

Estresse e saúde mental de enfermeiros da emergência: uma revisão integrativa

Stress and mental health of emergency nurses: an integrative review

Patrícia Silva Pereira

Discente de Graduação em Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú; Sobral, CE, Brasil;
E-mail: enfer.patriciasilvapereira@gmail.com; ORCID: 0000-0003-3209-530X

Regina Alves de Oliveira Neta

Discente de Graduação em Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú; Sobral, CE, Brasil;
E-mail: reginaneta2014@gmail.com; ORCID: 0000-0001-5591-6444

Eliany Nazaré Oliveira

Pós-doutorado pela Universidade de Porto – PT e Docente do Curso de Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral, CE, Brasil;
E-mail: elianyy@gmail.com; ORCID: 0000-0002-6408-7243

Alda Kethellen Abreu Silva

Discente de Graduação em Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú; Sobral, CE, Brasil;
E-mail: aldakabreus@gmail.com; ORCID: 0009-0002-3976-5337

Flávia Regino Oliveira

Discente de Graduação em Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú; Sobral, CE, Brasil;
E-mail: flavia.regino@hotmail.com; ORCID: 0000-0001-8225-4757

Pedro Lucas Alves

Discente de Graduação em Enfermagem; Universidade Estadual Vale do Acaraú; Sobral, CE, Brasil;
E-mail: plucasalvs@gmail.com; ORCID: 0000-0002-4185-8682

Contribuição dos autores: PSP atuou no delineamento do estudo, coleta e análise dos dados, escrita e revisão final do manuscrito. RAON contribuiu na escrita do projeto, coleta e análise dos dados, revisão final do manuscrito e apoio na construção do artigo. ENO atuou na concepção do objeto, escrita do projeto, análise e discussão dos resultados e apoio na construção do artigo. AKAS contribuiu com a escrita do projeto, revisão final do manuscrito e apoio na construção do artigo. FRO contribuiu com a escrita do projeto, discussão dos resultados e apoio na construção do artigo. PLA ajudou na construção da escrita do projeto, análise dos resultados, revisão final do manuscrito e apoio na construção do artigo. Todos se responsabilizam pelo conteúdo do artigo.

Conflito de interesses: Os autores declaram não possuir conflito de interesses.

Recebido em: 17/02/2024

Aprovado em: 07/10/2024

Editores responsáveis: Quelen da Silva e Roger Flores Ceccon

Resumo: O estresse entre enfermeiros da emergência é uma resposta física e psicológica às demandas excessivas, pressões e desafios presentes no ambiente de trabalho de serviços de emergência. Este estudo visa apresentar uma análise da literatura científica, destacando as evidências e os fatores identificados relacionados ao esgotamento profissional entre enfermeiros que atuam no setor emergencial. Refere-se a uma revisão integrativa da literatura, coletada no intervalo de 10/06/2023 a 07/07/2023 nos seguintes bancos de dados: SciELO, PubMed e Medline via BVS, identificando 108 artigos, sendo 8 deles escolhidos a partir dos critérios de elegibilidade, dos quais 6 abordam os aspectos que interferiram no estresse do enfermeiro emergencista e 2, formas de como intervir efetivamente para amenizar a exaustão dos profissionais da enfermagem no setor de estudo. Nesse contexto, é de suma importância ressaltar que o respaldo psicológico e o aprimoramento das habilidades profissionais desempenham papel fundamental no enfrentamento dos principais fatores desencadeadores de estresse.

Palavras-chave: Estresse ocupacional; Esgotamento Profissional; Enfermeiros; Emergência.

Abstract: Stress among emergency nurses is a physical and psychological response to the excessive demands, pressures and challenges present in the emergency services work environment. This study aims to present an analysis of the scientific literature, highlighting the evidence and identified factors related to professional burnout among nurses working in the emergency sector. It refers to an integrative review of the literature, collected from 06/10/2023 to 07/07/2023 in the following databases: SciELO, PubMed and Medline via VHL, identifying 108 articles, 8 of which were chosen from the eligibility criteria, 6 of which address the aspects that interfered with the stress of emergency nurses and 2, ways of effectively intervening to alleviate the exhaustion of nursing professionals in the study sector. In this context, it is extremely important to highlight that psychological support and the improvement of professional skills play a fundamental role in coping with the main factors that trigger stress.

Keywords: Occupational Stress; Professional Burnout; Nurses; Emergency.

INTRODUÇÃO

Estima-se que, no Brasil, cerca de 72% dos trabalhadores ativos no mercado de trabalho devam vivenciar situações de estresse relacionadas às suas ocupações em pelo menos um momento da vida. Dentre essas condições de estresse, a síndrome de burnout ou síndrome do esgotamento profissional corresponde a mais ou menos 32% dos casos¹. No ranking feito pela Isma-BR, que compara oito países, o Brasil supera a China e os Estados Unidos, ficando em segundo lugar, sendo superado apenas pelo Japão, onde 70,0% da população apresenta sintomas de burnout².

A Síndrome de Esgotamento Profissional, também chamada de Síndrome de Burnout, surge devido às prolongadas horas de exposição do trabalhador a situações emocionais bastante desafiadoras e que atualmente vêm mostrando um aumento significativo em suas ocorrências diárias, especialmente em trabalhadores da área de saúde. Esta condição pode ser manifestada através de sinais e sintomas como a exaustão psicológica, redução da satisfação pessoal no âmbito profissional, além da despersonalização, entre outros agravos. Isso levanta preocupações quanto ao seu impacto potencial na qualidade dos cuidados e na segurança dos pacientes³.

