

ANSIEDADE E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS ATUANTES EM UNIDADES DE TERAPIA INTENSIVA (UTI).

Lucas Apolonio de Paiva Pereira

*Estudante do Curso de Enfermagem da Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar;
lucas.paiva.pereira18@gmail.com.*

Maria Eduarda Fortunato da Silva

*Estudante do Curso de Enfermagem da Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar;
fortunatoeduarda202@gmail.com.*

Lucas Santos Alves

*Professor Mestre e Orientador da Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar (FACEP);
lucassantos70@live.com.*

RESUMO

A atuação em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) expõe os profissionais de saúde a situações de intensa pressão física e emocional, favorecendo o desenvolvimento da ansiedade e de outros transtornos psicológicos. Nesse contexto, compreender os fatores desencadeantes desse problema torna-se relevante para a promoção da saúde mental e para a melhoria da qualidade da assistência prestada. O presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores desencadeantes da ansiedade em profissionais de saúde atuantes em UTIs. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio de artigos científicos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis nas bases de dados PubMed, Lilacs, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), considerando critérios de relevância temática e disponibilidade do texto completo. Os resultados demonstraram que fatores como sobrecarga de trabalho, elevada pressão assistencial, longas jornadas, contato frequente com pacientes graves, déficit de profissionais e convivência constante com sofrimento e morte contribuem significativamente para o adoecimento psíquico desses profissionais. Além disso, verificou-se que a ansiedade e o estresse ocupacional podem interferir diretamente na qualidade de vida dos trabalhadores, no desempenho profissional e na assistência prestada aos pacientes. Conclui-se que a identificação dos fatores desencadeantes da ansiedade pode contribuir para as estratégias de promoção da saúde mental, prevenção do adoecimento ocupacional e fortalecimento do cuidado aos profissionais de saúde, especialmente aqueles inseridos em ambientes críticos e de alta complexidade.

Palavras-Chave: Ansiedade; Estresse Ocupacional; Saúde Mental; Unidade de Terapia Intensiva; Profissionais da Saúde.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade entre profissionais que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) tem se consolidado como um importante problema de saúde ocupacional, principalmente em decorrência das condições laborais desgastantes e da elevada responsabilidade atribuída a esses

trabalhadores. O ambiente intensivo caracteriza-se pela assistência contínua a pacientes em estado crítico, pela necessidade de tomadas rápidas de decisão e pela exposição frequente à dor, ao sofrimento e à morte, fatores que contribuem significativamente para o desgaste físico e emocional das equipes de saúde. Nesse contexto, enfermeiros, técnicos de enfermagem e demais profissionais tornam-se mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade, estresse ocupacional, depressão e síndrome de burnout (Mota *et al.*, 2021; de Oliveira *et al.*, 2025). Além disso, trabalhadores inseridos em unidades intensivas apresentam elevados níveis de sofrimento psíquico em decorrência da exposição contínua a situações traumáticas e de alta complexidade assistencial (Kilinç *et al.*, 2026).

Nos últimos anos, especialmente após a pandemia de Covid-19, houve um aumento na preocupação com a saúde mental dos profissionais de saúde, especialmente entre os que trabalham em UTIs. Pesquisas indicam que elementos como excesso de trabalho, longas jornadas, falta de profissionais, pressão assistencial e medo da morte estão diretamente ligados ao aumento da ansiedade e do sofrimento psicológico desses trabalhadores (Ishigami *et al.*, 2024; Ferreira; Oliveira; Machin, 2025). Além disso, altos níveis de estresse, esgotamento emocional e depressão têm sido regularmente relacionados às condições laborais e à pesada carga emocional característica do ambiente intensivo (Castanheira *et al.*, 2026; Bombarda; Lima; Júnior, 2024).

