

## **Estratégias de enfermagem para o enfrentamento do estresse em crianças hospitalizadas: uma revisão da literatura.**

Camila Gonçalves, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil.  
Geovanna Ilinisch Benjamim, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil.  
Jheniffer Maria da Silva, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil.  
Sulzani da Silva Ruella, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil  
Orientadora Prof. Eranea Janaína Cichoski, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil.

### **INTRODUÇÃO**

A hospitalização infantil configura-se como um evento complexo e potencialmente estressor, uma vez que provoca mudanças significativas na vida da criança e de sua família (Motta; Enumo, 2004). Ao ser internada, a criança é retirada de seu ambiente habitual, afastando-se de sua rotina, de suas atividades cotidianas e do convívio com pessoas de referência, como familiares e amigos (Alves et al., 2019). Além disso, passa a conviver em um ambiente desconhecido, com regras rígidas, presença de profissionais estranhos e exposição a procedimentos invasivos e, muitas vezes, dolorosos (Souza; Silva; Pinto, 2012).

Esse conjunto de fatores pode desencadear diversas reações emocionais e comportamentais, como medo, ansiedade, insegurança, tristeza e resistência aos cuidados de saúde. Em alguns casos, a criança pode apresentar regressão no desenvolvimento, distúrbios do sono, alterações no apetite e comportamentos agressivos ou de apatia (Gomes; Nóbrega, 2015). Tais manifestações evidenciam que a hospitalização não afeta apenas o estado físico, mas também interfere de maneira significativa no equilíbrio emocional e psicológico da criança. Paralelamente, a família também vivencia um período de grande fragilidade emocional, marcado por sentimentos de angústia, preocupação e incerteza em relação ao diagnóstico, ao

tratamento e ao prognóstico da criança (Alke; Milbrath; Freitag, 2018). A necessidade de adaptação à rotina hospitalar, associada ao desgaste físico e emocional, reforça a importância de um cuidado que inclua não apenas o paciente, mas também seus familiares.

Diante desse cenário, destaca-se o papel fundamental da equipe de enfermagem, que se encontra em contato direto e contínuo com a criança hospitalizada e sua família. A enfermagem não atua apenas na execução de procedimentos técnicos, mas também no acolhimento, na escuta e na promoção de um cuidado integral e humanizado (Souza; Silva; Pinto, 2012). Nesse sentido, torna-se essencial a utilização de estratégias que visem minimizar os impactos negativos da hospitalização, favorecendo a adaptação da criança ao ambiente hospitalar e contribuindo para a redução do estresse. Entre as principais estratégias utilizadas pela enfermagem, destacam-se o uso da ludicidade, a comunicação eficaz, a criação de vínculo afetivo, a participação da família e a humanização do ambiente hospitalar (Alves et al., 2019). Essas práticas permitem não apenas a melhoria da experiência da criança durante a internação, mas também contribuem para o sucesso do tratamento e para uma recuperação mais rápida e eficaz.

Dessa forma, considerando a relevância do tema, o presente estudo tem como objetivo revisar a literatura acerca das estratégias utilizadas pela enfermagem para o enfrentamento do estresse em crianças hospitalizadas, evidenciando a importância de um cuidado humanizado e centrado nas necessidades da criança e de sua família.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura realizada a partir da análise de artigos científicos que abordam a temática da hospitalização infantil e as estratégias de enfermagem para o enfrentamento do estresse, com o objetivo de analisar a produção científica recente sobre o tema (Abessa; Sousa; Tommasi, 2006).

Foram utilizados estudos disponíveis em bases científicas da área da saúde, incluindo pesquisas qualitativas e descritivas que discutem o impacto da hospitalização na criança e as intervenções realizadas pela equipe de enfermagem (Alke; Milbrath; Freitag, 2018). A seleção dos artigos considerou trabalhos que abordassem diretamente a ludicidade, a comunicação, o vínculo afetivo e a participação da família como estratégias de cuidado.

A busca de dados foi realizada nas bases SciELO, LILACS e BVS, utilizando os descritores “hospitalização infantil”, “enfrentamento de estresse em crianças hospitalizadas”, “estratégias de enfermagem em relação às crianças hospitalizadas” e “assistência humanizada”, associados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos artigos publicados entre 2019 e 2025, em português, disponíveis na íntegra e gratuitos, relacionados ao cuidado humanizado e às práticas de enfermagem pediátrica.

Foram identificados 10 estudos, dos quais 5 foram selecionados para leitura integral, resultando em 5 artigos finais que atenderam aos critérios estabelecidos. Os critérios de inclusão foram: artigos originais, publicados em periódicos científicos, disponíveis na íntegra e que abordassem diretamente estratégias de enfrentamento do estresse em crianças hospitalizadas. Os critérios de exclusão foram: trabalhos duplicados, publicações em idiomas diferentes do português e estudos que não tratassem especificamente da hospitalização infantil.

