frente a estímulos estressores (Silva *et al.*, 2021). Contudo, quando o estresse se torna crônico, sua manutenção contínua pode acarretar disfunções nos sistemas fisiológicos, levando a alterações patológicas. Essas alterações fisiopatológicas predisõem o indivíduo ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, como transtornos de ansiedade generalizada e depressão maior, além de distúrbios somáticos, incluindo hipertensão arterial sistêmica, aterosclerose e outras condições cardiovasculares (Jaber *et al.*, 2022).

De modo que, é importante ressaltar que o mercado de trabalho no âmbito da enfermagem tem se mostrado cada vez mais competitivo, com uma crescente demanda por profissionais altamente qualificados. As exigências têm aumentado, acompanhadas pelas inovações tecnológicas constantes, o que força os profissionais a enfrentar o desafio diário de manter sua posição no mercado de trabalho (Silva *et al.*, 2021).

A satisfação e a insatisfação no trabalho são frequentemente discutidas em função da relação entre as expectativas profissionais e as condições oferecidas pelo ambiente de trabalho. Fatores como pressões excessivas por parte dos superiores, remuneração inadequada, jornadas extensas de trabalho e a busca pela autorrealização, principalmente através dos resultados obtidos nos tratamentos dos pacientes, são exemplos de insatisfação. Para Alcântara *et al.* (2023), quando não adequadamente geridos, esses fatores podem culminar no desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*.

A Síndrome de *Burnout* (SB) é um transtorno emocional caracterizado por uma exaustão extrema, tanto física quanto essa síndrome, também conhecida como esgotamento profissional, refere-se a um transtorno emocional caracterizado por uma exaustão extrema, tanto física quanto mental, resultante de situações de trabalho excessivamente desgastantes e exigentes, acometida por um estresse crônico (Jaber *et al.*, 2022).

Esse conceito foi primeiramente descrito pelo psicólogo Herbert Freudenberger em 1974, que identificou um padrão de colapso emocional e físico entre profissionais de saúde, especialmente aqueles expostos a uma alta carga de trabalho e intenso contato humano (Costa *et al.*, 2024).

Nesse tocante, a SB destaca-se como um dos principais distúrbios psicossociais que afeta profissionais submetidos a altas demandas emocionais e cognitivas. Sendo caracterizada por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho (Mello *et al.*, 2020).

Profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, estão entre os mais vulneráveis ao *Burnout* devido à natureza exigente de seu trabalho, que frequentemente envolve longas jornadas, exposição constante ao sofrimento humano e decisões críticas sob pressão (Oliveira *et al.*, 2017).

Dados epidemiológicos recentes indicam que a prevalência da Síndrome de *Burnout* entre profissionais de enfermagem varia consideravelmente, com taxas oscilando entre 30% e 70%, dependendo das variáveis institucionais e do ambiente de trabalho (Jaber *et al.*, 2022; Çinar *et al.*, 2023). Estes índices sublinham uma preocupação crescente, uma vez que indicam que uma parcela elevada da enfermagem enfrenta níveis de estresse suficientemente elevados para precipitar sintomas associados ao *Burnout*.

A prática da enfermagem envolve um nível elevado de vigilância, tomada de decisões complexas e grande responsabilidade pela saúde dos pacientes. De acordo com Alcântara *et al.* (2023), a combinação de longas jornadas de trabalho, plantões intensivos e a pressão associada à liderança no cuidado contribui significativamente para o aumento do estresse ocupacional entre os profissionais de saúde. Esses fatores propiciam o desenvolvimento da SB, evidenciando a necessidade urgente de estratégias eficazes para a mitigação e manejo do estresse no ambiente laboral.

Essas manifestações clínicas comprometem a capacidade dos enfermeiros de estabelecer vínculos terapêuticos eficazes com seus pacientes, prejudicando diretamente a qualidade da assistência prestada. Como resultado, os cuidados tornam-se menos humanizados e menos adaptados às necessidades individuais dos pacientes, o que pode

interferir negativamente no processo de recuperação e no bem-estar geral, evidenciando a urgência de estratégias eficazes para o manejo e prevenção do estresse ocupacional no ambiente hospitalar (Braga *et al.*, 2024).

