

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE GOIÁS – UNIGOIÁS  
SUPERVISÃO DA ÁREA DE PESQUISA CIENTÍFICA – SAPC  
CURSO DE ENFERMAGEM

**SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS DE TERAPIA INTENSIVA EM CUIDADOS DE  
FIM DE VIDA: REVISÃO INTEGRATIVA**

Ana Vitória Cândida da Silva  
Isabel Victoria Pinheiro Nunes  
Orientadora: *MS.*Raquel da Silva Carvalho

GOIÂNIA – GOIÁS  
Junho/2026

## **AGRADECIMENTOS.**

Em primeiro lugar, agradecemos a Deus por iluminar cada passo desta jornada, transformando obstáculos em degraus e dúvidas em fé. Às nossas famílias, que sempre estiveram ao nosso lado, incentivando-nos a ser sempre pessoas melhores e a buscar aquilo que queremos. Em especial, agradecemos às nossas mães, que sempre estiveram ao nosso lado, acreditando nos nossos sonhos, lutando junto conosco, enfrentando todos os obstáculos e nos conduzindo a nos tornar excelentes profissionais a cada dia que passa.

Somos extremamente gratas a todos os nossos professores que nos acompanharam ao longo do curso e que, com empenho, se dedicam à arte de ensinar. Especialmente a nossa orientadora Raquel da Silva Carvalho, que foi a responsável por nos orientar neste trabalho. Obrigado por esclarecer inúmeras dúvidas e por todo o empenho e dedicação que teve conosco; sem a sua orientação, não iríamos alcançar nosso tão sonhado resultado.

É com um sentimento imenso de dever cumprido e gratidão que contemplamos a nossa evolução, conscientes de que nada disso teria sido possível sem o auxílio valioso que nos guiou até aqui. Por fim, dedicamos este trabalho a todos os enfermeiros que dedicam a sua vida ao cuidado, mesmo quando não são cuidados. Estamos aqui para lutar por vocês.

# SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS DE TERAPIA INTENSIVA EM CUIDADOS DE FIM DE VIDA: REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Vitória Cândida da Silva.<sup>1</sup>

Isabel Victoria Pinheiro Nunes.<sup>2</sup>

Ms. Raquel da Silva Carvalho.<sup>3</sup>

**Resumo:** Este trabalho de conclusão de curso analisa a saúde mental de enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTI), especialmente no manejo de pacientes em estado terminal. O contexto da UTI é marcado por alta demanda, frequentes dilemas éticos e exposição constante à morte, fatores que, somados a turnos exaustivos que contribuem para o sofrimento ocupacional e o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. O objetivo central foi analisar evidências científicas sobre como o manejo de pacientes críticos impactam a saúde mental desses profissionais, identificando estratégias de enfrentamento e recomendações para promover o bem-estar. A metodologia adotada trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com foco na saúde mental dos enfermeiros da unidade de terapia intensiva. A coleta de dados foi realizada por meio de buscas nas bases PubMed, BVS, Google Acadêmico e LILACS, incluindo artigos disponíveis na íntegra, em português e inglês, publicados entre os anos de 2021 e 2026. Para a construção da estratégia de busca, foram utilizados descritores controlados da saúde (DeCS), como: Saúde Mental (Mental Health), Enfermagem (Nursing) e UTI (ICU), combinados com os operadores booleanos AND e OR. Os resultados evidenciam que a exaustão emocional, a falta de profissionais e sem o apoio institucional agravam o sofrimento desses trabalhadores. Como estratégias de enfrentamento, destacam-se a organização da rotina, a prática de mindfulness, o suporte entre colegas e o acolhimento institucional. Conclui-se que a promoção da saúde mental na enfermagem não é apenas uma responsabilidade individual através do autocuidado, mas exige ações coletivas, políticas públicas de valorização e melhorias estruturais nos ambientes hospitalares para garantir a qualidade da assistência e a proteção de quem cuida.

**Palavras-chave:** Equipe Multiprofissional, Transtornos Mentais, Sofrimento Ocupacionais, Cuidados Paliativos e Assistência Humanizada.

## Mental health of intensive care nurses in end-of-life care: an integrative review.

**Abstract:** This final course project analyzes the mental health of nurses working in Intensive Care Units (ICUs), especially in the management of terminally ill patients. The ICU context is marked by high technological complexity, frequent ethical dilemmas, and constant exposure to death, factors that, combined with exhausting shifts and overload, contribute to occupational suffering and the development of Burnout Syndrome. The central objective was to analyze scientific evidence on how the management of critically ill patients impacts the mental health of these professionals, identifying coping strategies and recommendations to promote well-being. The methodology adopted is an integrative literature review, focusing on the mental health of nurses in the intensive care unit. Data collection was carried out through searches in the PubMed, BVS, Google Scholar, and LILACS databases, including articles available in full, in Portuguese and English, published between 2021 and 2026. For the construction of the search strategy, controlled health descriptors (DeCS) were used, such as: Mental Health, Nursing, and ICU, combined with the Boolean operators AND and OR. The results show that emotional exhaustion, understaffing, and lack of institutional support exacerbate the suffering of these workers. As coping strategies, the organization of routines, the practice of mindfulness, support among colleagues, and institutional support stand out. It is concluded that the promotion of mental health in nursing is not only an individual responsibility through self-care, but requires collective actions, public policies of appreciation, and structural improvements in hospital environments to ensure the quality of care and the protection of those who care.

**Keywords:** Multidisciplinary Team, Mental Disorders, Occupational Suffering, Palliative Care, and Humanized Care.

---

[1] Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/3914565276031752> Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-5117-0105> E-mail: anavitoriago34@gmail.com

[2] Discente do curso de Enfermagem do Curso do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5438080821465176>; Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-5813-9308> E-mail: isabelpinheironunes27@gmail.com

[3] Professora do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. Mestra em Ciências Ambientais e Saúde (PUC-GO). Especialista em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal e Pediátrica (CEEN). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2478540450474910> Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-2947-9982> E-mail: profraquel992@gmail.com

## SUMÁRIO

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 1. INTRODUÇÃO. ....             | 1  |
| 2. METODOLOGIA. ....            | 4  |
| 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO. .... | 6  |
| 4. CONCLUSÃO.....               | 15 |
| 5. REFERÊNCIAS.....             | 17 |

## 1. INTRODUÇÃO.

A saúde não se resume apenas à ausência de doenças, mas envolve diversos aspectos que influenciam o bem-estar do indivíduo. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS,1946), ser saudável é estar em um estado completo de bem-estar físico, mental e social. Todavia a saúde mental em muitas das vezes não é vista como prioridade, mesmo sendo um dos principais fatores para uma vida saudável.