Dados recentes evidenciam a magnitude da problemática em diferentes contextos assistenciais. Em estudo realizado com enfermeiros de UTI e unidades de internação após o terremoto ocorrido na Turquia em 2023, Kilinç *et al.* (2026) identificaram que 12,3% dos participantes apresentaram ansiedade moderada, enquanto 13,9% demonstraram níveis graves de trauma psicológico. De maneira semelhante, Rached *et al.* (2023) apontam que fatores como excesso de demandas, pressão psicológica, desgaste emocional e exposição constante ao sofrimento humano estão entre os principais desencadeadores de ansiedade em trabalhadores da enfermagem. Ademais, estudos nacionais demonstram que o estresse ocupacional relacionado à assistência em terapia intensiva está associado a sobrecarga física e emocional, às dificuldades nas relações interpessoais e à insuficiência de suporte institucional (Mota *et al.*, 2021).

Além das demandas inerentes ao ambiente intensivo, outros fatores podem potencializar o adoecimento mental desses profissionais. A privação do sono decorrente das jornadas noturnas, por exemplo, apresenta relação direta com o agravamento de transtornos de humor e ansiedade em trabalhadores da saúde (da Silva; Vieira; Santos, 2025). Em consonância, Pereira e Quaresma (2022) destacam que alterações emocionais e hábitos parafuncionais (hábitos

buciais nocivos), como o bruxismo, tornaram-se mais frequentes entre profissionais hospitalares no período pós-pandemia, evidenciando os impactos prolongados do sofrimento psíquico no contexto ocupacional. Ainda nesse cenário, Duarte e Ribeiro (2022) ressaltam que fatores associados ao estresse, à ansiedade e à depressão em profissionais intensivistas estão relacionados não apenas às exigências assistenciais, mas também à insegurança profissional e ao medo constante de falhas durante o cuidado ao paciente crítico.

A relevância deste estudo fundamenta-se na necessidade de ampliar o debate acerca da saúde mental no contexto hospitalar, especialmente em setores de alta complexidade, como as UTIs. A identificação dos fatores desencadeantes da ansiedade pode contribuir para a elaboração de estratégias institucionais voltadas ao acolhimento psicológico, à melhoria das condições de trabalho e à prevenção do adoecimento mental entre profissionais da saúde.

Além disso, a pesquisa apresenta relevância científica e social, uma vez que a saúde emocional dos trabalhadores interfere diretamente na qualidade da assistência prestada, na segurança do cuidado e na humanização dos serviços de saúde (de Oliveira *et al.*, 2025). Conforme destacam Kiliñ *et al.* (2026), a implementação de programas de apoio psicológico, fortalecimento da resiliência e suporte institucional mostra-se necessária para promover o bem-estar de profissionais inseridos em cenários críticos.

Adicionalmente, instrumentos de avaliação psicológica têm sido amplamente utilizados para identificar sinais precoces de ansiedade e depressão entre profissionais da saúde, favorecendo intervenções preventivas e estratégias de cuidado direcionadas a esses trabalhadores (da Silva Lopes; Schaefer; Scherer, 2025).

Diante desse contexto, torna-se necessário compreender quais fatores contribuem diretamente para o surgimento da ansiedade em profissionais que atuam em UTIs. Embora existam estudos voltados à saúde mental desses trabalhadores, ainda permanecem lacunas relacionadas à identificação dos principais fatores desencadeantes e de suas repercussões no desempenho profissional e na qualidade da assistência prestada. Assim, a questão norteadora desta pesquisa é: quais são os principais fatores desencadeantes da ansiedade em profissionais que atuam em Unidades de Terapia Intensiva?

Desse modo, o objetivo principal deste estudo é analisar os fatores desencadeantes da ansiedade em profissionais que atuam em UTIs. Como objetivos específicos, pretende-se identificar os principais fatores ocupacionais associados ao desenvolvimento da ansiedade, compreender os impactos emocionais decorrentes da atuação em ambientes críticos e discutir estratégias voltadas à promoção da saúde mental desses profissionais.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Condições de trabalho como fatores desencadeantes da ansiedade em profissionais de UTI

Os estudos analisados evidenciaram que o ambiente das Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) apresenta características que favorecem elevados níveis de tensão emocional e desgaste psicológico entre os profissionais da saúde. Entre os principais fatores desencadeantes identificados destacam-se a sobrecarga de trabalho, as longas jornadas laborais, a elevada demanda assistencial, o déficit de profissionais e a necessidade constante de tomada rápida de decisões diante de pacientes em estado crítico (Bombarda; de Andrades Lima; Júnior, 2024; Mota *et al.*, 2021).

