

Como citar esse artigo:

Braga DM, Soares GB, Rosa ECC. RELAÇÃO ENTRE A ANSIEDADE E O ENFERMEIRO NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA DO ADULTO. Anais do 24º Simpósio de TCC do Centro Universitário ICESP. 2022(24); 451-456.

Daniel Magalhães Braga
Gustavo Botelho Soares
Erica Carine Campos Caldas Rosa

Resumo

Introdução: O enfermeiro de UTI é considerado um dos mais suscetíveis aos problemas de saúde mental, uma vez que, são os que interagem na maior parte do tempo com indivíduos que necessitam de sua ajuda, geralmente em profundo sofrimento, muitas das vezes vivenciados a conflituosa e difícil relação com a morte. A ansiedade se não tratada leva a doenças psicossomáticas, podendo vir desenvolver diversas outras doenças que estão interligadas a ela, como a depressão. **Objetivo:** observar a presença de ansiedade entre profissionais de enfermagem que atuam na unidade de Terapia Intensiva do adulto. **Metodologia:** Este estudo foi realizado através de uma revisão bibliográfica, utilizando artigos das bases de dados importantes na área da saúde, tendo como acesso BVS, Scielo, LILACS, INCA, FioCruz, PubMed Central. **Resultados:** A ansiedade vem sendo uma das doenças mais acometidas da atualidade. O conceito desse transtorno vai muito além do que uma leve inquietação. **Conclusão:** Há uma maior tendência ao adoecimento dos enfermeiros em Unidade de Terapia Intensiva (UTI), Por se tratar de um ambiente que está repleto de desafios diários. Pois, estar diante de vidas que estão por um fio da morte, liderar uma equipe técnica, com cuidados especializados, realizar prescrições de enfermagem com cuidados para vidas com maior probabilidade de mortalidade e tomar rápidas decisões que podem implicar em grandes conseqüências posteriores está levando os profissionais enfermeiros a desenvolver o transtorno.

Palavras-Chave: 1. UTI; 2. Ansiedade; 3. Enfermagem

Abstract

Introduction: ICU nurses are considered one of the most susceptible to mental health problems, since they are the ones who interact most of the time with individuals who need their help, usually in deep suffering, often experienced the conflicting and difficult relationship with death. Anxiety, if not treated, leads to psychosomatic illnesses, and may develop several other diseases that are interconnected with it, such as depression. **Objective:** to observe the presence of anxiety among nursing professionals who work in the adult Intensive Care Unit. **Methodology:** This study was carried out through a bibliographic review, using articles from important databases in the health area, having access to BVS, Scielo, LILACS, INCA, FioCruz, PubMed Central. Results: Anxiety has been one of the most common diseases today. The concept of this disorder goes far beyond a mild restlessness. **Conclusion:** There is a greater tendency for nurses to become ill in the Intensive Care Unit (ICU), as it is an environment that is full of daily challenges. Because, facing lives that are on the brink of death, leading a technical team, with specialized care, carrying out nursing prescriptions with care for lives with a higher probability of mortality and making quick decisions that may result in major consequences later on, is leading the professional nurses to develop the disorder.

Keywords: 1. ICU; 2. Anxiety; 3. Nursing

Contato: daniel.braga@souicesp.com.br, Gustavo.botelho@icesp.edu.br, erica.rosa@icesp.edu.br

Introdução

A ansiedade é um sério problema de saúde mental da sociedade atual. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) a prevalência mundial do transtorno de ansiedade (TA) é de 3,6%, sendo que no Brasil essa doença está presente em 9,3% da população, concentrando, assim, o maior número de casos de ansiedade entre todos os países do mundo, tornando-a uma questão primordial de saúde pública (OMS, 2022).

Dois fatores facilitam a presença dessa doença (e de muitas outras) nos ambientes de trabalho: os fatores de risco da atividade e as relações construídas no mesmo. No caso específico dos enfermeiros nas unidades de terapia Intensiva, as cargas horárias exaustivas provocam sinais e sintomas de ansiedade em níveis críticos, o que acarreta em déficit do autocuidado em relação a seu estilo de vida e que pode gerar problemas mais sérios se não observados e tratados antecipadamente. Os prejuízos pessoais, sociais e econômicos são enormes (LEMES; SENA; NASCIMENTO;

ROCHA, 2015).