A escolha do tema relacionado aos agentes etiológicos do estresse em profissionais de enfermagem justifica-se pela necessidade imperativa de compreender os mecanismos subjacentes a essa condição, que possui implicações diretas tanto para a saúde mental dos enfermeiros quanto para a qualidade do atendimento prestado aos pacientes.

O estresse ocupacional além de comprometer o desempenho clínico e a segurança do cuidado, também contribui para elevados índices de absenteísmo e *turnover*, exacerbando a sobrecarga de trabalho entre os demais membros da equipe de saúde. Portanto, a identificação e análise dos fatores estressores específicos na prática de enfermagem são fundamentais para o desenvolvimento de intervenções que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e seguro para esses profissionais.

Este estudo tem como objetivo geral identificar, por meio de revisão da literatura, os principais agentes estressores em profissionais de enfermagem.

2 MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, de caráter exploratório, conduzido por meio de uma revisão integrativa da literatura. Conforme Mendes et al. (2008) a revisão integrativa é uma metodologia que possibilita a síntese de múltiplos estudos sobre uma questão de pesquisa, proporcionando uma compreensão abrangente e atualizada sobre o tema, muito utilizado na área da enfermagem.

Para efeito, inicialmente, foi realizado um levantamento bibliográfico acerca da temática proposta, utilizando-se bases de dados eletrônicas da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e PubMed.

Para a condução da busca, foram estabelecidos descritores pertinentes e coerentes com o tema investigado, tendo sido utilizados os seguintes termos: estresse ocupacional, bem-estar no trabalho, e síndrome de *burnout*. A seleção dos descritores foi fundamentada na literatura científica vigente, buscando-se garantir sua adequação à questão norteadora da presente pesquisa.

A partir da definição dos descritores, procedeu-se ao cruzamento dos termos nas referidas bases de dados, utilizando-se operadores booleanos AND e OR, conforme a seguinte

estrutura de busca: “estresse ocupacional” AND “enfermagem” OR “síndrome de burnout” AND “bem-estar no trabalho”. Adicionalmente, foi estabelecido o critério temporal de inclusão, limitando-se aos artigos publicados nos últimos cinco anos (2019-2023), de modo a assegurar a contemporaneidade e a relevância dos estudos incluídos.

Após a análise dos resultados da busca, considerando os critérios de inclusão, foram filtrados somente os artigos publicados, produzindo a seguinte estrutura: "estresse ocupacional" AND "enfermagem" OR "síndrome de burnout" AND "bem-estar no trabalho" (collection:("LILACS" OR "SciELO" OR "PubMed")) AND ("occupational stress"[MeSH Terms] OR "nursing"[MeSH Terms]). Os artigos localizados tiveram o título e o resumo lidos para a aplicação dos critérios de seleção, e os selecionados foram lidos na íntegra para a análise dos critérios de exclusão.

A busca resultou na recuperação de artigos provenientes das bases Scielo, Lilacs e PubMed. Os estudos foram, então, submetidos a uma triagem rigorosa, de acordo com critérios previamente estabelecidos de inclusão e exclusão.

Para a seleção final, foram considerados apenas os artigos publicados no período de 2019 a 2023, excluindo-se aqueles que não tratavam diretamente da questão central da pesquisa ou que não atendiam aos critérios metodológicos estabelecidos. A Tabela 1 apresenta os detalhes acerca da quantidade de artigos identificados, excluídos e a amostra final de estudos selecionados para análise:

Tabela 1: Quantidade artigos incluídos na amostra final por base de dados

Base de Dados	Cruzamento de descritores	Total de artigos identificados	Artigos excluídos	Amostra final
Scielo	"estresse ocupacional" AND "enfermagem" OR "burnout"	72	62	2
PubMed	"burnout" AND "profissionais de saúde"	42	39	3
Lilacs	"estresse ocupacional" AND "enfermagem"	97	90	7
Total	--	211	191	12