Além disso, o contato frequente com situações de sofrimento, instabilidade clínica e morte contribui diretamente para o adoecimento emocional dos trabalhadores. O estudo realizado por Ishigami *et al.* (2024) identificou prevalência de ansiedade em 38,6% dos profissionais de UTI, sendo os técnicos de enfermagem os mais afetados. Os autores também apontam que a ausência de momentos de lazer, o trabalho em diferentes turnos e a intensificação da demanda durante a pandemia contribuíram significativamente para o sofrimento psíquico dos profissionais (Ishigami *et al.*, 2024).

Outro aspecto identificado refere-se às condições precárias de trabalho e à pressão psicológica constante presentes nos ambientes intensivos. Conforme discutido nos estudos analisados, a elevada responsabilidade atribuída aos profissionais da UTI, associada à necessidade de atenção contínua e ao desgaste físico e emocional, favorece o desenvolvimento de ansiedade, estresse ocupacional e síndrome de burnout (Rached *et al.*, 2023; da Silva Duarte; Ribeiro, 2022).

Além disso, constatou-se que a insuficiência de recursos humanos e materiais, combinada à fragilidade do suporte institucional, agrava ainda mais o sofrimento mental desses trabalhadores. A exigência de manter atenção constante em situações críticas, associada à pressão por resultados rápidos e eficientes, contribui para o aumento da exaustão física e emocional. Nesse cenário, muitos profissionais desenvolvem sentimento de insegurança, impotência e incapacidade diante das exigências do ambiente intensivo, comprometendo não apenas sua saúde mental, mas também a qualidade da assistência prestada aos pacientes (de Oliveira *et al.*, 2025; Ferreira; de Oliveira; Machin, 2025).

Adicionalmente, estudos realizados em contextos de crises e desastres evidenciam que situações extremas potencializam ainda mais os níveis de ansiedade entre profissionais

intensivistas. Pesquisa conduzida por Kiliñ *et al.* (2026) demonstrou que enfermeiros de UTI apresentaram maiores níveis de trauma e ansiedade após eventos traumáticos, reforçando a vulnerabilidade emocional desses trabalhadores em cenários críticos (Kiliñ *et al.*, 2026).

2.2 Impactos emocionais e repercussões na saúde mental dos profissionais

Os resultados analisados demonstraram que os fatores ocupacionais presentes nas UTIs repercutem diretamente na saúde mental e na qualidade de vida dos profissionais. O sofrimento psicológico relacionado ao trabalho intensivo pode ocasionar sintomas como ansiedade, estresse crônico, exaustão emocional, insônia, irritabilidade e redução da qualidade da assistência prestada aos pacientes (Bombarda; de Andrades Lima; Júnior, 2024; Mota *et al.*, 2021).

Os estudos apontam que a exposição contínua a situações traumáticas e emocionalmente desgastantes favorece o adoecimento psíquico e compromete o bem-estar físico e mental dos trabalhadores. Em pesquisas realizadas com profissionais de enfermagem, observou-se que trabalhadores com maiores níveis de ansiedade também apresentavam índices elevados de estresse ocupacional, evidenciando forte relação entre as condições de trabalho e o sofrimento emocional (Rached *et al.*, 2023; da Silva Duarte; Ribeiro, 2022).

Além disso, fatores sociais e institucionais, como ausência de suporte psicológico, fragilidade das relações de trabalho e insuficiência de apoio organizacional, intensificam os impactos emocionais vivenciados pelos profissionais da saúde. Estudos recentes destacam ainda que mulheres profissionais da saúde tendem a apresentar maior desgaste emocional e maior suscetibilidade ao adoecimento mental, especialmente em contextos de crises sanitárias e sobrecarga assistencial (Castanheira *et al.*, 2026; Ferreira; de Oliveira; Machin, 2025).