Vale ressaltar que a forma de trabalho pode constituir-se em fatores determinantes para o desgaste da saúde psíquica dos trabalhadores. As cargas de trabalho de enfermeiros e profissionais da saúde, especialmente os que lidam com pacientes em leitos de UTI, se manifestam por meio dos contingentes insuficientes de pessoal, do trabalho pouco reconhecido e mal remunerado, da complexidade técnica, tecnológica e das inter-relações pessoais inerentes a essa atividade, seja paciente/cliente, seja com sua família, sua chefia, com os demais componentes da equipe de saúde, por fim, entre alunos em fase de formação profissional de diferentes áreas (SANTOS et al, 2021).

O enfermeiro de UTI é considerado um dos mais suscetíveis aos problemas da saúde mental, uma vez que são os que interagem na maior parte do tempo com indivíduos que necessitam de sua ajuda, geralmente em profundo sofrimento, muitas das vezes vivenciados a conflituosa e difícil relação com a morte. Deste modo, contribuem para essa situação, as pressões e as próprias condições no trabalho como: a jornada noturna, a

alternância, a sobrecarga de trabalho com as horas extras e plantões, a ausência de reconhecimento profissional, os baixos salários que podem até levar a acidentes e doenças relacionados ao trabalho (SEVINC et al, 2022).

Cabe aos futuros profissionais da área, estar atentos aos riscos da profissão, combatê-los com informação e conhecimento, adotar as medidas de saúde e segurança do trabalho já disponível na legislação vigente, resgatar os direitos coletivos e sociais conquistados e primar pela segurança física e mental no cumprimento de nossa missão (BATISTA; PAWLOWYTSCH, 2012).

Os profissionais que atuam nos hospitais recebem formação para curar, sendo o convívio com a morte extremamente ameaçadora quanto ao ideal de vida e cura (ROCHA et al, 2020).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo caracterizar os indicadores de saúde que levam o Enfermeiro em UTI Adulto a desenvolverem ansiedade identificando as suas causas e analisando o que pode ser melhorado para que esses profissionais possam ter uma vida mais leve com seu trabalho.

Materiais e Métodos

Foi realizada uma revisão integrativa e exploratória, através de levantamento bibliográfico buscando artigos referentes ao tema abordado.

A estratégia de busca dos artigos utilizados está de acordo com as bases de dados importantes na área da saúde, tendo como acesso a Biblioteca Virtual em saúde (BVS), Scielo (SCIENTIFIC ELECTRONIC LIBRARY ONLINE), LILACS (Literatura Latino - Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), INCA (Instituto Nacional do Câncer), FIOCRUZ (Fundação Oswaldo Cruz) PUBMED Central (literatura de revistas biomédicas e de ciências da vida).

Com o intuito de filtrar os artigos, foram utilizados nas pesquisas realizadas os seguintes descritores retirados do site Descritores em Ciências da Saúde: "Ansiedade, UTI, tratamento da ansiedade". Foram selecionados 21 artigos sobre o tema apresentado levando em consideração critérios de inclusão como: artigos originais, nacional e internacional, em língua portuguesa e inglesa, publicados entre 2000 e 2022, que têm como cerne o tema proposto. Artigos que não contemplarem os critérios citados acima será excluído da pesquisa.

Resultados

A ansiedade vem sendo uma das doenças mais acometidas da atualidade. O conceito desse

transtorno vai muito além do que uma leve inquietação. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5 do ano 2013, o transtorno de ansiedade costuma apresentar características de medo e ansiedade em excesso, além de e perturbações comportamentais relacionadas, diferente da ansiedade comum que sentimos quando estão esperando algo, o transtorno de ansiedade generalizada é algo mais sério que deve ser observado e tratado.

De acordo com Sigmund Freud (1987) essa condição pode levar a danos mais graves como depressão e vários outros transtornos, mas ainda sim costuma ser um tabu na sociedade atual.

O autocuidado é algo que deve estar presente em todos os profissionais da área da saúde, é imensurável e com ele vem o bem-estar, que também deve estar presente seja física, mental e social (VIANA, 2010). A Síndrome da ansiedade traz consigo segundo Rocha (2020), dificuldade para relaxar, queixas somáticas sem causa aparente e sinais de hiperatividade autonômica (ex. palidez, sudorese, taquipneia, tensão muscular e vigilância aumentada).

O ambiente de trabalho também é algo que influencia a saúde de seus colaboradores e clientes, e também motiva a melhorar e bem-estar, na UTI ADULTA o enfermeiro vivencia momentos de grande ansiedade com pacientes em alto risco vida, o que leva o mesmo a estar mais sujeito a desenvolver ansiedade se não acompanhado por um profissional (SEVINC et al, 2022)

Os fatores desencadeantes do transtorno de ansiedade

No princípio, Freud (1987) considerava a ansiedade um fenômeno natural e acreditava que era resultado de fatores herdados biologicamente, sendo um aspecto vital para a sobrevivência humana.