A saúde mental é definida como a condição em que a pessoa se encontra física, mental e socialmente equilibrada, permitindo que ela desenvolva suas capacidades, enfrente as dificuldades do cotidiano e participe ativamente da sociedade, contribuindo de forma positiva para a comunidade, segundo a Organização Mundial de Saúde. Porém a saúde mental não depende apenas do indivíduo, pois ela pode ser afetada por fatores ambientais, sociais e econômicos(Brasil,1980)

De acordo com Organização Pan Americana da Saúde (OPAS,2009) a saúde mental vai além da ausência de transtornos, sendo um processo individual e complexo, vivido de formas e intensidades diferentes por cada pessoa. Podendo haver piora quando a pessoa está totalmente ligada ao serviço, sem horas vagas para lazer com a família, praticar sua fé e cuidar de si mesmo.

Com isso, a perda de saúde mental da equipe de enfermagem que atua na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é um problema crescente, de acordo pesquisa realizada pelo Conselho Regional de Enfermagem do Mato Grosso aponta que cerca de 83% dos profissionais de saúde demonstram sinais da Síndrome de Burnout (CORENMT,2020). A maioria desses profissionais estão na linha de frente e são expostos frequentemente ao sofrimento ou até a morte dos pacientes, a tomada de decisões rápidas e aos longos turnos de trabalho, podendo incluir as noites e os fins de semana. Podendo comprometer o humor, sono, estresse e a qualidade de vida daquele indivíduo (Duarte, Adriana Oliveira et al.,2025). O cuidado de enfermagem constitui um campo científico e profissional inserido no amplo contexto das práticas em saúde, abrangendo múltiplas áreas de atuação e diferentes níveis de complexidade assistencial (CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM, 2020). Trata-se de uma profissão legalmente regulamentada, com diversas especialidades, presente desde a atenção primária até serviços hospitalares de alta tecnologia, evidenciando sua relevância social e científica (Freitas, 2023).

No contexto dos cuidados paliativos, os enfermeiros assumem papel estratégico na organização e execução da assistência, atuando em hospitais e também em serviços domiciliares. Sua permanência contínua junto ao paciente favorece o estabelecimento de

vínculo terapêutico e os posiciona como articuladores do cuidado, sendo responsáveis pela avaliação sistemática de sintomas, pelo manejo de intervenções farmacológicas e não farmacológicas e pelo suporte emocional aos pacientes e familiares durante o processo de fim da vida, podendo ser tais como dor, dispneia, ansiedade, delírio e outros sintomas angustiantes (Moons et al., 2024). O contato frequente com a morte pode gerar uma alta carga psicológica para estes profissionais, além disso a falta de apoio institucional, escassez de treinamentos para lidar com esse tipo de paciente. Muitas vezes, os enfermeiros também vivenciam conflitos morais decorrentes da continuidade de tratamentos agressivos mesmo quando a morte é iminente, o que pode intensificar sentimentos de angústia e impotência. (Dartey et al., 2025).

Entretanto, especialmente nos ambientes de UTI, a prática profissional ocorre em cenários marcados por alta complexidade tecnológica, situações críticas e frequentes dilemas éticos. Essas condições podem gerar sofrimento ocupacional, impactando o bem-estar da equipe, contribuindo para esgotamento físico e emocional, aumento do absenteísmo e dificuldades na retenção de profissionais qualificados (Stewart; Bench; Malone, 2024).

Uma das causas da falta da saúde mental é a Síndrome de Burnout, que surge em razão do contexto trabalhista, marcada pelo desgaste emocional, pela despersonalização e pela redução de satisfação da realização de sua especialização. O profissional que sofre com essa síndrome ele acaba ficando menos empático, perdendo o interesse, se sentindo incompetente e insatisfeito no seu local de trabalho (Rodrigues, et al. 2024).

Somente em 2019, a Síndrome de Burnout foi classificada como uma doença ocupacional pela Organização Mundial de Saúde (OMS;2019). Porém, de acordo com o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), no Brasil a nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11) só foi adotada no início de 2025. Dessa forma, o profissional diagnosticado com Síndrome de Burnout tem o direito de se afastar do trabalho, assegurando a manutenção de seus direitos durante o período de licença.

Outros fatores que contribuem para a perda de saúde mental, incluem a depressão, ansiedade, estresse, medo e frustração. Que ocorrem por testemunhar o falecimento do paciente, sem poder intervir e apenas aceitar que aquela história tinha chegado ao final (Dartey, Anita Fafa et al. 2025). Os profissionais da área da saúde de onze países da América Latina apresentam elevados índices de sintomas depressivos, ideação suicida e sofrimento psicológico, conforme apontado pelo relatório COVID-19 Health Care Workers Study (HEROES), desenvolvido por universidades do Chile e da Colômbia em parceria com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS,2022).

A atuação dos enfermeiros em altas demandas pode favorecer o desenvolvimento de estresse ocupacional e da síndrome de burnout. Diante desse contexto, diferentes estratégias de enfrentamento são utilizadas pelos enfermeiros para lidar com a pressão e as exigências do trabalho. A principal estratégia é aquela voltada para a resolução dos problemas, como o planejamento da rotina de trabalho, a organização das atividades e a busca por suporte social entre colegas e membros da equipe multiprofissional. Além disso, práticas relacionadas ao autocuidado, como a adequada gestão do tempo, o equilíbrio entre vida profissional e pessoal e a valorização de momentos de descanso e lazer, são fundamentais para a preservação da saúde mental desses profissionais (Rodrigues et al., 2024).

Estudos relatam que algumas situações relacionadas com trabalho estão associadas a um aumento de alterações a nível mental e físico. O trabalho por turnos é uma das situações que têm sido associadas a efeitos negativos para a saúde como por exemplo, perturbações do sono ou digestivas, fadiga crônica, irritabilidade, insegurança, problemas familiares, mau relacionamento com a equipe multiprofissional. Esse sistema de trabalho, de acordo com o que é relatado pelos trabalhadores, está associado a uma pior conciliação entre o ofício e os compromissos sociais e familiares e a um maior risco de complicações à segurança e à saúde (Duarte et al., 2025).