Conforme definido por Maslach (1993), a síndrome de burnout engloba três facetas, sendo elas, a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização pessoal, o que acaba impactando os indivíduos que atuam e ocupam posições de interações diretas com outras pessoas⁴. A exaustão emocional é exteriorizada através de uma escassez significativa de motivação e energia, somada ao esgotamento emocional e físico. Esta dimensão está diretamente associada à percepção de que a energia profissional é drenada pelas grandes demandas do cotidiano e pelo contato direto com os problemas pessoais de cada indivíduo atendido².

A despersonalização, por outro lado, é entendida pela forma do tratamento impessoal e distante que o profissional oferta aos pacientes em destaque de cuidados específicos. Desta forma, essa faceta é manifestada através de respostas negativas/insensíveis ou desapegadas em relação às variadas particularidades profissionais. Como consequência deste fato, o trabalhador começa a enxergar seus pacientes como objetos, tratando-os de maneira

desumana e sem qualquer tipo de envolvimento emocional. Já a dimensão da redução da realização pessoal e profissional está diretamente relacionada à inclinação do trabalhador para se auto avaliar de maneira desfavorável, que se manifesta através de sentimentos como a incompetência, falta de realização e baixa produtividade no ambiente de trabalho. Isso ocorre pela não obtenção de reconhecimento da profissão, além da desvalorização, o que leva à insatisfação².

As extenuantes e prolongadas jornadas de trabalho têm o potencial de apresentarem resultados bastante prejudiciais tanto na saúde mental quanto na saúde física do profissional, podendo ser uma fonte rica para o estresse, colocando, assim, o trabalhador em risco para o desenvolvimento do estresse ocupacional. Diante deste cenário, torna-se evidente que o estresse desempenha um papel significativo na vida cotidiana dos enfermeiros, uma vez que, ao longo dos atendimentos de emergência, eles são expostos a níveis de estresse capazes de provocar efeitos adversos em sua saúde física e mental⁵.

Diante dos contextos de cuidados, existem diversos fatores que podem levar a uma exaustão do corpo e da mente do profissional enfermeiro, tais como o excesso de tarefas designadas para o próprio, jornadas de trabalho exaustivas, falta de independência e controle dos processos, exposição aos riscos ambientais, emocionais e químicos, enfrentamento do sofrimento, escassez de recursos e imensa responsabilidade pela vida dos pacientes, entre outros desafios⁶. E exatamente dentro dos departamentos de emergência, os enfermeiros frequentemente exercem suas funções sob altos níveis de estresse e pressão profissional, devido ao fato de lidar diretamente com pacientes gravemente doentes/feridos e envolvidos em situações de resgate fisicamente exigentes. Estas situações acabam levando ao desenvolvimento do estresse ocupacional, que, quando excessivo, está associado às condições de saúde adversas, como doenças coronarianas, câncer e depressão. Como consequência, há a influência da longevidade quanto à condição de conforto de vida dos profissionais de enfermagem⁷.

No Brasil, as Unidades de Urgência e Emergência (UUE) são as principais portas de entrada para uma grande parte dos usuários do sistema de saúde, em decorrência à carência de recursos em outros níveis de atendimento por

vezes. Isso requer da equipe uma abordagem mais unificada, já que a qualidade da assistência prestada aos usuários nestes serviços de UUE depende exclusivamente da eficácia e da capacidade de resolução das ações realizadas. Por este contexto, pode-se considerar as emergências como um ambiente de trabalho que apresenta desafios importantes para os profissionais de saúde, uma vez que reúnem diversos fatores estressantes^{7,8}.

Os desafios diariamente enfrentados pelos profissionais de enfermagem, em sua grande maioria, resultam em uma assistência que não se encontra alinhada com os manifestos e princípios de humanização. Essa realidade pode ser atribuída à insatisfação no ambiente de trabalho, ou que, por sua vez, leva a uma falta de reciprocidade no cuidado prestado aos pacientes⁹. Sabe-se que o enfermeiro desempenha um papel crucial na prestação de serviços na assistência ao paciente em ambiente de emergência, abrangendo desde o atendimento pré-hospitalar fixo e móvel, serviços hospitalares, até na culminância da alta ou transferência do paciente. Esses contextos de cuidados impedem muitas vezes que o enfermeiro demonstre suas competências, habilidades e conhecimento técnico-científico e ético na área de urgência e emergência⁸⁻⁹.

Diante do que foi apresentado, a abordagem dos riscos ocupacionais com foco nos enfermeiros que atuam em setores de emergência adquire relevância, uma vez que fornece uma base para conduzir pesquisas que visam desenvolver intervenções específicas para reduzir os desafios enfrentados pelos profissionais que estão sujeitos a essas situações de risco. Nessa conjuntura, o objetivo do estudo é expor uma análise da literatura científica, destacando as evidências e os fatores identificados relacionados ao esgotamento profissional entre profissionais de enfermagem que atuam em setores emergenciais.

METODOLOGIA

O estudo vigente refere-se a uma revisão integrativa da literatura que, no que lhe concerne, é conceituado como o primeiro passo na formação da experiência científica, uma vez que, por meio do procedimento supracitado, teses recentes, suposições e estudos começam a emergir, ao mesmo tempo em que se destacam lacunas e oportunidades para a realização de pesquisas em áreas específicas, como o presente estudo, que seguiu as etapas de

Bolheto¹⁰.