Segundo Rocha (2020), em seguida Freud (1987) reformulou sua teoria e procurou explicar a importância e o lugar da ansiedade na vida psíquica do sujeito. Alguns fatores rotineiros como, por exemplo, o desamparo social e a necessidade de ser aprovado ou pertencer algum grupo ou classe, podem provocar gatilhos para o surgimento de sintomas relacionados ao medo e à insegurança.

São bem prováveis que as causas precipitantes imediatas das repressões primitivas sejam fatores quantitativos, como uma força excessiva e o rompimento do escudo protetor contra os estímulos (OLIVEIRA; SANTOS, 2019, p. 40)

Ansiedade e sua relação com UTI adulto

O transtorno da ansiedade em enfermeiros na unidade de terapia intensiva e sua correlação na gestão de trabalho é algo que deve ser analisado, um dos fatores mais pertinentes para esse acontecimento são as horas de trabalho, ambiente e a gestão operacional de escalas (SILVA, 2020).

O ambiente de trabalho está diretamente ligado ao bem-estar dos seus colaboradores, de fato um ambiente de trabalho bem estruturado, leva não só aos colaboradores, mas também o cliente ao bem estar psicológico físico e social (APPEL; CARVALHO; SANTOS, 2021).

Segundo a teoria ambientalista de Florence Nightingale (1871), todas as condições e influências externas afetam a vida e o desenvolvimento do organismo, e são capazes de prevenir, suprimir, ou contribuir para a doença e a morte. Ademais todos têm sucessibilidade a adoecer por fatores externos, e isso não é diferente falando de ambiente de trabalho (OLIVEIRA; SANTOS, 2019).

O Enfermeiro possui atribuições que são diretamente ligadas à presença do paciente e leva consigo plantões e cargas de horas, que se não bem regidas, podem levar ao adoecimento do mesmo (BATISTA; PAWLOWYTSCH, 2012).

Os enfermeiros constituem atualmente um grupo vulnerável a síndromes como ansiedade, burnout e depressão devido ao enfrentamento de exigências quantitativas em seu ambiente de trabalho, ritmo de trabalho acelerado, sobrecarga de trabalho, sofrimento dos pacientes, problemas de colaboração/comunicação em equipe, dificuldade na conciliação trabalho-família, falta de recursos humanos e materiais, entre outros. A enfermagem também vem sofrendo com desestimulação da profissão devido a pouca remuneração dos profissionais (FARIA; QUEIRÓS, 2018).

UTI adulto e profissional enfermeiro frente a dificuldades na gestão mais humanizada no seu ambiente de trabalho

A saúde mental de profissionais de saúde é um assunto importantíssimo a ser ressaltado pela atualidade, sem o autocuidado não se podem exercer funções com exatidão. Vale ressaltar que o bem-estar psicológico é algo de suma importância para o organismo humano, se o bem-estar mental não está bom o corpo somatiza tudo isso em formas danosas ao organismo, a saúde mental (ROCHA, 2020).

É de suma importância para viver bem consigo mesmo, e com os outros ao nosso redor,

que segundo PERES (2018) o autocuidado implica olhar para si, cuidar de si mesmo, visando um bem-estar e que não se pode deixar de refletir sobre necessidades, emoções, corporeidade, relações, homeostase e equilíbrio do indivíduo como um todo.

A saúde mental afeta o sistema imunológico, as defesas do nosso organismo, do sistema endócrino, dificultando na produção de alguns hormônios, afeta o sistema nervoso, na produção de toxinas que são importantes para evitar o desenvolvimento de síndromes, como o mal de Alzheimer, ou seja, a saúde da mente é responsável pelo nosso corpo, se ela não vai bem, o nosso corpo sente. (SANTOS, 2021).

As jornadas de trabalho da UTI Adulto podem ser muitas vezes desafiadoras em vários aspectos, sejam eles mentais, físicos e até mesmo espirituais, pois lidar com a morte, ferimentos e coisas não cotidianas é algo que o profissional deve estar preparado (APPEL; CARVALHO; SANTOS, 2021).

Os profissionais da saúde, especialmente os enfermeiros enfrentam em seu ambiente de trabalho a morte e, independentemente da experiência de vida e profissional, quase todos a encaram com certo sentimento de incerteza, desespero e angústia. Incerteza porque não sabe se está a prestar todos os cuidados possíveis para o bem-estar do doente, para lhe prolongar a vida e para lhe evitar a morte; desespero porque se sente impotente para fazer algo que o conserve vivo; angústia porque não sabe como comunicar efetivamente com o doente e seus familiares. Todos estes fatores oneram severamente o enfermeiro que procura cuidar daqueles cuja morte está eminente (JUNQUEIRA et al, 2017).