Esses trabalhos foram submetidos a uma análise crítica e organizados em categorias temáticas que abordaram estratégias de enfermagem, repercussões emocionais e psicológicas do enfrentamento do estresse em crianças hospitalizadas. A análise qualitativa permitiu compreender o fenômeno em profundidade e evidenciou a relevância da atuação da enfermagem no manejo do estresse vivenciado por crianças em ambiente hospitalar (Souza; Silva; Pinto, 2012)

## REVISÃO DE LITERATURA

A hospitalização infantil é compreendida como um evento potencialmente estressor, capaz de interferir no desenvolvimento emocional, cognitivo e social da criança. Durante esse período, a criança é retirada de seu ambiente habitual, sendo submetida a mudanças significativas na rotina, afastamento familiar e exposição a procedimentos invasivos, o que pode gerar sentimentos de medo, ansiedade e insegurança.

Segundo a literatura, a criança hospitalizada pode apresentar diversas alterações comportamentais, como regressão, agressividade, distúrbios do sono e dificuldades de adaptação, decorrentes da incapacidade de compreender plenamente a situação vivenciada. Além disso, o ambiente hospitalar, muitas vezes percebido como hostil, contribui para o aumento do estresse emocional.

Nesse contexto, a enfermagem pediátrica assume papel fundamental na promoção do cuidado integral, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais e sociais da criança. A humanização do cuidado surge como um princípio essencial, visando minimizar os impactos negativos da hospitalização.

Dentre as estratégias utilizadas, destaca-se a ludicidade como importante recurso terapêutico. O brincar permite à criança expressar sentimentos, elaborar experiências e desenvolver mecanismos de enfrentamento diante da hospitalização. Além disso, contribui para a redução da ansiedade e para a melhoria do bem-estar emocional.

O uso do brincar no ambiente hospitalar também favorece a comunicação entre a criança e a equipe de saúde, funcionando como uma forma de linguagem que facilita a compreensão dos procedimentos e reduz o medo. Estudos indicam que a maioria das crianças hospitalizadas demonstra interesse em atividades lúdicas, reforçando sua importância no contexto assistencial.

Outro aspecto relevante é a comunicação eficaz, que deve ser adaptada à faixa etária da criança, permitindo que ela compreenda o que está acontecendo e se sinta mais segura. O diálogo com a família também é essencial, pois fortalece o vínculo com a equipe de enfermagem e contribui para a redução da ansiedade dos responsáveis.

A criação de vínculo afetivo entre a criança, a família e os profissionais de saúde são fundamentais para a construção de um ambiente de confiança. Esse vínculo favorece a adesão ao tratamento e facilita a realização dos cuidados necessários.

Além disso, a presença da família durante a hospitalização é considerada um fator protetor, pois proporciona segurança emocional e auxilia no enfrentamento da situação. A participação ativa dos familiares no cuidado deve ser incentivada pela equipe de enfermagem.

Por fim, a humanização do ambiente hospitalar, por meio da utilização de brinquedotecas, atividades recreativas e espaços acolhedores, contribui para reduzir o impacto negativo da internação, tornando o ambiente mais adequado às necessidades da criança.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A hospitalização infantil representa um momento delicado que envolve não apenas o tratamento de uma condição de saúde, mas também importantes impactos emocionais na criança e em sua família.

Diante disso, torna-se evidente a necessidade de um cuidado integral, no qual a enfermagem desempenha papel fundamental na redução do estresse e na promoção do bem-estar da criança. As estratégias identificadas na literatura, como o uso da ludicidade, a comunicação eficaz, a criação de vínculo afetivo, a participação da

família e a humanização do ambiente hospitalar, demonstram-se eficazes na minimização dos efeitos negativos da hospitalização.

Essas práticas contribuem para tornar o ambiente hospitalar menos ameaçador, favorecendo a adaptação da criança, melhorando sua experiência durante a internação e colaborando para uma recuperação mais rápida e eficiente.

Dessa forma, destaca-se a importância de que os profissionais de enfermagem estejam capacitados e sensibilizados para a aplicação dessas estratégias, promovendo um cuidado humanizado, ético e centrado nas necessidades da criança e de sua família.

## **PALAVRAS CHAVES**

Hospitalização Infantil. Enfermagem. Humanização. Ludicidade. Família.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos ao Centro Universitário Integrado por nos dar a oportunidade de desenvolver esse documento.

## **REFERÊNCIAS**

- ALKE, Ana Cláudia Seus; MILBRATH, Viviane Marten; FREITAG, Vera Lucia. Estratégias utilizadas pelos profissionais da enfermagem na abordagem à criança hospitalizada. *Revista Contexto & Saúde*, v. 18, n. 34, p. 9-14, 2018.
- ALVES, Liriah Rodrigues Burmann et al. A criança hospitalizada e a ludicidade. *Revista Mineira de Enfermagem (REME)*, v. 23, e-1193, 2019.
- MOTTA, Alessandra Brunoro; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Brincar no hospital: estratégia de enfrentamento da hospitalização infantil. *Psicologia em Estudo*, v. 9, n. 1, p. 19-28, 2004.
- SOUZA, Luciana Aparecida de; SILVA, Karla Cristina; PINTO, Maria Aparecida. A humanização da assistência de enfermagem à criança hospitalizada. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 65, n. 4, p. 689-695, 2012.
- GOMES, Ilvana Lima Verde; NÓBREGA, Maria Miriam Lima da. A criança hospitalizada: percepção da equipe de enfermagem sobre o cuidado humanizado. *Revista de Enfermagem UFPE*, Recife, v. 9, n. 3, p. 7163-7170, 2015.