A pergunta norteadora estabelecida para o estudo foi: "Quais as evidências atuais presentes na literatura sobre o estresse de enfermeiros emergencistas?". A fase de coleta de materiais foi realizada no intervalo de 10/06/2023 a 07/07/2023, nos seguintes bancos de dados: SciELO, PubMed e Medline via BVS. Foram selecionados descritores através dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) que são: "Estresse Ocupacional", "Esgotamento profissional" e "Enfermagem em Emergência", além de suas correspondentes em inglês, "Occupational Stress", "Burnout, Professional" e "Emergency Nursing". Dessa forma, AND e OR foram aplicados como operadores booleanos, sendo realizado o cruzamento entre os descritores mencionados inicialmente nos bancos de dados citados.

A estratégia de busca avançada utilizando o cruzamento com os booleanos nas bases de dados foi: ("Nurse" AND "Burnout, Professional" OR "Occupational Stress" AND "Emergency Nursing"). E para a construção desta questão de pesquisa foi também utilizada a estratégia Population, Interest e Context (PICO), a qual tem o objetivo de recuperar pesquisas do tipo qualitativas que possuem o foco nas experiências humanas e nos fenômenos sociais, considerando que P refere-se à população/participantes ou pacientes ou problemas abordados no estudo; I, ao fenômeno de interesse; e Co, ao contexto.¹¹ Sua construção é baseada em cima de três (3) perguntas: I) P - Quem compõe e quais as características da população a ser pesquisada?; II) I - Qual a experiência de uso, ou a percepção ou a opinião da população?; III) Co - Quais detalhes específicos estão relacionados a fenômeno de interesse?.¹²

Utilizou-se como critérios de inclusão: estudos que discorreram de forma aproximada do objeto a ser estudado, que estivessem disponíveis na íntegra sem qualquer restrição de idioma e que tenham sido publicados entre os anos de 2013 e 2023. Empregou-se como critérios de exclusão: estudos que não possuíssem relação com a questão norteadora, que tenham sido disponibilizados parcialmente, monografias, artigos duplicados e que tenham sido publicados antes do ano de 2013.

Para a seleção e elegibilidade do estudo também foi utilizado o PRISMA

2020, Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis 2020, que é uma versão atualizada do PRISMA original, que foi publicada em 2009, se caracterizando como um conjunto de diretrizes que são usadas principalmente por pesquisadores, autores e revisores que conduzem e relatam estudos que envolvem a síntese de evidências a partir da literatura científica, como revisões sistemáticas e metanálises, tendo como objetivo melhorar a transparência e a qualidade da pesquisa, auxiliando na comunicação eficaz dos métodos e resultados das revisões.¹³

À vista disso, essa revisão tem a intenção de conduzir uma análise abrangente da literatura científica, com ênfase na identificação de evidências e fatores relacionados ao esgotamento profissional entre enfermeiros que desempenham suas funções em unidades de emergência.

RESULTADOS

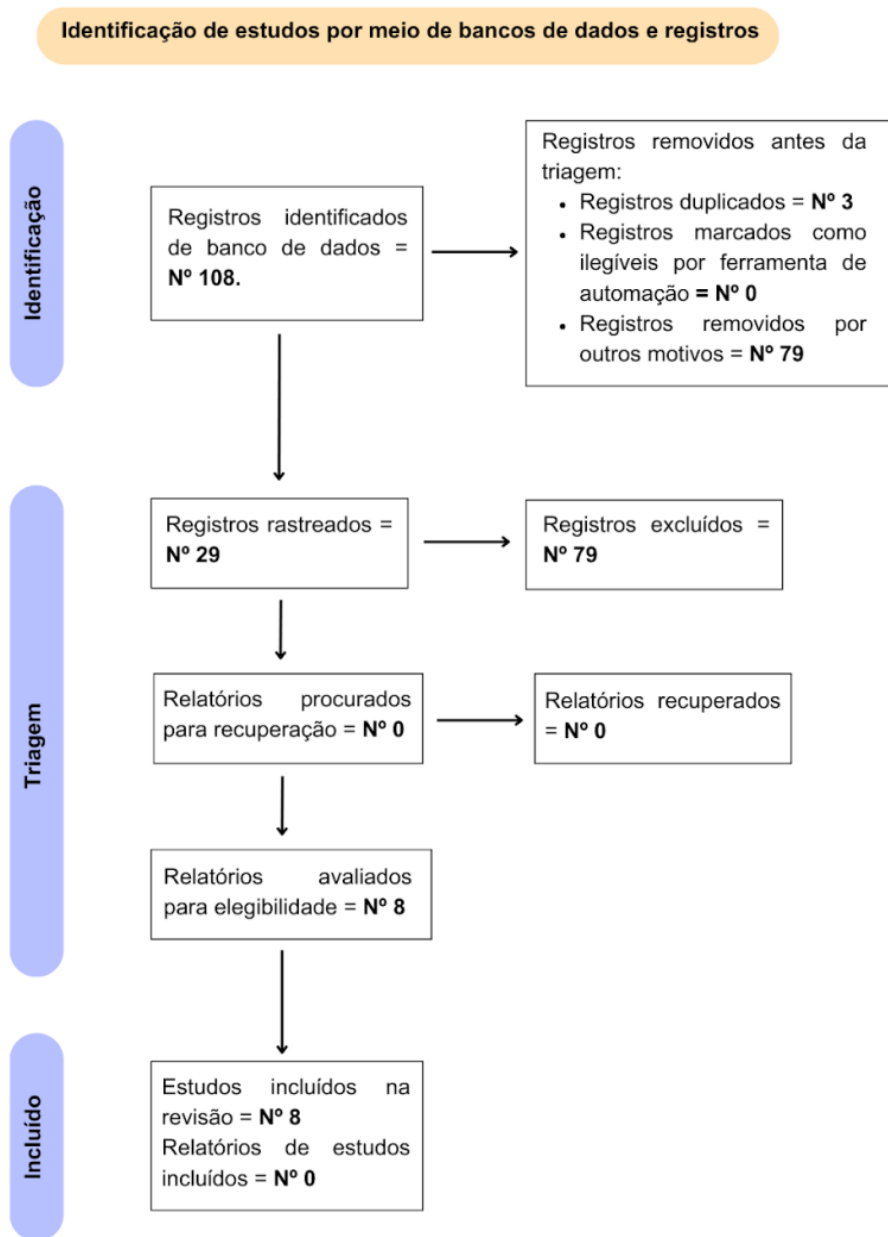
Pode-se visualizar no fluxograma representado na Figura 1 tanto a estratégia de pesquisa, quanto os resultados obtidos. Inicialmente, foi realizada a pesquisa nos bancos de dados selecionados, efetuando o agrupamento de descritores, identificando um conjunto de 108 artigos a partir dos títulos. Entre esses artigos, depois da avaliação dos resumos e da leitura completa dos materiais, 79 deles foram excluídos por não estarem diretamente relacionados à temática e por não atenderem a todos os critérios de inclusão mencionados anteriormente. Dessa forma, foram pré-selecionados 29 para a leitura na íntegra e apenas 8 foram incluídos na amostra final, como mostra o Quadro 1.