Esta pesquisa fundamenta-se na necessidade de compreender o impacto psicossocial inerente à prática da enfermagem em contextos de alta complexidade. O objetivo central é analisar as evidências da literatura científica sobre a saúde mental dos enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTI), com foco específico no manejo de pacientes em estado terminal. Busca-se, não apenas identificar os fatores de estresse e as consequências psicológicas, mas também evidenciar as estratégias de enfrentamento e as recomendações práticas que possam promover o bem-estar desses profissionais. Assim, o estudo preza pela urgência em subsidiar intervenções que garantam a preservação da saúde de quem cuida, assegurando, conseqüentemente, a qualidade e a humanização da assistência prestada no fim da vida.

## **2. METODOLOGIA.**

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, método que permite reunir, analisar e sintetizar resultados de pesquisas sobre a saúde mental dos

enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva (UTI), contribuindo para a compreensão ampliada do fenômeno investigado e para a identificação de lacunas no conhecimento científico. A revisão integrativa possibilita a inclusão de diferentes delineamentos metodológicos, proporcionando uma análise abrangente das evidências disponíveis na literatura.

A construção da revisão seguiu seis etapas metodológicas: identificação do tema e elaboração da pergunta norteadora; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos; definição das bases de dados e estratégia de busca; seleção dos estudos; extração e organização das informações; e análise e síntese dos resultados.

A primeira etapa consistiu na definição do tema e formulação da pergunta norteadora da pesquisa. Para isso, utilizou-se a estratégia PICO, que auxilia na estruturação de questões investigativas a partir dos elementos população (P), intervenção ou interesse (I), comparação (C) e desfecho (O). A partir dessa estratégia foi definida a seguinte questão norteadora: como a saúde mental do enfermeiro em Terapia Intensiva é impactada pelo manejo de pacientes em estado terminal.

Na segunda etapa foram definidos os critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados nos idiomas português e inglês, dentro do período de 5 anos (2021 á 2026) e que abordassem diretamente a temática do estudo. Foram excluídos artigos duplicados nas bases de dados, estudos que não respondessem à pergunta norteadora, resumos de eventos científicos, editoriais, cartas ao editor e trabalhos que não apresentassem texto completo disponível.

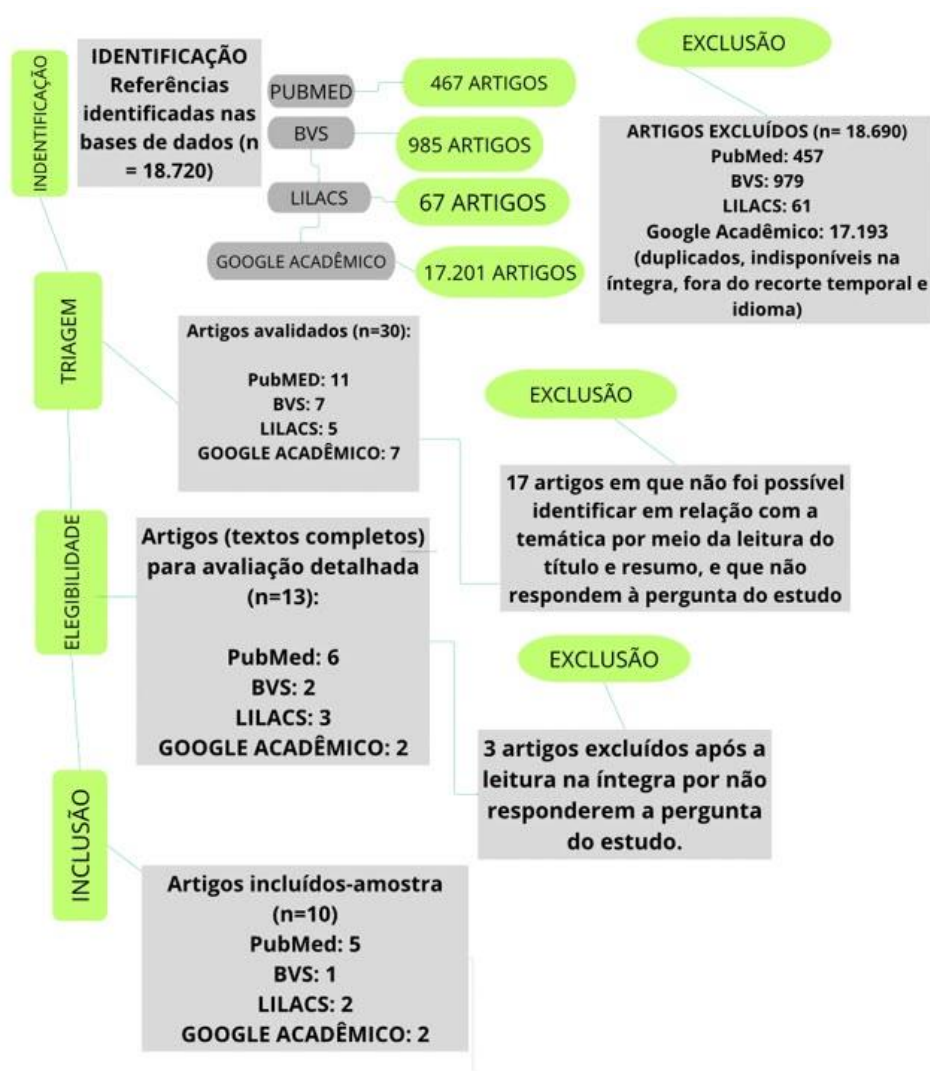
Na terceira etapa foi realizada a busca dos estudos nas bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Google Acadêmico e LILACS, amplamente utilizadas na área da saúde. Para a estratégia de busca foram utilizados descritores controlados presentes no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH), como: Saúde Mental (Mental Health), Enfermagem (Nursing), UTI (ICU), combinados entre si por meio dos operadores booleanos AND e OR. Foram identificados 10 artigos.

Na quarta etapa foi realizada a seleção de 18.720 estudos. Inicialmente procedeu-se à leitura dos títulos de 30 artigos identificados na busca, seguida da análise dos resumos para verificar a adequação com a saúde mental do enfermeiro. Posteriormente, 13 artigos potencialmente elegíveis foram submetidos à leitura na íntegra, sendo aplicados os critérios de inclusão e exclusão para definição da amostra final de 10 artigos da revisão. Conforme foi feito de acordo com a Figura 1.