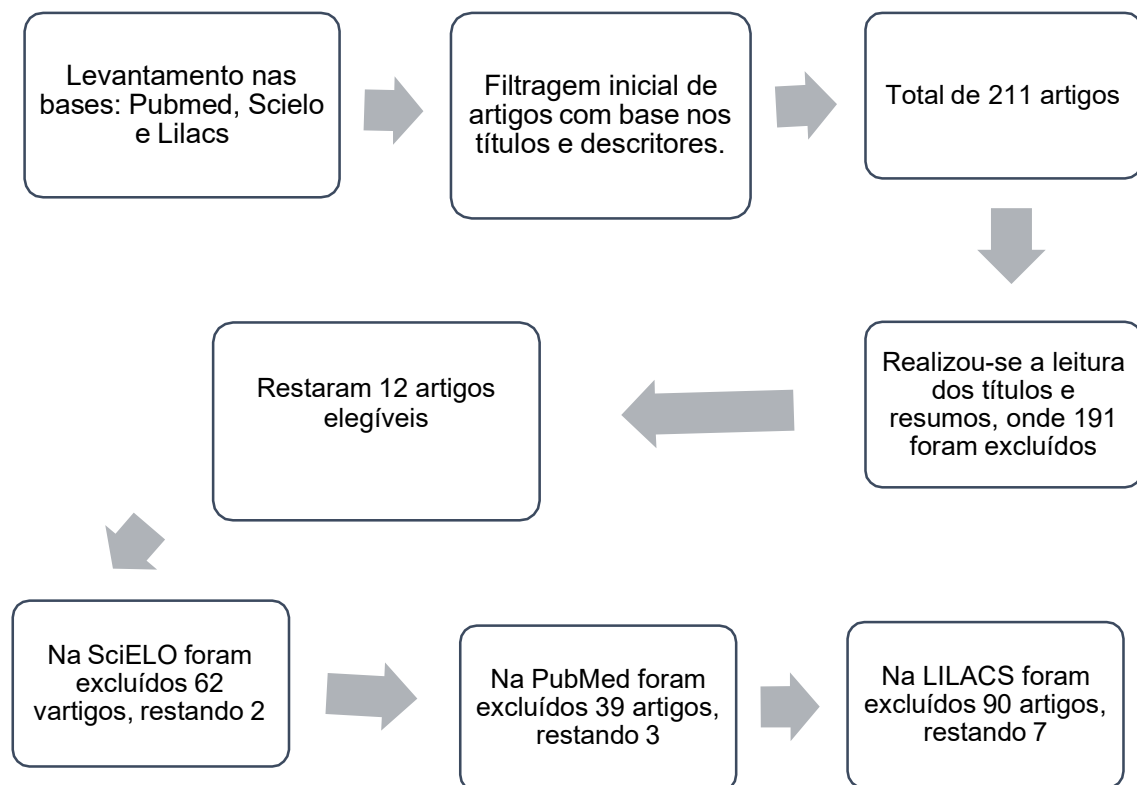
Fonte: Os autores (2024)

Após a busca e recuperação dos artigos, foi realizada uma triagem rigorosa conforme os critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Foram incluídos estudos que discutissem, de maneira explícita, o estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem e que fossem publicados em periódicos revisados por pares.

Estudos duplicados, incompletos, ou que não abordavam diretamente o foco da pesquisa, como estudos que tratavam de outros profissionais de saúde ou que não apresentavam resultados específicos sobre enfermagem, foram excluídos. Além disso, artigos que não apresentavam clareza metodológica, bem como aqueles sem acesso ao texto completo, também foram desconsiderados.

A amostra final, composta por 12 artigos, foi submetida à análise, seguindo os procedimentos de uma revisão integrativa, permitindo uma síntese dos principais achados. O processo metodológico está descrito na Figura 1.

Figura 1: Fluxograma do processo metodológico da revisão



Fonte: Os autores (2024)

A triagem dos artigos foi realizada por revisores previamente capacitados, garantindo que todos tivessem acesso às mesmas referências, porém com a seleção sendo conduzida de forma independente. Para tanto, a inclusão dos artigos seguiu critérios rigorosamente definidos, com o objetivo de refinar as publicações indexadas e garantir a relevância para o tema proposto.

O levantamento literário resultou em uma amostra final de 12 artigos, sendo selecionados aqueles que abordavam os fatores causadores de estresse entre profissionais de

enfermagem. Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2019 e 2023, abrangendo estudos em inglês e português, de modo a assegurar a diversidade e a contemporaneidade das publicações analisadas. A Tabela 2 mostrará os artigos incluídos.