Outro aspecto frequentemente associado ao surgimento da ansiedade em profissionais de UTI refere-se à elevada responsabilidade exigida no cuidado ao paciente crítico. A pressão psicológica no ambiente intensivo é intensificada pela necessidade constante de atenção, pela rapidez na tomada de decisões e pelo receio de cometer erros durante a assistência. Ademais, o contato diário com situações de emergência, dor e morte pode desencadear sentimento de impotência, insegurança e desgaste emocional contínuo (Ishigami *et al.*, 2024; de Oliveira *et al.*, 2025).

A privação do sono e o trabalho em turnos noturnos também aparecem como fatores relevantes para o agravamento de transtornos emocionais em profissionais da saúde. Estudos demonstram que alterações no padrão do sono favorecem piora do humor, aumento da

irritabilidade e maior predisposição ao desenvolvimento de ansiedade e depressão (da Silva; Vieira; Santos, 2025).

Além disso, pesquisas apontam associação entre sofrimento emocional e manifestações físicas decorrentes do estresse psicológico. Pereira e Quaresma (2022) identificaram relação entre transtornos emocionais e hábitos parafuncionais, como o bruxismo, em profissionais hospitalares no período pós-pandemia da COVID-19, evidenciando os impactos biopsicossociais do adoecimento mental (Pereira; Quaresma, 2022).

Também foram identificados elevados índices de sintomas de ansiedade, estresse e depressão entre profissionais da medicina e enfermagem, demonstrando que o sofrimento psíquico relacionado ao ambiente hospitalar não se restringe a uma única categoria profissional (de Mello Fernandes; Fuzinelli; Paleari, 2025).

Dessa forma, os resultados evidenciam a necessidade da implementação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores da saúde, incluindo suporte psicológico, melhoria das condições laborais, fortalecimento das relações interpessoais e desenvolvimento de ações preventivas capazes de minimizar os impactos emocionais decorrentes do trabalho em ambientes intensivos.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Classificação da pesquisa

O estudo a seguir consiste em uma revisão integrativa da literatura, de natureza descritiva e abordagem qualitativa. Seu objetivo foi examinar as evidências científicas disponíveis sobre a relação entre ansiedade em profissionais que trabalham na área da UTI e o estresse ocupacional, além dos efeitos causados na saúde mental.

3.2 Instrumento de coleta de dados, universo e amostra

Para a seleção dos artigos, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. As pesquisas foram conduzidas nas bases de dados PubMed, Lilacs, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Escolhemos utilizar palavras-chave em vez de descritores indexados (DeCS/MeSH). Na plataforma PubMed, as buscas foram realizadas usando a base de dados Lilacs, com a combinação de operadores booleanos “AND” e “OR”, visando maior abrangência e precisão nos resultados. Para bases com foco no idioma português, visando correlacionar saúde mental, utilizamos as palavras-chave: “Ansiedade”; “Estresse Ocupacional”; “Saúde

Mental” e “Unidade de Terapia Intensiva”; “Profissionais da saúde”, sendo assim, os seus correspondentes no idioma inglês foram: “*Anxiety*”; “*occupational stress*”; “*mental health*”; “*healthcare professionals*”.

3.3 Processo de triagem dos artigos

Foram incluídos artigos publicados nos últimos 5 anos (2021-2026), com textos completos disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol. Resumos em anais de congressos, dissertações, teses e livros foram excluídos, devido à prioridade dada a estudos revisados por pares publicados em periódicos científicos e trabalhos que não abordassem diretamente o tema proposto.

A seleção dos estudos foi realizada em fases. Na fase inicial, as bases de dados utilizadas para a coleta revelaram um total de 53 artigos, com a SciELO contribuindo com 14; a Lilacs com 22 e a PubMed com 17. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 18 artigos foram mantidos.