Dos artigos incluídos no estudo, a grande maioria foram publicados no ano de 2022, e os demais, nos anos de 2021, 2020, 2018 e 2013. O método predominante foi pesquisa transversal, mas também integrou-se ao estudo pesquisa qualitativa, revisão sistemática - meta-análise e pesquisa descritiva - correlacional.

Alguns artigos trouxeram a pandemia COVID-19 como um fator contribuinte e agravador da grande sobrecarga e esgotamento profissional dentro dos setores de emergência. Outros ressaltaram a necessidade de identificar os fatores desencadeantes do estresse e compreender seu impacto no corpo, a fim de implementar estratégias de enfrentamento que previnam problemas

de ordem psicológica e física.

Figura 1. Fluxograma da apuração de artigos conforme o PRISMA 2020.



Fonte: Elaborado pelos autores.

Os estudos também enfatizaram a qualidade do sono dos enfermeiros que sofrem de burnout/esgotamento profissional no serviço de emergência, compreendendo que esta qualidade está significativamente afetada por enfrentarem elevadas cargas de trabalho, plantões noturnos intensos, levando ao estresse em alto grau, e todos estes fatores resultam ou podem resultar em distúrbios de sono.

No entanto, 2 estudos se concentraram em estratégias de intervenção nos departamentos de emergência, visando mitigar o esgotamento profissional,

Quadro 1. Distribuição das principais informações dos artigos apurados sobre: Estresse e Saúde Mental de Enfermeiros da Emergência.

| Título da obra | Ano | Base de dados | Metodologia do estudo | Conclusões importantes |
|---|------------|----------------------|------------------------------|---|
| Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: Revisão Integrativa da Literatura | 2013 | Medline via BVS | Revisão Integrativa | Enfermeiros da área emergencial frequentemente enfrentam estressores, como escassez de recursos, carga horária, e relações interpessoais difíceis. No entanto, o significado atribuído ao trabalho pode ajudar a proteger contra o estresse. A importância de reconhecer esses estressores e adotar medidas de enfrentamento para evitar problemas psicológicos e físicos é destacada. O estudo recomenda, ainda, que as instituições de saúde proporcionem espaços para os profissionais compartilharem suas experiências e sentimentos após os plantões. |
| Esgotamento, estresse e satisfação no trabalho entre equipes de enfermagem de emergência após plano de transformação do sistema de saúde no Irã | 2018 | PubMed | Estudo transversal | Em mais de 60% dos casos analisados entre enfermeiros dos setores de emergência, observou-se a manifestação de níveis moderados de esgotamento profissional, apresentou uma associação direta com o estresse no ambiente de trabalho, enquanto uma conexão indireta foi identificada com satisfação. Esses resultados indicam a importância de implementar estratégias de mitigação do desgaste entre a equipe de enfermagem de emergência. |
| Qualidade do sono de enfermeiros do pronto-socorro de hospitais públicos na China e seus fatores de influência: um estudo transversal | 2020 | PubMed | Estudo transversal | A qualidade do sono dos enfermeiros que atuam em hospitais públicos na China era deficiente, com destaque para os hospitais terciários. Percebeu-se que para melhorar a qualidade do sono desses profissionais, é fundamental levar em consideração diversos fatores, com ênfase especial no estresse ocupacional, nos turnos de trabalho noturno e na carga de trabalho durante a noite. |
| Situações estressantes relacionadas ao paciente e resultados relacionados ao estresse em enfermeiros de emergência: um estudo transversal sobre o papel dos fatores de trabalho e recuperação durante o lazer | 2020 | Medline via BVS | Estudo transversal | As situações estressantes relacionadas aos pacientes em ambientes de pronto-socorro são desafiadoras de se reduzir de forma significativa ou mesmo impossíveis, dada a natureza da emergência médica. E para proteger os enfermeiros de emergência contra a exaustão emocional e os sintomas de estresse pós-traumático, é sugerido que se promova a recuperação durante o horário de trabalho e também durante o tempo de lazer. O estudo fornece implicações práticas para a gestão de enfermeiros de emergência, destacando a necessidade de implementar estratégias de recuperação, reduzir as demandas de trabalho e melhorar as suas condições. |