Na quinta etapa foi realizada a extração e organização das informações dos estudos selecionados. Para isso, elaborou-se um instrumento de coleta de dados contendo informações como: autor, ano de publicação, objetivo do estudo, delineamento metodológico, população estudada e principais resultados na plataforma Excel.

Por fim, na sexta etapa realizou-se a análise e síntese dos dados obtidos, permitindo a interpretação crítica das evidências encontradas na literatura. Os resultados foram organizados de forma descritiva, possibilitando a discussão dos achados à luz do conhecimento científico existente sobre o tema.

**Figura 1- Fluxograma da seleção de artigos**



### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO.**

Após a seleção dos artigos e a estruturação do fluxograma, elaborou-se a Tabela 1. Esta apresenta o levantamento dos dez estudos selecionados que atenderam integralmente aos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos, que investigam a relação entre a saúde mental dos enfermeiros e a prestação de cuidados a pacientes críticos. Na tabela detalha o título, os autores, o ano de publicação e a abordagem metodológica que cada um aborda sobre o tema.

**Tabela 1:** Levantamento dos estudos que investigam a relação entre a saúde mental de enfermeiros na prestação do cuidado e pacientes críticos. Goiânia. 2026

| <b>TÍTULO</b>                                                                                                                                                                                      | <b>METODOLOGIA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>RESULTADOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>BASE DE DADOS</b>                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem de centro de terapia intensiva adulto em tempos da COVID-19: riscos psicossociais<br><br>(Freitas, Raquel Santos de.2023)                        | Trata-se de um estudo quantitativo com delineamento transversal descritivo que, apesar de se realizar testes paramétricos com o objetivo de se discutir a relação entre as variáveis e o desfecho, não possui como meta o estabelecimento de causa e efeito.<br><br>Tem como proposta coletar dados de interesse de uma população em única oportunidade, permitindo a realização de associações mediante técnica | A pandemia impactou negativamente a qualidade de vida de trabalhadores de enfermagem, principalmente nos domínios ambiental, físico e psicológico, com alto estresse e grande exposição à COVID-19.                                                                    | LILACS:<br>ICU and nursing and mental health |
| Trabalho por turnos e saúde mental dos enfermeiros: protocolo de revisão<br><br>(Duarte, Adriana Oliveira; Pinto, Ana Cláudia de Sousa; Aleixo, Stéphanie Galvão; Bueno, Alexandre de Assis. 2025) | Trata-se de um protocolo de revisão de escopo, cujo objetivo é mapear as evidências existentes sobre os impactos do trabalho por turnos na saúde mental de enfermeiros em contexto hospitalar.                                                                                                                                                                                                                   | A revisão de escopo analisa os impactos do trabalho por turnos na qualidade de vida de profissionais de enfermagem, especialmente em sono, estresse e bem-estar, destacando reflexos na saúde do trabalhador, no desempenho profissional e na qualidade da assistência | BVS:<br>ICU and nursing and mental health    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <p>Intervenções para apoiar o bem-estar dos enfermeiros de cuidados intensivos: uma revisão exploratória</p> <p>(Stewart, Carolyne; Bench, Suzanne; Malone, Mary.2024)</p>                                                                                                                 | <p>A revisão exploratória permite compreender a extensão do conhecimento atual, identificando e mapeando intervenções de bem-estar para enfermeiros de cuidados intensivos.</p>                                                                                                                                                                                                           | <p>Estudo apresentou limitações relacionadas à generalização dos resultados, devido ao foco em tipos específicos de cuidados intensivos e à ausência de avaliações de longo prazo das intervenções. Conclui-se que as intervenções voltadas ao bem-estar dos enfermeiros concentram-se, principalmente, em abordagens individuais e psicológicas, havendo pouca evidência sobre estratégias organizacionais. Destaca-se a importância de envolver os profissionais no planejamento de ações de promoção do bem-estar</p> | <p>PubMed: ICU and nursing and mental health</p> |
| <p>Experiências de enfermeiros de UTI em cuidados de fim de vida: um estudo qualitativo em Gana</p> <p>(Ahorli, Regina; Afaya, Agani Appati; Dartey, Joan Asiwome; Essiakoh, Anita Fafa; Johnson, Beatrice; Klutsey, Beatrice Bella; Okai, Ellen Eyi; Zigah, Beauty; John, John. 2025)</p> | <p>A metodologia utilizada foi do tipo qualitativa exploratória, com amostragem intencional para recrutar 20 enfermeiros atuantes na UTI do hospital de ensino de Ho, em Gana. Os participantes deveriam ser enfermeiros registrados, em atuação na UTI e com experiência mínima de 12 meses no cuidado de pacientes criticamente enfermos, foram realizadas entrevistas individuais.</p> | <p>Estudo evidenciou intensa carga emocional em enfermeiros no cuidado de fim de vida, com estresse, ansiedade e sentimento de fracasso diante do óbito. Também apontou falta de equipamentos, subdimensionamento de pessoal e conflitos culturais. Recomenda-se capacitação em cuidados paliativos,</p>                                                                                                                                                                                                                 | <p>PubMed: ICU and nursing and mental health</p> |