Em seguida, os estudos foram examinados de maneira minuciosa e interpretativa, e aqueles que forneceram evidências significativas sobre os efeitos do estresse crônico nas funções cognitivas e no desenvolvimento do declínio cognitivo em profissões de alta demanda foram incorporados à revisão. Ao término do processo de triagem, 13 estudos atenderam aos critérios definidos e foram incluídos na amostra final desta revisão integrativa.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela1: Critérios de inclusão e exclusão dos estudos analisados

Título	Autor/Ano	Objetivo	Método	Desfecho
Avaliação de ansiedade, estresse e depressão em profissionais de saúde que atuam em ambientes de unidades de terapia intensiva	BOMBARDA; LIMA; JÚNIOR (2024)	Avaliar níveis de ansiedade, estresse e depressão em profissionais de UTI	Estudo quantitativo e descritivo	Identificou elevados índices de sofrimento psicológico relacionados às condições de trabalho intensivo
Saúde mental na pandemia de Covid-19: relatos de profissionais de	CASTANHEIRA et al. (2026)	Investigar impactos da pandemia na saúde mental dos	Estudo qualitativo com relatos profissionais	Evidenciou aumento de ansiedade, exaustão emocional e estresse durante a pandemia

saúde no Rio de Janeiro Factors associated with stress, anxiety and depression in intensive care nursing in the context of the COVID-19 pandemic	DA SILVA DUARTE; RIBEIRO (2022)	profissionais de saúde Identificar fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão em enfermeiros intensivistas	Estudo transversal	Observou relação entre sobrecarga de trabalho e adoecimento mental
Estudo psicométrico da Hospital Anxiety and Depression Scale com profissionais de saúde	DA SILVA LOPES; SCHAEFER; SCHERER (2025)	Avaliar a aplicabilidade da escala HAD em profissionais de saúde	Estudo psicométrico	Demonstrou eficácia da escala na identificação de ansiedade e depressão
The relationship between sleep deprivation and the worsening of mood disorders in health professionals working night shifts	DA SILVA; VIEIRA; SANTOS (2025)	Investigar relação entre privação do sono e transtornos de humor	Estudo observacional	Constatou associação entre privação do sono e agravamento da ansiedade
Avaliação de indicadores de estresse, ansiedade e depressão em profissionais da medicina	FERNANDES; FUZINELLI; PALEARI (2025)	Avaliar indicadores de sofrimento mental em médicos	Estudo quantitativo	Identificou associação entre carga horária extensa e ansiedade
Saúde mental da enfermagem em UTI: fatores de risco e estratégias de enfrentamento	DE OLIVEIRA et al. (2025)	Analisar fatores de risco e estratégias de enfrentamento em profissionais de UTI	Revisão integrativa	Evidenciou impacto da sobrecarga e necessidade de suporte psicológico
Mental health of healthcare workers in the hospital and ICU context during the COVID-19 pandemic: scoping review	FERREIRA; OLIVEIRA; MACHIN (2025)	Revisar evidências sobre saúde mental de profissionais hospitalares e de UTI	Scoping review	Demonstrou aumento expressivo de ansiedade e estresse ocupacional
Ansiedade e depressão em trabalhadores de saúde de UTI Covid-19 em um hospital de referência	ISHIGAMI et al. (2024)	Avaliar ansiedade e depressão em trabalhadores de UTI Covid-19	Estudo transversal	Identificou prevalência elevada de ansiedade e depressão, principalmente em técnicos de enfermagem
Comparison of post-earthquake trauma and	KILINÇ et al. (2026)	Comparar níveis de trauma e	Estudo transversal	Enfermeiros de UTI apresentaram maiores níveis de ansiedade e trauma

anxiety levels of intensive care unit nurses and inpatient unit nurses		ansiedade entre enfermeiros		
Estresse ocupacional relacionado à assistência de enfermagem em terapia intensiva	MOTA et al. (2021)	Identificar fatores relacionados ao estresse ocupacional em UTI	Estudo descritivo	Evidenciou relação entre ambiente intensivo e adoecimento emocional
Emotional disorders, parafuncional habits, and bruxism in hospital healthcare professionals in the COVID-19 post-pandemic period	PEREIRA; QUARESMA (2022)	Investigar distúrbios emocionais em profissionais hospitalares	Estudo observacional transversal	Identificou associação entre ansiedade, estresse e alterações emocionais
Factors triggering anxiety in nursing workers: scoping review	RACHED et al. (2023)	Identificar fatores desencadeantes de ansiedade em trabalhadores da enfermagem	Scoping review	Evidenciou sobrecarga, pressão emocional e exaustão como fatores principais