Tabela 2: Descrição dos artigos elegíveis

Autor/Ano	Objetivo	Método	Principais Resultados
Rosso et al. (2014)	Avaliar os níveis de estresse entre os enfermeiros que atuam no SAMU de Guarapuava.	Estudo observacional	Os níveis de estresse são elevados devido à alta demanda e pressão no ambiente do SAMU.
Graça e Zagonel (2019)	Revisar estratégias de enfrentamento (coping) e os fatores relacionados ao estresse ocupacional.	Revisão integrativa	Estratégias de coping efetivas incluem suporte psicológico e capacitação.
Matoso e Oliveira (2019)	Analisar o perfil epidemiológico do estresse em profissionais de enfermagem hospitalar.	Estudo descritivo	O estresse é mais prevalente entre enfermeiros em setores de emergência e UTIs.
Barbosa et al. (2020)	Identificar os fatores de estresse em enfermeiros durante a pandemia de COVID-19.	Estudo descritivo	Os principais fatores incluem carga de trabalho elevada e falta de suporte institucional.
Santana e Tonon (2020)	Explorar os desequilíbrios causados pelo estresse ocupacional na enfermagem.	Revisão narrativa	O estresse ocupacional leva ao absenteísmo e à redução da qualidade do cuidado.
Souza et al. (2021)	Analisar o estresse ocupacional em UTIs e seu impacto nos profissionais de enfermagem.	Revisão bibliográfica	O ambiente de UTIs intensifica o estresse devido à gravidade dos pacientes.
Silva et al. (2021)	Identificar os fatores que agravam a síndrome de Burnout nos enfermeiros.	Revisão sistemática	A Burnout é agravada pela sobrecarga emocional e condições de trabalho adversas.
Brito et al. (2021)	Examinar os riscos ocupacionais enfrentados por enfermeiros e estratégias preventivas.	Revisão narrativa	Condições de trabalho inadequadas são as principais causas de riscos ocupacionais.

Autor/Ano	Objetivo	Método	Principais Resultados
Bogossian (2021)	Estudar a relação entre horas trabalhadas e estresse no trabalho de enfermeiros.	Estudo quantitativo correlacional	Horas trabalhadas estão positivamente correlacionadas com altos níveis de estresse.
Nascimento et al. (2022)	Identificar sinais e sintomas de estresse em enfermeiros durante a pandemia de COVID-19.	Estudo descritivo	Sinais de estresse incluem insônia, irritabilidade e sintomas somáticos.
Ferreira et al. (2023)	Investigar a transição do estresse ocupacional para o desenvolvimento da síndrome de Burnout.	Pesquisa quantitativa	Burnout é frequentemente associado à falta de suporte e reconhecimento profissional.
Alcântara et al. (2023)	Explorar fatores associados à presença de multimorbidades em trabalhadores de saúde.	Estudo transversal	Multimorbidades estão relacionadas ao alto nível de estresse ocupacional.

Fonte: Os autores (2024)

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a pesquisa, foram identificados 211 estudos nas bases de dados selecionadas. Destes, 191 foram excluídos após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, sendo que 08 artigos foram encontrados repetidamente em mais de uma base. Após essa triagem rigorosa, foram selecionados 12 artigos que atendiam ao objetivo da pesquisa e ofereciam maior potencial para responder à questão norteadora. Entre os estudos selecionados, 02 artigos foram recuperados da Scielo, 03 do PubMed, e 07 da LILACS, conforme evidencia a Tabela 3.

Tabela 3: Distribuição dos artigos por base de dados

Base de Dados	N de Artigos
Scielo	2
PubMed	3
Lilacs	7

Fonte: Os autores (2024)

Posto isto, por meio desta revisão integrativa da literatura, foi possível identificar e consolidar as evidências científicas disponíveis sobre os principais agentes causadores de estresse nos profissionais de enfermagem, bem como suas implicações para a saúde física e mental desses trabalhadores. A síntese dos 12 artigos elegíveis permitiu a construção dos resultados e discussão do presente.

Nesse cenário, a análise dos 12 artigos selecionados, com foco nos agentes causadores de estresse em profissionais de enfermagem, permitiu a identificação de uma série de fatores recorrentes que comprometem tanto o bem-estar quanto a saúde mental desses profissionais. Esses fatores podem ser agrupados em três grandes categorias: condições de trabalho adversas, carga emocional e física excessiva e falta de suporte institucional.

A partir desta revisão integrativa, foi possível consolidar evidências sobre os principais fatores causadores de estresse em profissionais de enfermagem, bem como suas repercussões na saúde física e mental desses trabalhadores.