|                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | apoio psicológico e investimento em infraestrutura nas UTIs                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                     |
| Cuidar de quem cuida: Uma reflexão teórica sobre a promoção da saúde mental de enfermeiros<br><br>(Milan NC, Monteiro CAS, Costa ACB.2026) | Ensaio teórico-reflexivo elaborado a partir de debates acadêmicos, vivências profissionais e análise interpretativa de estudos recentes sobre saúde mental de enfermeiros, sofrimento moral, burnout, fadiga emocional e intervenções institucionais, utilizando como referência um conjunto de produções científicas previamente selecionadas. | O sofrimento psíquico decorre de múltiplos fatores, incluindo sobrecarga de trabalho, insuficiência de recursos, conflitos éticos, exposição contínua ao sofrimento humano e fragilidades organizacionais, resultando em ansiedade, estresse, exaustão emocional e prejuízos à qualidade do cuidado. Identificaram-se estratégias promotoras de bem-estar baseadas em políticas institucionais, apoio psicossocial, desenvolvimento de competências emocionais e práticas de autocuidado. | GOOGLE ACADÊMICO: ICU and nursing and mental health |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <p>Satisfação no trabalho e síndrome de burnout entre enfermeiros de unidades de terapia intensiva: uma revisão sistemática e meta-análise</p> <p>(Quesada-Puga, C. Izquierdo-Espin, F. J. Membrive-Jiménez, M. J. Aguayo-Estrenera, R. Cañadas-de La Fuente, G. A. Romero-Béjar, J. L. Gómez-Urquiza, J. L. 2024)</p> | <p>Trata-se de uma revisão sistemática com metanálise</p>                                                                                                                                                                                                                | <p>Burnout é comum, principalmente entre enfermeiros de UTI. Está associado ao estresse e às condições de trabalho. Existe relação inversa com a satisfação profissional. Quanto maior a satisfação no trabalho, menor o burnout.</p>         | <p>PubMed: ICU and nursing and mental health</p> |
| <p>Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática comparativa.</p> <p>(Rizzo A, Yıldırım M, Öztekin GG, Carlo AD, Nucera G, Szarpak ħ, Zana S e Chirico F 2023)</p>                                                                                                | <p>Em um estudo conduzido de acordo com o MOOSE (meta-análise de estudos observacionais em epidemiologia) e as diretrizes PRISMA recomendadas pela Colaboração Cochrane (16), o grau de burnout é levado em consideração (Tabela 1).</p>                                 | <p>Surpreendentemente, os resultados indicaram que os níveis de burnout dos enfermeiros não diferiram significativamente antes (N = 59.111) e durante (N = 18.629) a pandemia. A diferença observada foi qualitativa, e não quantitativa.</p> | <p>PUBMED: ICU and nursing and mental health</p> |
| <p>Da solidão a cooperação: estratégias de enfrentamento de trabalhadores de enfermagem de terapia intensiva</p> <p>(Oliveira, E. S. Centenaro, A. P. F. C. Garcia, C. T. F. Flores, C. M. L. Franco, G. P.</p>                                                                                                        | <p>Trata-se de um estudo qualitativo descritivo cujos achados emergem de um estudo matricial multicêntrico. Os cenários de pesquisa foram UTI's de dois hospitais filantrópicos e um hospital público universitário, todos de grande porte e de referência para suas</p> | <p>Profissionais de enfermagem utilizam estratégias de enfrentamento no trabalho. Predominam estratégias individuais, com alívio apenas momentâneo do estresse. Estratégias coletivas são mais eficazes.</p>                                  | <p>LILACS: ICU and nursing and mental health</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Glowacki, J.2022)                                                                                                                                                                                                                                        | macrorregiões do Rio Grande do Sul, Brasil.                                                                                                                                                                                                                                      | Fortalecem o grupo e melhoram o ambiente de trabalho                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                        |
| Influências da rotina de trabalho na Unidade de Terapia Intensiva sobre o sofrimento mental dos Enfermeiros<br><br>(Procópio Cascalho, C. R.<br>Arruda, M. L. S. F.<br>Rodrigues, A. C. C.<br>Rodrigues, S. J. A.<br>Gandra, E. C.<br>Corrêa, A. R.2026) | Optou-se pela pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo descritivo, por considerar que esse delineamento busca observar, registrar, analisar e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los, procurando descrever suas características e relações com a realidade estudada | Os relatos apresentados apontam que a rotina de trabalho na Unidade Terapia Intensiva, com demanda administrativa excessiva, exposição biológica, absenteísmo e desvalorização profissional, interfere no sofrimento mental dos enfermeiros.                                                                                          | GOOGLE ACADÊMICO:<br>ICU and nursing and mental health |
| Mental Health Outcomes of Perceived Stress Anxiety, Fear and Insomnia Resilience among Frontline Nurses Caring for Critical COVID-19 Patients Intensive Care Units<br><br>(Jose, S.<br>Cyriac M. C.<br>Dhandapani, M.<br>Mehra A.<br>Sharma, N.2022)     | Estudo transversal com enfermeiros de UTI COVID-19, utilizando questionário online<br>Aplicação de escalas validadas e análise estatística descritiva e inferencial                                                                                                              | Alta prevalência de sofrimento psicológico (68,5%)<br>Ansiedade presente em 54,7% dos participantes<br>Medo relatado por 44%<br>Insônia em 31% dos enfermeiros<br>Nível de resiliência moderado a alto (77,5%)<br>Relação negativa entre resiliência e sofrimento mental<br>Maior resiliência → menor impacto psicológico da COVID-19 | PubMed:<br>ICU and nursing and mental health           |

Com a chegada da COVID-19 em nosso país e o agravamento da doença, o sistema hospitalar passou por várias mudanças que alteraram a rotina de serviço dos enfermeiros,

altas demandas, novos protocolos de atendimento ao paciente e familiares, atividades atípicas que afetaram diretamente e indiretamente a saúde do trabalhador, como alimentação em horários irregulares, pouco tempo para repouso, falta de hidratação e até mesmo a realização de necessidades fisiológicas. A saúde mental do enfermeiro sofreu um abalo devido a essas questões em que foram desenvolvidas durante a pandemia da COVID-19, profissionais com medo, consolando os seus colegas, cargas excessivas de trabalho e convivência diária com a dor e a morte (Freitas, 2023).

Outros estudos também evidenciaram resultados semelhantes, informando que a pandemia da COVID-19 impactou negativamente na saúde mental dos trabalhadores, ocorrendo transtorno mental comum, tais como, ansiedade, estresse e depressão. Afetando também a sua qualidade de vida principalmente em aspectos físicos, o maior relato dos profissionais foram dores de cabeça, má digestão e falta de apetite. Outro ponto relevante desse estudo, pesquisadores afirmam que o aumento da exaustão mental dos enfermeiros está relacionada às unidades destinadas ao cuidado de paciente com COVID-19, os níveis são mais altos comparando com outros setores da unidade hospitalar (Ferraz et al., 2025).

O trabalho por turnos pode impactar negativamente na vida do enfermeiro, uma vez que seus horários dificultam outras atividades além do trabalho. Pode implicar nas atividades noturnas e finais de semana, trazendo uma má qualidade de sono e menos desempenho nas atividades que é estipulada. Cerca de 21% dos trabalhadores europeus desenvolvem suas atividades por turnos, tendo-se notado um aumento significativo desde 2010 (17%), sendo que 40% correspondem a trabalhadores por turnos do setor da saúde, esse sistema de trabalho de acordo com o que é relatado pelos trabalhadores, está associado a uma pior conciliação entre o ofício e os compromissos sociais e familiares e a um maior risco de complicações à segurança e à saúde (Maurício, 2016).