Fonte: Autoria própria (2026)

A análise dos estudos selecionados evidenciou que os profissionais atuantes em Unidades de Terapia Intensiva estão expostos a diversos fatores ocupacionais capazes de comprometer significativamente sua saúde mental. O ambiente intensivo caracteriza-se por elevada complexidade assistencial, necessidade constante de vigilância, rápida tomada de decisões e convivência frequente com situações de sofrimento, instabilidade clínica e morte, fatores que favorecem o desenvolvimento de ansiedade, estresse emocional e exaustão psicológica.

Os resultados demonstraram que a pandemia da COVID-19 intensificou ainda mais o sofrimento psíquico dos trabalhadores da saúde, especialmente daqueles que atuaram diretamente na assistência a pacientes críticos. Nesse contexto, observou-se aumento expressivo dos índices de ansiedade e depressão entre médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem, associado principalmente à sobrecarga assistencial, ao medo da contaminação e à pressão emocional vivenciada durante o período pandêmico (Ishigami *et al.*, 2024; Castanheira *et al.*, 2026).

Entre os fatores mais recorrentes identificados nos estudos destaca-se a sobrecarga de trabalho. A elevada demanda de atendimentos, associada ao déficit de profissionais e à

necessidade de respostas rápidas em situações críticas, contribui diretamente para o aumento dos níveis de ansiedade e estresse ocupacional. Além disso, a pressão psicológica relacionada à responsabilidade pelo cuidado ao paciente crítico favorece sentimento de insegurança, impotência e desgaste emocional contínuo (Mota *et al.*, 2021; Rached *et al.*, 2023).

As jornadas prolongadas de trabalho também apareceram como importante fator associado ao sofrimento psíquico. Profissionais submetidos a extensas cargas horárias tendem a apresentar maiores níveis de ansiedade, irritabilidade e exaustão emocional, sobretudo em ambientes de alta complexidade como as UTIs. Ademais, o trabalho em turnos e a privação do sono foram relacionados ao agravamento de alterações emocionais e transtornos do humor, comprometendo o bem-estar físico e mental dos trabalhadores (de Mello Fernandes; Fuzinelli; Paleari, 2025; da Silva; Vieira; Santos, 2025).

Outro aspecto relevante identificado refere-se às condições inadequadas de trabalho. A insuficiência de recursos humanos e materiais, associada à precarização dos vínculos empregatícios e à fragilidade do suporte institucional, intensifica a insegurança e o sofrimento psicológico dos profissionais. Durante a pandemia, a escassez de equipamentos de proteção individual e o aumento da demanda hospitalar contribuíram para a ampliação das cargas físicas, cognitivas e emocionais de trabalho, favorecendo o adoecimento mental dos trabalhadores da saúde (Ishigami *et al.*, 2024; Ferreira; de Oliveira; Machin, 2025).

Os estudos analisados também evidenciaram que fatores pessoais e sociais podem potencializar o desenvolvimento da ansiedade. A responsabilidade financeira familiar, experiências traumáticas vivenciadas durante crises sanitárias e a ausência de momentos de lazer e descanso mostraram-se associados a maiores índices de sofrimento emocional. Em contrapartida, profissionais que recebiam suporte psicológico institucional apresentaram menores níveis de ansiedade e depressão, demonstrando a relevância das redes de apoio como fator de proteção à saúde mental (Castanheira *et al.*, 2026; Ishigami *et al.*, 2024).

Além dos impactos emocionais, o sofrimento psíquico também repercute em manifestações físicas e comportamentais. Estudos apontaram associação entre ansiedade, alterações do sono, irritabilidade e hábitos parafuncionais, como o bruxismo, evidenciando que os efeitos do adoecimento mental ultrapassam o campo emocional e comprometem a qualidade de vida dos profissionais (Pereira; Quaresma, 2022).