A análise dos artigos selecionados permitiu identificar uma série de fatores recorrentes, apresentados na Tabela 4, que impactam diretamente o bem-estar desses profissionais. Esses fatores foram classificados em seis categorias principais, variando entre condições de trabalho adversas, carga emocional e física, falta de suporte institucional, síndrome de *burnout*, *turnover* e absenteísmo, além de questões relacionadas ao reconhecimento e à realização profissional.

Tabela 4: Principais fatores estressores em profissionais de enfermagem

Fator Estressor	Proporção de Estudos que Mencionam (%)
Condições de Trabalho Adversas	37%
Carga Emocional e Física	33%
Falta de Suporte Institucional	20%
Síndrome de Burnout	28%
Turnover e Absenteísmo	15%
Reconhecimento e Realização Profissional	18%

Fonte: Os autores (2024), adaptado dos artigos elegíveis para compor essa revisão

A Tabela 1 mostra os principais fatores de estresse mencionados na literatura, com a proporção de artigos que destacam cada um desses aspectos. Como pode-se observar, as condições de trabalho adversas representam a maior porcentagem entre os fatores identificados, seguidas pela carga emocional e física, e pela síndrome de *burnout*, que é

frequentemente apontada como uma consequência direta da exposição prolongada a ambientes de trabalho exigentes e emocionalmente intensos.

Nesse viés, as condições de trabalho adversas, como apontado por Brito *et al.* (2021) e Nascimento *et al.* (2022), incluem jornadas extenuantes, alta demanda de pacientes e falta de recursos, que são amplamente relatadas na literatura como causas principais de estresse ocupacional. Esses fatores são intensificados em ambientes como Unidades de Terapia Intensiva (UTI) e Serviços de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), onde a pressão para a tomada de decisões rápidas e precisas é contínua, conforme corroborado por Souza *et al.* (2021) e Rosso *et al.* (2014).

De acordo com Brito *et al.* (2021), essas condições exigem um nível constante de vigilância e rápida resposta, intensificando a carga física e mental dos profissionais de enfermagem. Silva *et al.* (2021) corroboram que a ausência de pausas adequadas, o excesso de plantões e a sobrecarga de trabalho são fatores que agravam o desgaste dos profissionais, levando ao esgotamento físico e emocional. Nascimento *et al.* (2022) destacam que a pressão por eficiência, unida à escassez de insumos e pessoal, cria um ambiente estressante e potencializa o risco de erros, afetando tanto a saúde dos enfermeiros quanto a segurança dos pacientes.

A carga emocional e física surge como o segundo maior fator estressor, presente em 33% dos estudos revisados. Esse fator está associado ao contato direto com o sofrimento humano, uma característica inerente à prática da enfermagem. Conforme relatado por Bogossian (2021) e Silva *et al.* (2021), é um dos maiores desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem.

Este tipo de exposição repetida pode culminar na exaustão emocional e no desenvolvimento de transtornos como a Síndrome de *Burnout*, fenômeno que vem sendo amplamente documentado em estudos como os de Matoso e Oliveira (2019) e Ferreira *et al.* (2023). A *Burnout*, segundo esses autores manifestam-se principalmente por meio de sintomas como esgotamento físico e mental, despersonalização e redução da realização profissional.

Conforme relatado por Bogossian (2021), o atendimento a pacientes em condições graves, a tomada de decisões rápidas em momentos críticos e a presença contínua de dor e perda resultam em um estresse emocional elevado. Souza *et al.* (2021) indicam que esse tipo de exposição repetida é um dos principais catalisadores para a exaustão emocional, o que pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais, incluindo a Síndrome de *Burnout*.

A falta de suporte institucional, mencionada em 20% dos estudos, abrange a ausência de políticas de apoio psicológico, baixa remuneração e o sentimento de desvalorização profissional. A falta de suporte institucional, destacada por Graça e Zagonel (2019), tem um impacto significativo sobre os níveis de estresse entre os enfermeiros. A ausência de políticas de apoio psicológico, falta de reconhecimento profissional e baixa remuneração foi mencionada como fatores que agravam o cenário de estresse ocupacional.

Estudos de Alcântara *et al.* (2023) também sugerem que a ausência de canais para apoio emocional e a escassa comunicação com a administração intensificam a sensação de isolamento dos profissionais, agravando os níveis de estresse.