| | | | | |
|--|------|-----------------|-------------------------------------|--|
| A associação entre o medo da COVID-19 e a saúde mental: os papéis mediadores do esgotamento e do estresse no trabalho entre a equipe de enfermagem de emergência | 2021 | PubMed | Estudo transversal | O grande receio em relação à COVID-19 afetou tanto de forma direta quanto indireta o bem-estar mental dos enfermeiros que estavam atuando em situações de emergência. Assim concluiu-se que seria fundamental, nesse período da pandemia, que as instâncias hospitalares disponibilizassem recursos necessários para mitigar as preocupações dos enfermeiros. |
| Estresse ocupacional e sua relação com o enfrentamento espiritual entre enfermeiros de pronto-socorro e equipes de serviços médicos de emergência | 2022 | PubMed | Pesquisa descritiva - correlacional | Os resultados indicaram a urgência de aprimorar o ambiente laboral para enfermeiros que atuam na sala de emergência (PS) e para o pessoal do Serviço de Emergência (SME). Isso inclui a implementação de alterações nas instalações físicas de trabalho, a melhoria das condições salariais e o aperfeiçoamento das condições de emprego. Além disso, o estudo recomenda a partir dos dados a implementação de programas de treinamento voltados para a redução do estresse, por meio da adoção de estratégias positivas de enfrentamento à natureza espiritual. |
| O impacto de um vídeo educativo sobre o papel do enfermeiro de emergência, visualizado pelos sistemas de apoio aos enfermeiros de emergência, no bem-estar dos enfermeiros de emergência | 2022 | PubMed | Pesquisa qualitativa | Os sistemas de suporte aos enfermeiros de emergência adquiriram uma compreensão mais aprofundada do papel e do contexto de trabalho desses profissionais após assistirem ao vídeo. Como resultado, isso aprimorou a capacidade dos enfermeiros de emergência para a realização de relatórios em suas residências, a qualidade da experiência de apoio e, em última análise, contribuiu para o seu bem-estar. |
| Quantificação do burnout em enfermeiros de emergência: uma revisão sistemática e meta-análise | 2022 | Medline via BVS | Revisão Sistemática - Meta-análise | O estudo concluiu que uma parcela significativa de enfermeiros que atuam em situações de emergência apresenta elevados índices de Burnout. Este resultado sublinha a importância crítica de as organizações de saúde providenciarem apoio social, supervisão adequada e pessoal em quantidade suficiente nos contextos de atendimento de emergência. Além disso, é recomendável a condução de investigações adicionais para estabelecer conexões de causa e efeito entre o Burnout e os fatores pessoais e ambientais de risco. |

Fonte: Elaborado pelos autores.

também conhecido como "burnout", entre os enfermeiros que atuam nesses setores. Em suma, eles adotaram uma abordagem abrangente e integrada, enfatizando a relevância de um planejamento cuidadoso dos profissionais de enfermagem para o setor emergencial, considerando a complexidade dos cuidados prestados nesse ambiente desafiador.

DISCUSSÃO

A síndrome de exaustão profissional é reconhecida nas literaturas como uma reação ao estresse ocupacional crônico, evidenciando um notável aumento nos casos e incidências de Burnout nos últimos anos. Esta condição é agora considerada um problema de saúde pública, exercendo impacto tanto na saúde do profissional quanto no sistema organizacional das instituições. Destaca-se, nesse cenário, a categoria dos enfermeiros que desempenham suas funções em setores caracterizados por estresse constante, como os serviços de emergência¹⁴. Em vista disto, o presente estudo traz como resultados diversos fatores relacionados à problemática e intervenções possíveis a serem feitas de acordo com as literaturas incluídas na pesquisa.

O primeiro fator a ser discutido é a relação que a pandemia teve e a sua intensidade na exaustão dos enfermeiros emergencistas. Durante a pandemia da covid-19, os enfermeiros dentro das emergências enfrentam desafios estressantes fora do comum do setor, incluindo restrições nas condições de trabalho e obstáculos nas relações interpessoais, além da necessidade de lidar com o desconhecido, assim precarizando a saúde destes profissionais, e os expondo-os a riscos à exaustão emocional¹⁵.

A Síndrome de burnout (SB) torna-se ainda mais pronunciada nesse cenário, uma vez que a carga de trabalho excessiva, resultante da propagação descontrolada do novo coronavírus, amplifica-se de maneira desordenada. Dessa forma, notou-se que nesse período a elevada sobrecarga profissional e desgaste psicológico, se desencadearam nos diversos serviços de saúde prestados, especialmente no setor emergencial, na qual se estabelece o primeiro contato e atendimento nos casos mais graves, tornando o espaço de trabalho ainda mais desafiador¹⁶.

A problemática voltada à escassez de recursos materiais também é muito presente no dia a dia dos profissionais, principalmente nas instituições

públicas, em que na maioria das vezes o repasse das verbas, não são realizadas da forma prevista no planejamento, favorecendo o desenvolvimento de estresse nos profissionais que se veem desafiados a realizarem os procedimentos somente com o que tem disponível no setor. Sendo assim, cotidianamente os mesmos utilizam a criatividade para substituir um material por outro e as técnicas acabam sendo realizadas incorretamente, possibilitando riscos para os pacientes e para os próprios profissionais. Assim sendo evidente que a escassez de materiais, especialmente em ambientes de emergência, pode ter várias consequências negativas para os enfermeiros emergencistas e contribuir para o esgotamento profissional.