Sabendo que os enfermeiros são um dos grupos mais expostos a essa rotina de trabalho podendo influenciar negativamente a saúde mental é importante elaborar um método de prevenção e promoção eficaz para a diminuição de doenças mentais relacionadas a este tipo de atividade laboral (Duarte et al., 2025).

O trabalho por turnos na enfermagem pode contribuir para o desenvolvimento da síndrome de burnout, pois os horários irregulares e as longas jornadas dificultam a organização da rotina e a realização de atividades pessoais. Além disso, muitos profissionais precisam ter mais de um emprego, o que aumenta o cansaço físico e emocional. Esses fatores favorecem o esgotamento, prejudicando a saúde do enfermeiro e a qualidade da assistência prestada. A síndrome de burnout não surge de forma repentina,

mas sim como um processo gradual, decorrente da exposição contínua a fatores estressores no ambiente de trabalho, como sobrecarga laboral e pressão emocional (Milan NC, Monteiro CAS, Costa ACB.2026).

Enfermeiros em UTI sofrem muito emocionalmente ao cuidar de pacientes em fim de vida, apresentando sentimentos como tristeza, ansiedade, frustração e até sensação de falha quando o paciente evolui para o óbito. Além disso, a falta de materiais, a sobrecarga de trabalho e o número reduzido de profissionais dificultam a prestação de um cuidado de qualidade. O estudo também aponta dificuldades no relacionamento com familiares e a influência de crenças culturais e religiosas, que podem interferir no tratamento. Diante disso, os autores destacam a importância de melhorar a estrutura dos serviços de saúde, oferecer mais treinamento aos profissionais, melhorar a comunicação e garantir apoio psicológico aos enfermeiros, contribuindo para um cuidado mais humanizado e para a redução do sofrimento desses profissionais (Dartey et al. 2025).

Para o enfermeiro ter uma boa qualidade de vida e uma saúde mental saudável, é necessário que tenha um autocuidado, mas infelizmente não se condiz com a realidade que eles vivem. Se torna difícil ter um autocuidado, no entanto não está claro que somente o autocuidado pode melhorar a qualidade de vida e saúde mental, porém pode prevenir o esgotamento. Nos setores de cuidados intensivos o autocuidado do profissional pode ser difícil de ser realizado sem um processo organizacional, rotinas, estruturas para apoiá-los. A resiliência organizacional interfere fortemente na segurança do paciente e no bem-estar do enfermeiro, pois avalia novas adaptações, buscando melhorias. O apoio entre os colegas de trabalho podem também influenciar no bem-estar (Stewart et al., 2024).

Mindfulness é uma estratégia eficaz. Consiste em focar no que está acontecendo agora, como a respiração, pensamentos e sensações, ajudando a reduzir o estresse, melhorar o controle emocional e aumentar o bem-estar. Essa prática tende diminuir a síndrome de Burnout em enfermeiros de UTI, a exaustão emocional, além de melhorar a empatia, a resiliência e o bem-estar profissional. Quando se aplica de forma estruturada e com maior duração (Alharbi; Mckenna, 2025).

Existe uma conexão importante entre a satisfação no trabalho e a síndrome de burnout em enfermeiros que trabalham em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). Quando os enfermeiros estão insatisfeitos com seu trabalho, isso pode ser causado por condições de trabalho ruins, ter que fazer muitas tarefas ao mesmo tempo e a falta de experiência. Isso, por sua vez, pode levar a problemas como exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, que são sintomas da síndrome de burnout. Fazer com que os

enfermeiros fiquem mais satisfeitos com seu trabalho não é apenas benéfico para eles, mas também é uma estratégia importante para manter a saúde mental dos profissionais e garantir que os pacientes recebam cuidados seguros (Quesada, Puga et al.2024).

Com isso, segundo os autores Batista e Leite (2023), o estresse ocupacional, gerado pela insatisfação do serviço, pode comprometer a saúde física e mental dos profissionais de enfermagem. Os desafios da assistência, acabam provocando mais estresse, exaustão, insatisfação e a ausência do entusiasmo pela profissão. Por isso os autores, prezam por novas políticas de saúde visando a verdadeira realidade dos enfermeiros, trazendo uma melhora nos ambientes em que eles atuam.

Além disso, a atualização da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) reforça a necessidade de identificação, avaliação e controle dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho, incluindo fatores como sobrecarga laboral, pressão emocional, jornadas extensas e ausência de suporte organizacional. A norma estabelece que esses riscos devem integrar o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), visando a promoção da saúde mental e a prevenção do adoecimento dos trabalhadores. Dessa forma, torna-se fundamental que as instituições de saúde implementem estratégias de apoio psicossocial, acolhimento e melhoria das condições laborais dos profissionais de enfermagem, especialmente aqueles que atuam em setores críticos, como as Unidades de Terapia Intensiva (Brasil, 2026).

A pandemia de COVID-19 foi o ápice para a piora da saúde mental dos enfermeiros em Unidades de Terapia Intensiva (UTI) que estavam ali na linha de frente. Nesse período houve uma alta prevalência de profissionais tendo ansiedade, depressão, estresse e medo ocorrido pela alta demanda de serviço, a escassez de materiais necessários para o cuidado e a preocupação de se contaminar ou até a própria família. Nesse tipo de situação é necessário implementação de políticas públicas e estratégias institucionais de apoio psicossocial, visando não apenas o bem-estar dos profissionais, mas também a manutenção da qualidade dos serviços de saúde prestados à sociedade (RIZZO et al., 2023).

Já, Nascimento, et al. (2021) enfatiza que a pandemia de COVID-19 atuou como um fator direto para o agravamento da saúde mental dos profissionais de enfermagem na linha de frente, resultando em uma elevada prevalência da síndrome de Burnout, ansiedade e depressão. Muitos desses trabalhadores foram expostos a condições de trabalho precárias, falta de equipamento e a falta de preparo dos profissionais. No qual reforçou a urgência de estratégias de suporte psicossocial e técnico-operacional para preservar a capacidade de trabalho e o bem-estar desses trabalhadores.