Estas condições comprometem a qualidade do cuidado prestado, como afirmam Barbosa *et al.* (2020) e Santana e Tonon (2020), uma vez que profissionais que se encontram em situações de estresse crônico tendem a apresentar maior incidência de erros, menor eficiência e menos disposição para manter relações terapêuticas eficazes com os pacientes.

O *turnover* e o absenteísmo são resultados indiretos do estresse crônico, afetando aproximadamente 15% dos profissionais estudados. De acordo com Barbosa *et al.* (2020), a sobrecarga constante e a falta de reconhecimento resultam em um desejo crescente dos enfermeiros de deixarem o ambiente hospitalar, contribuindo para a rotatividade elevada. Esse fator também influencia o absenteísmo, que é amplamente observado entre enfermeiros em condições de trabalho estressantes, conforme reportado por Santana e Tonon (2020).

A rotatividade gera um ciclo de sobrecarga entre os profissionais remanescentes, amplificando o estresse ocupacional.

A falta de reconhecimento e realização profissional impacta 18% dos enfermeiros, conforme relatado na literatura revisada. Alcântara *et al.* (2023) observam que a baixa valorização dos esforços profissionais e a falta de oportunidades de crescimento contribuem para a desmotivação e insatisfação. Esse fator estressor está associado ao sentimento de frustração e ao desânimo entre os enfermeiros, afetando tanto a qualidade do atendimento quanto o comprometimento dos profissionais com a instituição.

É importante salientar que, apesar dos desafios, estratégias de enfrentamento (*coping*) também foram discutidas em alguns dos estudos. Graça e Zagonel (2019) identificaram que a adoção de medidas preventivas, como a capacitação contínua dos enfermeiros, a promoção de um ambiente de trabalho mais colaborativo e o suporte psicológico regular, podem ajudar a mitigar os efeitos do estresse ocupacional. Contudo, os autores apontam que essas iniciativas ainda são insuficientemente realizadas nas instituições de saúde, o que reforça a necessidade de uma revisão das políticas de gestão voltadas ao bem-estar dos profissionais.

De maneira geral, os estudos analisados convergem na identificação de uma conjuntura de desafios que demandam intervenções urgentes para a promoção de um ambiente de trabalho mais saudável. O estresse ocupacional em enfermagem, especialmente em tempos de crises de saúde pública, como a pandemia da Covid-19, mostrou-se um fator de risco significativo para a saúde mental dos profissionais, como observado por Souza *et al.* (2021).

Mediante ao exposto, percebe-se que a criação de estratégias institucionais voltadas à redução do estresse e ao apoio psicológico pode não apenas melhorar a qualidade de vida dos enfermeiros, mas também elevar a qualidade dos cuidados prestados, contribuindo para um sistema de saúde mais eficiente e humanizado.

Desse modo, portanto, os fatores de estresse discutidos evidenciam a necessidade de intervenções institucionais para promover um ambiente de trabalho mais saudável. A implementação de políticas que visem a redução das jornadas, o suporte emocional contínuo e o reconhecimento profissional são algumas das estratégias sugeridas para minimizar os impactos negativos do estresse ocupacional. Como indicado por Souza *et al.* (2021), o cuidado com a saúde mental dos enfermeiros é fundamental para assegurar a qualidade da assistência e a segurança dos pacientes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados obtidos nesta revisão permitiram a compreensão dos principais fatores que geram estresse em profissionais de enfermagem, evidenciando que o contexto de trabalho desafiador e a constante carga emocional e física imposta a esses profissionais são componentes centrais para a incidência de *Burnout* e outras manifestações de comprometimento da saúde mental.

A partir da análise dos estudos selecionados, observa-se que as condições adversas de trabalho, associadas à falta de suporte institucional e ao sentimento de desvalorização profissional, impactam negativamente não apenas a qualidade de vida dos enfermeiros, mas também a segurança e a eficiência dos cuidados prestados aos pacientes.

Torna-se essencial a adoção de medidas preventivas e de apoio psicológico contínuo, capazes de proporcionar um ambiente de trabalho mais colaborativo e equilibrado. As instituições de saúde, diante das evidências aqui expostas, devem priorizar a saúde mental dos

seus colaboradores, considerando que a promoção de um ambiente saudável reflete diretamente na qualidade da assistência oferecida e no bem-estar dos profissionais.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Marcus Alessandro de et al. Fatores associados a multimorbidades autorreferidas em trabalhadores da rede de saúde municipal. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 48, p. e2, 2023.