Para abordar esses problemas, é crucial que as instituições de saúde e os gestores forneçam suporte adequado aos enfermeiros, incluindo recursos adequados, treinamento, oportunidades para descanso e apoio psicológico. Além disso, políticas e práticas organizacionais devem ser revisadas para garantir que a escassez de materiais seja gerenciada de maneira eficaz e que os profissionais de saúde possam desempenhar suas funções de maneira segura e eficiente¹⁷.

Outro ponto a ressaltar, é a grande importância dos líderes e gestores, em colaboração com os profissionais, buscarem implementar estratégias de enfrentamento. Essas estratégias devem incluir, em seu planejamento, a promoção de uma comunicação eficaz, o aprimoramento do fornecimento de recursos humanos e materiais, o dimensionamento adequado da equipe, a revisão ou ajuste da carga horária de trabalho, a participação ativa dos profissionais na organização do ambiente ocupacional, a criação de um espaço para compartilhamento de experiências sobre a assistência prestada e sobre o serviço em si, o oferecimento de suporte psicológico, além da implementação de momentos de educação contínua para todos os membros da equipe¹⁸.

O enfrentamento do esgotamento entre enfermeiros que atuam em unidades de emergência demanda uma abordagem abrangente, considerando a complexidade do ambiente de trabalho e os desafios inerentes a essa profissão. Diversas estratégias podem ser adotadas para promover o bem-estar desses profissionais¹⁹. Um aspecto crucial é a

implementação de programas de apoio psicológico, oferecendo sessões de aconselhamento e grupos de discussão para proporcionar suporte emocional. Além disso, treinamentos em resiliência são essenciais, capacitando os enfermeiros a lidar de maneira mais eficaz com situações estressantes e a equilibrar suas vidas pessoais e profissionais. Se tornando fundamental que todas essas medidas levem em consideração as necessidades humanas básicas dos trabalhadores^{18,19}.

Em suma os artigos evidenciaram que o estresse ocupacional é desencadeado a partir da assistência consideravelmente desgastante em relação aos profissionais de enfermagem que são atuantes dos setores emergência, exatamente por estarem expostos às jornadas exaustivas com longas horas de serviços, além do cansaço em decorrência a algumas ocasionalidades específicas do âmbito de trabalho ocasionando assim o desgaste emocional somado a outros sentimentos como o medo, sofrimento, tensão e morte.

A literatura também enfatiza que o aumento no número de pacientes e a consequente sobrecarga da categoria de enfermagem nas unidades de urgência e emergência estão associados a um maior risco de sintomas depressivos e à síndrome de Burnout. Então fomentar uma cultura de comunicação aberta é fundamental, permitindo que os enfermeiros expressem suas preocupações e sugestões. Além disso, programas regulares de educação continuada abordando temas como gerenciamento de estresse e estratégias de enfrentamento são essenciais para aprimorar as habilidades profissionais e emocionais²⁰. Nas literaturas, a síndrome de exaustão profissional é reconhecida como uma reação ao estresse ocupacional crônico, sendo evidenciado um notável aumento nos casos e incidências nos últimos anos, assim sendo considerada uma condição de grande barreira na saúde pública, exercendo um impacto tanto na saúde do próprio profissional quanto no sistema organizacional das instituições. Destaca-se, nesse cenário, a categoria dos enfermeiros que desempenham suas funções em setores caracterizados por estresse constante, como os serviços de emergência.¹⁴ Em vista disto, o presente estudo traz como resultados diversos fatores relacionados à problemática e intervenções possíveis a serem feitas de acordo com as literaturas incluídas na pesquisa.

O primeiro fator a ser discutido é a relação que a pandemia teve e a sua intensidade na exaustão dos enfermeiros emergencistas. No decorrer da pandemia da covid-19, os enfermeiros que estavam atuando e sendo linhas de frente nos setores de emergência sofreram drasticamente com desafios estressantes fora do comum do setor, incluindo restrições nas condições de trabalho e obstáculos nas relações interpessoais, além da necessidade de lidar com o desconhecido, assim precarizando a sua saúde dentre vários âmbitos e sendo expostos a riscos à exaustão emocional.¹⁵

A Síndrome de Burnout (SB) tornou-se ainda mais discursada nesse cenário, uma vez que a carga de trabalho excessiva, resultante da propagação descomunal do novo coronavírus, amplificou-se de maneira desordenada, negligenciando o bem-estar do trabalhador. Dessa forma, notou-se que nesse período a elevada sobrecarga profissional e desgaste psicológico se desencadearam nos diversos serviços de saúde prestados, especialmente no setor emergencial, no qual se estabelece o primeiro contato e atendimento nos casos mais graves, tornando o espaço de trabalho ainda mais desafiador.¹⁶

A problemática voltada à escassez de recursos materiais também é muito presente no dia a dia dos profissionais, principalmente nas instituições públicas, em que na maioria das vezes o repasse das verbas não é realizado da forma prevista no planejamento, favorecendo o desenvolvimento de estresse nos profissionais que se veem desafiados a realizarem os procedimentos somente com o que tem disponível no setor. Sendo assim, cotidianamente, os mesmos utilizam a criatividade para substituir um material por outro e as técnicas acabam sendo realizadas incorretamente, possibilitando riscos para os pacientes e para os próprios profissionais. Assim sendo evidente que a escassez de materiais, especialmente em ambientes de emergência, pode ter várias consequências negativas para os enfermeiros emergencistas e contribuir para o esgotamento profissional.