Outro dado importante refere-se à maior vulnerabilidade de determinados grupos profissionais. Técnicos e profissionais de enfermagem apresentaram níveis mais elevados de ansiedade e estresse, possivelmente em razão do contato direto e contínuo com os pacientes

críticos, da elevada demanda assistencial e das responsabilidades inerentes ao cuidado intensivo (Ishigami *et al.*, 2024; da Silva Duarte; Ribeiro, 2022).

Os achados também indicam que a exposição prolongada a fatores estressores compromete não apenas a saúde mental dos trabalhadores, mas também a qualidade da assistência prestada. Sintomas como fadiga emocional, dificuldade de concentração, insegurança e esgotamento psicológico podem interferir diretamente na tomada de decisões clínicas, aumentando o risco de falhas assistenciais e prejudicando a segurança do paciente (Rached *et al.*, 2023; de Oliveira *et al.*, 2025).

Diante desse cenário, os estudos reforçam a necessidade de implementação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental dos profissionais intensivistas. Medidas como redução da sobrecarga laboral, fortalecimento do suporte psicológico, melhoria das condições de trabalho, incentivo ao autocuidado e valorização profissional mostram-se fundamentais para minimizar os impactos emocionais decorrentes da atuação em ambientes críticos. Além disso, a criação de espaços de acolhimento e escuta qualificada pode contribuir significativamente para a prevenção do adoecimento psíquico e para a construção de ambientes laborais mais humanizados e saudáveis.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa permitiu compreender que os profissionais que atuam em Unidades de Terapia Intensiva estão continuamente expostos a fatores que favorecem o desenvolvimento de ansiedade e outros agravos relacionados à saúde mental. O ambiente intensivo caracteriza-se por elevada carga de trabalho, responsabilidade constante diante de pacientes em estado crítico, pressão emocional contínua, contato frequente com sofrimento e morte, além de condições organizacionais muitas vezes inadequadas, elementos que contribuem significativamente para o desgaste físico e psicológico desses trabalhadores.

Os resultados demonstraram que a ansiedade em profissionais de UTI não deve ser compreendida apenas como uma condição individual, mas como um fenômeno multifatorial diretamente relacionado às condições laborais, emocionais e institucionais presentes no cotidiano hospitalar. Aspectos como sobrecarga de trabalho, longas jornadas, déficit de profissionais, pressão assistencial e insegurança diante de situações críticas intensificam o sofrimento psíquico e comprometem o bem-estar dos trabalhadores da saúde.

Observou-se ainda que a ausência de suporte psicológico institucional e as experiências traumáticas vivenciadas em contextos de emergências sanitárias e situações críticas

potencializam os impactos emocionais nesses profissionais. Tais fatores repercutem não apenas na saúde mental dos trabalhadores, mas também na qualidade da assistência prestada aos pacientes, podendo comprometer a segurança, a humanização e a efetividade do cuidado.

Diante desse cenário, torna-se indispensável que as instituições de saúde desenvolvam estratégias voltadas à promoção da saúde mental dos profissionais, incluindo acompanhamento psicológico, programas de apoio emocional, ações de prevenção ao estresse ocupacional e melhorias nas condições de trabalho. Além disso, é fundamental fortalecer políticas institucionais de acolhimento e valorização profissional, visando minimizar os impactos emocionais decorrentes da atuação em ambientes intensivos.

Portanto, conclui-se que a identificação dos fatores desencadeantes da ansiedade em profissionais de UTI é primordial para subsidiar ações preventivas e intervenções institucionais direcionadas ao cuidado da saúde mental desses trabalhadores. Além de sua relevância científica, este estudo apresenta importante contribuição para a assistência em saúde, uma vez que profissionais emocionalmente saudáveis estão mais preparados para oferecer um cuidado seguro, humanizado e de qualidade. Recomenda-se, ainda, a realização de novas pesquisas voltadas às estratégias de enfrentamento e às intervenções capazes de reduzir o sofrimento psicológico em contextos hospitalares críticos.