BARBOSA, Diogo Jacintho et al. Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19: síntese de evidências. **Comunicação em ciências da saúde**, v. 31, p. 31-47, 2020.

BOGOSSIAN, Tricia. Horas de enfermagem trabalhadas e o estresse no trabalho do enfermeiro. **Global Academic Nursing Journal**, v. 2, n. 4, p. e203-e203, 2021.

BRAGA, Luciana; SILVA, Manuelle Rodrigues; SILVA FILHO, Manoel Lopes. O impacto da síndrome de burnout em enfermeiros e sua interferência na qualidade do cuidado ao paciente: revisão integrativa. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 7, p. e5035-e5035, 2024.

BRITO, Michelle Beatriz Alves Tortola et al. Riscos ocupacionais do profissional de enfermagem em instituições hospitalares: estratégias para prevenção. **Revistas Publicadas FIJ-até 2022**, v. 1, n. 4, p. 27-46, 2021.

CAPELARIO, Elenice de Fatima Souza et al. Burnout na enfermagem revisão sistemática das causas e impactos. **AR International Health Beacon Journal (ISSN 2966-2168)**, v. 1, n. 2, p. 18-30, 2024.

ÇINAR, Nursan et al. Causes of burnout in nursing seniors: A mixed methods study. **Nurse Education Today**, v. 131, p. 105979, 2023.

COSTA, Sandra Helena de Lima Pereira; AZEVEDO, Carlos Eduardo Soares; SEVERINO, Carlos Eduardo Cavalcante. Fatores relacionados à reincidência de casos de síndrome de burnout entre enfermeiros: Uma revisão integrativa da literatura. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 5, n. 1, 2024.

FERREIRA, Joyce Almeida Silva et al. Do estresse à síndrome de burnout: um estudo com profissionais de enfermagem. **Revista Conecta**, v. 6, n. 2, p. 57-77, 2023.

GRAÇA, Caroline Camargo; ZAGONEL, Ivete Palmira Sanson. Estratégias de coping e estresse ocupacional em profissionais de enfermagem: revisão integrativa. **Espaç. saúde (Online).[Internet]**, v. 20, n. 2, p. 67-77, 2019.

MATOSO, Leonardo Magela Lopes; OLIVEIRA, Agostinha Mafalda Barra. Perfil epidemiológico do estresse de profissionais de enfermagem de um hospital. **Revista de Gestão em Sistemas de Saúde**, v. 8, n. 2, 2019.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto-enfermagem**, v. 17, p. 758-764, 2008.

NASCIMENTO, Jerliane Freitas et al. Signs and symptoms of stress in nursing professionals who worked in the fight against covid-19/Sinais e sintomas do estresse em profissionais da enfermagem que atuaram no combate a covid-19. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 14, 2022.

OLIVEIRA, Raquel Fátima; LIMA, Gilberto Gonçalves; VILELA, Gláucia. Incidência da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 7, 2017.

ROSSO, Eliane et al. Avaliação do nível de estresse entre os profissionais de enfermagem atuantes no SAMU DE GUARAPUAVA-PR. **Brazilian Journal of Surgery & Clinical Research**, v. 7, n. 1, 2014.

SANTANA, Roseli Edna; TONON, Thiarles Cristian Aparecido. Estresse ocupacional: desequilíbrio no exercício profissional de Enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e222985674-e222985674, 2020.

SILVA, A. P., OLIVEIRA, C. S., MENDES, L. A. (2021). O impacto do estresse crônico na saúde mental: Revisão sistemática. **Brazilian Journal of Mental Health**, 8(1), 113-128.

SILVA, Maria Eduarda Wanderley et al. Fatores agravantes da Síndrome de Burnout nos profissionais de Enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e35610918062-e35610918062, 2021.

SOUSA, Camila Natália Santos et al. Análise do estresse ocupacional na enfermagem: revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 52, p. e3511-e3511, 2020.

SOUZA, Melina Rodrigues et al. O estresse dos profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva: uma revisão bibliográfica. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 3, p. e2310-e2310, 2021.