O cotidiano cansativo dos trabalhadores de enfermagem de Terapia Intensiva, traz a solidão e o isolamento que acaba prejudicando a saúde mental dos enfermeiros. O colaborador que tenta proteger sua sanidade mental individualmente, eles apenas escondem o que realmente sentem, ou seja eles acabam mascarando o sofrimento. A verdadeira mudança ocorre quando o ambiente de trabalho deixa de ser um lugar de isolamento e passa a ser um espaço de cooperação e fortalecimento de laços com os colegas, para se ter um local onde você pode ser escutado e também ouvir os outros. Isso cria caminhos mais humanos e eficazes para proteger quem cuida, transformando a união da equipe em um escudo coletivo contra o adoecimento psíquico (Silva, Oliveira et al. 2022).

Nascimento et al., 2024, explica que esse distanciamento social, foi inserido desde a época do COVID-19 por conta da diminuição das interações sociais favoreceu o aumento da solidão que afeta diretamente o desenvolvimento de transtornos mentais, tais como a ansiedade e a depressão.

O sofrimento psíquico dos profissionais de enfermagem está ligada à elevada demanda, condições inadequadas e exposições constantes a altos níveis de estresse, podendo comprometer a qualidade do cuidado prestado ao paciente, gerando um desgaste intenso ao trabalhador. Esse desgaste pode estar ligado também ao fato da desvalorização da enfermagem no Brasil, trazendo desânimo e dor àquele que está sempre fazendo o seu melhor para que haja uma melhora ao paciente (Cascalho et al., 2026).

Mesmo desempenhando um papel importante na saúde, eles são expostos a longas jornadas, alto nível de estresse e remuneração inadequada. Os enfermeiros ainda lidam com a falta de políticas públicas que valorize a sua profissão. Sendo assim os profissionais são impactados negativamente por conta da sua desvalorização (Paiva, Luciene dos Santos, 2024).

Há uma necessidade crítica de priorizar o bem-estar mental e a saúde psicológica dos enfermeiros que atuam na linha de frente em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). Não basta apenas reconhecer o sofrimento desses profissionais, é preciso fortalecer ativamente sua capacidade de se recuperar e adaptar diante da adversidade. O artigo enfatiza que cuidar da mente de quem cuida não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas uma necessidade para que a assistência continue sendo humana e segura, sugerindo que o apoio das instituições e práticas de acolhimento são o caminho para transformar o medo em força e proteção (Jose, Sinu et al., 2022).

A proteção e a promoção do bem-estar psicológico do enfermeiro não é apenas uma questão individual, mas sim uma ação coletiva para que haja um apoio contínuo, políticas

para uma boa assistência e um local adequado para se trabalhar. Com isso se traz o equilíbrio de uma boa saúde mental dos enfermeiros e a garantia de uma assistência de qualidade que vai ser oferecida aos pacientes (Figueiredo, Isadora Leite Alencar et al., 2025).

#### **4. CONCLUSÃO.**

Os ambientes de cuidados intensivos podem afetar a saúde mental do enfermeiro, as consequências negativas deste trabalho, podem resultar no baixo bem-estar da equipe, aumentar as demandas devido ao afastamento dos profissionais que estão com a sua saúde mental lesionada. A partir da análise deste estudo foi possível evidenciar algumas estratégias de enfrentamento, como por exemplo a prática mindfulness que nos ensina a focar intencionalmente no momento presente, observando pensamentos e sensações sem julgamentos, o que reduz o estresse e a ansiedade. A prática de mindfulness mostrou resultados positivos na redução do estresse e na melhora do bem-estar dos enfermeiros intensivistas, sendo considerada uma estratégia eficaz de enfrentamento no ambiente de cuidados intensivos.

O apoio entre colegas e o suporte das instituições são muito importantes para o bem-estar dos enfermeiros de cuidados intensivos. A ajuda emocional entre os profissionais, a supervisão clínica e os programas de apoio no ambiente de trabalho podem contribuir para diminuir o sofrimento psicológico e ajudar os enfermeiros a lidarem melhor com as dificuldades da rotina hospitalar. Além disso, por causa dos muitos desafios enfrentados nesses setores, é importante que as estratégias de cuidado sejam variadas, envolvendo tanto o autocuidado quanto ações promovidas pelas instituições de saúde, buscando melhorar a saúde mental, a valorização profissional e as condições de trabalho.

Enfermeiros que atuam em Unidades de Terapia Intensiva desenvolvem diferentes estratégias de enfrentamento para lidar com o sofrimento mental causado pelas exigências do ambiente de trabalho. Entre as principais estratégias destacam-se a organização das atividades, o controle emocional diante das situações estressantes, a busca por apoio psicológico e terapêutico, além da valorização dos momentos de lazer, descanso e convivência familiar. Essas práticas contribuem para minimizar o desgaste emocional e auxiliar os profissionais no enfrentamento das dificuldades presentes na rotina da UTI. Além disso, o estudo evidencia a importância do suporte institucional e da oferta de apoio psicológico como medidas fundamentais para a promoção da saúde mental e do bem-estar desses profissionais.

A pandemia da COVID-19 impactou significativamente a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuavam em Centros de Terapia Intensiva, especialmente no domínio psicológico. Os enfermeiros apresentaram elevada frequência de sentimentos negativos, como ansiedade, medo, estresse e sofrimento emocional, relacionados tanto às condições de trabalho quanto às dificuldades vivenciadas fora do ambiente profissional. Como estratégias de enfrentamento, destacam-se a busca por apoio psicológico, momentos de descanso, lazer e convivência familiar, contribuindo para o alívio do desgaste emocional. Além disso, o estudo evidencia a necessidade de suporte institucional, apoio psicossocial e melhoria das condições de trabalho como medidas fundamentais para minimizar o sofrimento psíquico, prevenir o adoecimento mental e promover o bem-estar dos profissionais de enfermagem.

Esse estudo visa não somente apontar as consequências psicológicas decorrentes à saúde mental, mas também a importância de garantir o bem-estar dos enfermeiros. Pois quem cuida também precisa ser cuidado.

Nesse contexto, torna-se fundamental que as instituições de saúde desenvolvam estratégias efetivas de apoio psicossocial, promoção do bem-estar e prevenção do adoecimento mental dos profissionais de enfermagem. Além disso, a atualização da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) reforça a necessidade de identificação e gerenciamento dos riscos psicossociais no ambiente laboral, fortalecendo a responsabilidade institucional na proteção da saúde mental dos trabalhadores.

## 5. REFERÊNCIAS.

ALHARBI, A.; MCKENNA, N. A systematic review of mindfulness-based interventions to reduce ICU nurse burnout: global evidence and thematic synthesis. *BMC Nursing*, v. 24, n. 1, 15 jul. 2025.