Para abordar esses problemas, é crucial que as instituições de saúde e os gestores forneçam suporte adequado aos enfermeiros, incluindo recursos adequados, treinamento, oportunidades para descanso e apoio psicológico. Além disso, políticas e práticas organizacionais devem ser revisadas para garantir que a escassez de materiais seja gerenciada de maneira eficaz e que

os profissionais de saúde possam desempenhar suas funções de maneira segura e eficiente.¹⁷

Outro ponto a ressaltar é a grande importância dos líderes e gestores, em colaboração com os profissionais, buscarem implementar estratégias de enfrentamento. Essas estratégias devem incluir, em seu planejamento, a promoção de uma comunicação eficaz, o aprimoramento do fornecimento de recursos humanos e materiais, o dimensionamento adequado da equipe, a revisão ou ajuste da carga horária de trabalho, a participação ativa dos profissionais na organização do ambiente ocupacional, a criação de um espaço para compartilhamento de experiências sobre a assistência prestada e sobre o serviço em si, o oferecimento de suporte psicológico, além da implementação de momentos de educação contínua para todos os membros da equipe.¹⁸

O enfrentamento do esgotamento entre os profissionais de enfermagem atuantes nas unidades de emergência demanda uma abordagem abrangente, considerando a complexidade do ambiente de trabalho e os desafios inerentes a essa profissão. Diversas estratégias podem ser adotadas para promover o bem-estar desses profissionais.¹⁹ Um aspecto crucial é a implementação de programas de apoio psicológico, oferecendo sessões de aconselhamento e grupos de discussão para proporcionar suporte emocional. Além disso, treinamentos em resiliência são essenciais, capacitando os enfermeiros de forma a conseguirem enfrentar de maneira eficiente as situações estressantes e a harmonizar suas vidas pessoais e profissionais. Tornando-se fundamental que todas essas medidas levem em consideração as necessidades humanas básicas dos trabalhadores.^{18,19}

Em suma, os estudos explicitaram que os profissionais de emergência prestam uma ajuda encarada como exaustiva e desgastada em decorrência de diversas situações como carga horária excessiva, além das particularidades do próprio setor que podem desencadear o estresse ocupacional, assim, sendo necessária a implementação de ações que melhorem esta qualidade da assistência e bem-estar psíquico para o profissional enfermeiro.

A literatura também enfatiza que o aumento no número de pacientes e a

consequente sobrecarga destes profissionais no setor estão associados a um maior risco de sintomas depressivos e à síndrome de Burnout. Então fomentar uma cultura de comunicação aberta é fundamental, permitindo que os enfermeiros expressem suas preocupações e sugestões. Além disso, programas regulares de educação continuada abordando temas como gerenciamento de estresse e estratégias de enfrentamento são essenciais para aprimorar as habilidades profissionais e emocionais.²⁰

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se nas pesquisas realizadas que o quadro de estresse acarretado nos profissionais emergencistas se manifesta por diversos fatores, como a falta de suporte para lidar com uma realidade desconhecida, tal qual ocorreu na fase dos surtos de covid-19, além da carga horária de trabalho excessiva e o surgimento de obstáculos relacionados à escassez de recursos materiais. Isto posto, torna-se fundamental observar no cotidiano de trabalho os sinais que podem sugerir que o profissional esteja a adquirir uma síndrome de Burnout, um grave distúrbio psíquico que afeta múltiplas facetas da vida de um indivíduo.

Seguidamente, destaca-se a necessidade do desenvolvimento de um olhar abrangente por parte dos gestores e líderes do setor emergencial, voltado para os diversos fatores existentes geradores de estresse, principalmente aqueles que afetam diretamente o bem-estar individual, com o propósito de impedir distúrbios físicos e mentais. Visto que, essa realidade impacta tanto na saúde do profissional, quanto no sistema organizacional das instituições, referente à condição de trabalho e produtividade limitada, ocasionando sérios problemas no serviço.

Assim, torna-se essencial que nos serviços de saúde sejam estabelecidos espaços de diálogo, reflexão e trocas de experiências, pois até mesmo uma simples conversa com um colega de plantão pode ajudar a superar as dificuldades conflitantes da rotina exaustiva, auxiliando inclusive, no desenvolvimento das competências socioemocionais. Desse modo, considera-se que o suporte psicológico e a capacitação das habilidades profissionais são fundamentais para o enfrentamento dos principais elementos promotores de estresse.