REFERÊNCIAS

BOMBARDA, F.; DE ANDRADES LIMA, L. C.; JÚNIOR, A. C. S. Avaliação de ansiedade, estresse e depressão em profissionais de saúde que atuam em ambientes de unidades de terapia intensiva. **Caderno Pedagógico**, v. 21, n. 5, p. e3482, 7 maio 2024. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/3482/2919>. Acesso em: 16 abr. de 2025.

CASTANHEIRA, D. et al. Saúde mental na pandemia de Covid-19: relatos de profissionais de saúde no Rio de Janeiro. **Revista de Saúde Pública**, v. 60, n. S1, p. e248025, 23 abr. 2026. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsp/2026.v60suppl1/e12s/pt>. Acesso em: 16 abr. de 2025.

DA SILVA DUARTE, A. A.; RIBEIRO, K. R. A. Factors associated with stress, anxiety and depression in intensive care nursing in the context of the COVID-19 pandemic / Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão na enfermagem intensivista no contexto da pandemia de COVID-19. **Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online**, v. 14, p. 1–7, 20 out. 2022. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/11599/11222>. Acesso em: 16 abr. de 2025.

DA SILVA LOPES, P. P.; SCHAEFER, R.; SCHERER, J. N. Estudo psicométrico da Hospital Anxiety and Depression Scale com profissionais de saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 59, p. e238883, 28 fev. 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/xxDx39fSKqLvPqLgzH7cgmk/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 abr. de 2025.

DA SILVA, A. A.; VIEIRA, B. A.; SANTOS, J. C. C. D. The relationship between sleep deprivation and the worsening of mood disorders in health professionals working night shifts. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 19, p. e20240186, 1 jan. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-5764-DN-2024-0186>. Acesso em: 21 abr. de 2025.

DE MELLO FERNANDES, J. J.; FUZINELLI, J. P. D.; PALEARI, A. P. G. Avaliação de indicadores de estresse, ansiedade e depressão em profissionais da medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 74, 1 jan. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085-2024-0062>. Acesso em: 25 abr. de 2025.

DE OLIVEIRA, C. A. B. et al. Saúde mental da enfermagem em UTI: fatores de risco e estratégias de enfrentamento. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 11, p. 4933–4945, 17 nov. 2025. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/21450/13839>. Acesso em: 25 abr. de 2025.

FERREIRA, J. V. DOS S.; DE OLIVEIRA, E.; MACHIN, R. Mental health of healthcare workers in the hospital and ICU context during the COVID-19 pandemic: scoping review. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 21, 1 ago. 2025. Disponível em: <https://share.google/e8phff0THuD111kOO>. Acesso em: 26 abr. de 2025.



ISHIGAMI, B. et al. Ansiedade e depressão em trabalhadores de saúde de UTI Covid-19 em um hospital de referência. **Saúde em Debate**, v. 48, n. 141, 1 jun. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2358-289820241418850P>. Acesso em: 26 abr. de 2025.

KILINÇ, Z. et al. Comparison of post-earthquake trauma and anxiety levels of intensive care unit nurses and inpatient unit nurses: a cross-sectional study. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 60, p. e20250312, 1 jan. 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2025-0312en>. Acesso em: 29 abr. de 2025.

MOTA, R. S. et al. Estresse ocupacional relacionado à assistência de enfermagem em terapia intensiva. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 19 jan. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/38860/34614>. Acesso em: 29 abr. de 2025.

PEREIRA, C. DOS S.; QUARESMA, M. C. L. C. R. D. Emotional disorders, parafunctional habits, and bruxism in hospital healthcare professionals in the COVID-19 post-pandemic period: a cross-sectional observational study. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 29, n. 4, p. 406–411, 1 out. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1809-2950/22018129042022EN>. Acesso em: 06 maio de 2025.

RACHED, C. et al. Factors triggering anxiety in nursing workers: scoping review. **Psicologia Saúde & Doenças**, v. 24, n. 2, p. 748–757, 1 jun. 2023. Disponível em: https://repositorio.usp.br/directbitstream/f97130a3-5df6-439d-ba38-0d8ea40709bb/RACHED_C_D_A_doc_7e.pdf. Acesso em: 06 maio de 2025.