BATISTA, S.; LEITE, W. B. A Síndrome de Burnout e sua relação com a qualidade de trabalho do profissional de enfermagem: uma revisão de literatura. Zenodo (CERN European Organization for Nuclear Research), 8 fev. 2023.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1): disposições gerais e gerenciamento de riscos ocupacionais. Brasília, DF: Ministério do Trabalho e Emprego, 2026. Disponível em: [Ministério do Trabalho e Emprego – NR-1](#)

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde mental. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 3 mar. 2026.

CASCALHO, Carolayne Ribeiro Procópio et al. Influências da rotina de trabalho na Unidade de Terapia Intensiva sobre o sofrimento mental dos enfermeiros. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro (RECOM)*, [S. l.], v. 16, e5627, 2026. Disponível em: <http://doi.org/10.19175/recom.v16i0.5627>.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Burnout: Síndrome passa a integrar lista de doenças ocupacionais pela OMS. 20 jan. 2025. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/burnout-sindrome-passa-a-integrar-lista-de-doencas-ocupacionais-pela-oms/>. Acesso em: 11 mar. 2026.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DO MATO GROSSO (Coren-MT). Pesquisa aponta 83% dos profissionais de saúde com Síndrome de Burnout: ‘Desgastante’. 2020. Disponível em: <https://www.coren-mt.gov.br/pesquisa-aponta-83-dos-profissionais-de-saude-com-sindrome-de-burnout-desgastante/>. Acesso em: 3 mar. 2026.

DARTEY, Anita Fafa et al. Experiences of intensive care unit nurses in end-of-life care at Ho Teaching Hospital, Ghana: a qualitative study. *BMC Nursing*, v. 24, n. 699, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03226-2>.

DUARTE, Adriana Oliveira et al. Trabalho por turnos e saúde mental dos enfermeiros: protocolo de revisão. *Revista de Enfermagem UFJF*, v. 11, n. 1, p. 1-9, 2025.

EDUARDA, M. et al. EFEITOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DURANTE A PANDEMIA. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 12, p. 94–103, 2 dez. 2024.

FERNANDES, Renata Marinho et al. Saúde mental da equipe de enfermagem intensivista ante a pandemia da COVID-19: revisão integrativa. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, Montevideu, v. 12, n. 2, e3304, 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.22235/ech.v12i2.3304>.

FERRAZ, H. K. L. et al. COVID-19, saúde mental e qualidade de vida dos profissionais da terapia intensiva. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 38, 2025.

FIGUEIREDO, I. L. A. DE et al. SAÚDE MENTAL DO ENFERMEIRO EM UNIDADES DE TERAPIA INTENSIVA: DESAFIOS E IMPACTOS PSICOSSOCIAIS. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 11, n. 10, p. 2399–2411, 15 out. 2025.

FREITAS, Raquel Santos de. Qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem de centro de terapia intensiva adulto em tempos da COVID-19: riscos psicossociais. 2023. 115 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Faculdade de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2023.

JOSE, Sinu et al. Mental Health Outcomes of Perceived Stress, Anxiety, Fear and Insomnia, and the Resilience among Frontline Nurses Caring for Critical COVID-19 Patients in Intensive Care Units. *Indian Journal of Critical Care Medicine*, [S. l.], v. 26, n. 2, p. 174-180, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-24110>.

Maurício PMC. O trabalho por turnos e suas consequências nos Trabalhadores [Internet]. 2016. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/173275.República>. Acesso em: 11 mar. 2026.

Milan NC, Monteiro CAS, Costa ACB. Cuidar de quem cuida: Uma reflexão teórica sobre a promoção da saúde mental de enfermeiros. *REVISA*. 2026; 15(2): 135-143 Doi:<https://doi.org/10.36239/revisa.v15.n2.p135a143>.

Moons L, De Roo ML, Deschodt M, Oldenburger E. Death rattle: current experiences and non-pharmacological management-a narrative review. *Ann Palliat Med*. 2024 Jan;13(1):150-161. doi: 10.21037/apm-23-507. Epub 2023 Dec 4. PMID: 38073292.

NASCIMENTO, A. K. DE F. et al. Impactos da pandemia de COVID-19 sobre a saúde mental de profissionais de enfermagem. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, n. 26, p. 169–186, 1 dez. 2021.

OLIVEIRA, Estefânia da Silva et al. Da solidão à cooperação: estratégias de enfrentamento de trabalhadores de enfermagem de terapia intensiva. *Cogitare Enfermagem*, Curitiba, v. 27, e82791, 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.82791>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde mental. 2025. Disponível em:

<https://www.who.int/pt/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 3 mar. 2026.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). The COVID-19 HEalth caRe wOrkErs Study (HEROES): Regional Report from the Americas. Washington, DC: OPAS, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/en/node/85591>. Acesso em: 11 mar. 2026.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Saúde mental. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental>. Acesso em: 3 mar. 2026.

PAIVA, S. A DESVALORIZAÇÃO DA ENFERMAGEM NO BRASIL: UMA ANÁLISE CRÍTICA. Revista Tópicos, v. 2, n. 12, p. 1–13, 22 ago. 2024.

QUESADA-PUGA, Carmen et al. Job satisfaction and burnout syndrome among intensive-care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. Intensive & Critical Care Nursing, [S. l.], v. 82, 103660, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2024.103660>.

RIZZO, Amelia et al. Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática comparativa. Frontiers in Public Health, v. 11, 2023. DOI: 10.3389/fpubh.2023.1225431.

RODRIGUES, Laura Mariane et al. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. Revista Brasileira de Promoção da Saúde, v. 37, p. 14559, 2024. DOI: <https://doi.org/10.5020/18061230.2024.14559>.

SHARMA, N. et al. Mental Health Outcomes of Perceived Stress, Anxiety, Fear and Insomnia, and the Resilience among Frontline Nurses Caring for Critical COVID-19 Patients in Intensive Care Units. Indian Journal of Critical Care Medicine, v. 26, n. 2, p. 174–178, 9 fev. 2022.

STEWART, Carolyne; BENCH, Suzanne; MALONE, Mary. Interventions to support critical care nurse wellbeing: a scoping review. Intensive and Critical Care Nursing, v. 81, p. 103613, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2023.103613>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Síndrome de burnout: um “fenômeno ocupacional”? Classificação Internacional de Doenças. 28 maio 2019. Disponível em: <https://www.who.int/pt/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>. Acesso em: 11 mar. 2026