REFERÊNCIAS

1. Latorraca C de OC, Pacheco RL, Martimbianco ALC, Riera R. O que as revisões sistemáticas Cochrane dizem sobre prevenção e tratamento da síndrome de burnout e estresse no trabalho. *Diagnost Tratam* [Internet]. 2019 [citado 1 nov. 2023];24(3):119-25. Disponível em: <https://periodicosapm.emnuvens.com.br/rdt/article/view/252>.
2. Moreira P de O, Honório LC. Síndrome de burnout: como enfermeiros emergencistas vivenciam e lidam com os elementos que a caracterizam? *RGO - Rev Gest Organiz*. 2022;15(3):75-92. doi:10.22277/rgo.v15i3.6067.
3. Tomaz HC, Tajra FS, Lima ACG, Santos MM. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Interface (Botucatu)* [Internet]. 2020 [citado 1 nov. 2023];24:e190634. doi:10.1590/Interface.190634.
4. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Esgotamento do trabalho. *Revis Anual Psicol*. 2001 [citado 1 nov. 2023];52:397-422. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.397.
5. Crispim CG, Ribeiro WA, Fassarella BPA, Neves KC, Franco A de A, Silva ASR, et al. Estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional na ótica de enfermeiros emergencistas. *Glob Clin Res* [Internet]. 2022 [citado 1 nov. 2023];2(1):e14. doi:10.5935/2763-8847.20220014.
6. Vieira LI, Teixeira NML, Galdino YF, de Oliveira CFP, Pereira D, Xavier MEL, et al. Emergência: o estresse ocupacional enfrentado por enfermeiros. *Rev Contemporanea* [Internet]. 2023 [citado 2 nov. 2023];3(8):12698-714. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/1337>.
7. Jiaru JMSN, Yanxue ZMSN, Wennv HMBRN. Incidência de estresse entre enfermeiros de emergência: uma revisão sistemática e meta-análise. *Medicina*. 2023 [citado 2 nov. 2023];102(4):e31963. Disponível em: https://journals.lww.com/md-journal/fulltext/2023/01270/incidence_of_stress_among_emergency_nurses__a.13.aspx.
8. de Castro JAR, Santos MA de P, Dourado RMD, Almeida FT de, Santos TS, Brasil BMBL, et al. Processo de trabalho em urgência e emergência hospitalar: impactos na saúde da comunidade de enfermeiros. *RSD* [Internet]. 2020 [citado 2 nov. 2023];9(8):e66985087. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/5087>.
9. Stochero AV, Dalcin CB, Michelon JM, Ilha S, Zamberlan C. Qualidade de vida do enfermeiro na emergência. *Rev Recien* [Internet]. 2022 [citado 3 nov. 2023];12(39):107-19. Disponível em: <https://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/682>.
10. Botelho LLR, Cunha CC de A, Macedo M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Rev Gest Soc* [Internet]. 2011 [citado 3 nov. 2023];5(11):121-36. Disponível em: <https://ges.face.ufmg.br/index.php/gestaoesociedade/article/view/1220/906>.
11. Stern C, Jordan Z, McArthur A. Desenvolvimento da pergunta de revisão e critérios de inclusão. *AJN Am J Nurs*. 2014 [citado 3 nov. 2023];114(4):53-6. Disponível em: https://journals.lww.com/ajnonline/fulltext/2014/04000/developing_the_review_question_and_inclusion.30.aspx.
12. Araújo WCO. Recuperação da informação em saúde: construção, modelos e estratégias. *ConCl Conv Cienc Inform*. 2020 [citado 3 nov. 2023];3(2):100-34.

Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/conci/article/view/13447>.

13. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*. 2021 [citado 3 nov. 2023];372(71). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33782057/>.

14. da Silva DMS, Vador RMF, Barbosa FAF. Enfermeiro x Burnout: as consequências da síndrome do esgotamento profissional em enfermeiros do serviço de urgência e emergência. *Braz J Desenvolver* [Internet]. 2021 [citado 11 nov. 2023];7(7):74598-636. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/33516>.

15. Mofato D da S, Marinho KA, Sá S, Sora AB de A. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem que atuam na emergência em meio à pandemia por COVID-19. *Epitaya* [Internet]. 2022 [citado 4 nov. 2023];1(9):89-101. Disponível em: <https://portal.epitaya.com.br/index.php/ebooks/article/view/243>.

16. Borges FE de S, Aragão DFB, Borges FE de S, Borges FES, Sousa AS de J, Machado ALG. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. *Rev Enferm Atual Derme* [Internet]. 2021 [citado 11 nov. 2023];95(33):e-021006. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/835>.

17. de Paiva CR, Edon DM, Silva DD, Santos WJ, Nolasco M. Esgotamento profissional em enfermeiros intensivistas: uma revisão integrativa. *Repositório Institucional FUPAC/UNIPAC* [Internet]. 2019. [citado 11 nov. 2023]. Disponível em: <https://ri.unipac.br/repositorio/wp-content/uploads/tainacan-items/282/171811/CAROLINA-RODRIGUES-DE-PAIVA-ESGOTAMENTO-PROFISSIONAL-EM-ENFERMEIROS-INTENSIVISTAS-UMA-REVISAO-INTEGRATIVA-ENFERMAGEM-2019.pdf>.

18. Silva BMF, da Silva ECA, de Sousa FO, da Silva GC, da Silva LA, da Silva SKT, et al. Análise dos fatores estressores relacionados à Síndrome de Burnout em enfermeiros de um setor de urgência e emergência. *Rev Braz J Developm* [Internet]. 2022 [citado 11 nov. 2023];8(1):8190-210. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/43544>.

19. Barbieri AC, Costa BMS, Viana TEP, Pinto TLV, Castro M de F, Prata RL. Revisão integrativa sobre as estratégias de enfrentamento ao estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem em setores de urgência e emergência. *Rev Eletr Acervo Saude* [Internet]. 2021 [citado 11 nov. 2023];20(20):eXX. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/d8d1c644-4252-4c76-975a-65d56fe51ee8>

20. Ramos AKS, dos Santos AC. A saúde mental dos enfermeiros na emergência. *Rev Inic Cient Ext* [Internet]. 2022 [citado 11 nov. 2023];5(1):789-99. Disponível em: <https://revistasfasesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/345>.