Diante desse cenário, esses profissionais ficam expostos a graves consequências, como: a perda da energia, a fadiga, cansaço constante, distúrbios do sono, dores musculares e de cabeça, alterações de humor e de memória, dificuldade de concentração, falta de apetite e perda de iniciativa (FERREIRA, 2020).

Esses sintomas podem ser solucionados, evitando maiores danos à saúde, com o diagnóstico precoce. O diagnóstico depende da disseminação da informação sobre o que é doença, permitindo que esses profissionais da saúde possam realizar a prevenção e promoção da saúde (LEMÊS; SENA; NASCIMENTO; ROCHA, 2015).

Tratamento da ansiedade: uma visão holística

O tratamento de uma condição vai muito além de medicamentos, certas mudanças como no ambiente e outros fatores podem favorecer ao

tratamento e prevenção da condição do transtorno da ansiedade, o que podemos fazer para resolvermos e precaver de mais profissionais na unidade de terapia intensiva adulta não venham a ser acometidos pela síndrome da ansiedade (MACHADO et al, 2018).

O tratamento é feito com vários pilares principalmente para um profissional da área da saúde por lidar com a morte e a pressão o tempo todo, o tratamento é feito pouco a pouco, vários estudos falam que tem várias coisas que ajudam no tratamento da ansiedade, tendo assim vários pilares como: praticar esporte procurando o que mais cada um se identifica e se adaptar melhor, um boa alimentação e terapia com profissionais capacitados e principalmente uma boa noite de sono, e se aproximando de pessoas que te fazem bem , que te fazem sorrir que te deixe melhor, tendo esses pilares temos mais chances de diminuir e acabar com a ansiedade (ETAPECHUSK, FERNANDES, 2018).

Tratamento farmacológico da ansiedade

Segundo Viviane Rosset Fávero (2018), os medicamentos psicotrópicos operam no sistema nervoso central (SNC), expondo variações e necessidades. Isto habilita em quatro grupos de medicamentos: ansiolíticos sedativos; antidepressivos; estabilizadores de humor e antipsicóticos ou neurolépticos. Os ansiolíticos são componentes químicos que operam no domínio da ansiedade sobre as emoções do humor do comportamento. Os representantes dessa classe são os benzodiazepínicos, um dos medicamentos mais prescritos em todo mundo e o Clonazepam, Diazepam, Alprazolam e o Midazolam.

Tabela 1: Medicamentos psicotrópicos mais utilizados em pacientes diagnosticados com ansiedade

Fármaco	Classe	Mecanismo
Clonazepam, Diazepam	Benzodiazepínicos	Agem no receptor GABA, hipnótica, anticonvulsivante e relaxante muscular..
Fenobarbital	Barbitúricos	Inibe as convulsões envolve provavelmente a potenciação da inibição sináptica através de uma ação sobre o receptor GABA
Fluoxetina, Sertralina	Antidepressivos	São os antidepressivos inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS)

Fonte Secco et al, 2010

Discussão

A ansiedade em enfermeiros de UTI Adulto é um fator que não deve simplesmente deixar de lado, pois os índices são alarmantes. Segundo Rocha (2020) com sua pesquisa descritiva

transversal com abordagem quantitativa; 85% dos entrevistados apresentaram grau mínimo de ansiedade.

Deste modo, mostram-se como o ambiente de UTI Adulta pode ser nocivo para o bem estar mental do profissional Enfermeiro e as jornadas de trabalho da UTI Adulta podem ser muitas vezes desafiadoras em vários aspectos, sejam eles mentais, físicos e até mesmo espirituais, pois lidar com a morte, ferimentos e coisas não cotidianas é algo que o profissional deve está preparado.

Uma boa gestão, por parte de toda equipe multidisciplinar da empresa deve adequar a cargas horárias que estão estabelecidas na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), mas isso só não é necessário também deve haver humanização dos profissionais de Enfermagem como materiais necessários. O acompanhamento psicológico desses profissionais enfermeiros que estão na frente da gestão da UTI deve ser primordial para seu bem-estar mental.

Considerações Finais

Portanto a ansiedade em enfermeiro em UTI adulto é um tema de extrema relevância, não só pelo fato de ter fatores desencadeantes em seu âmbito de trabalho, mas também porque se trata de uma doença que vem crescendo drasticamente em profissionais da área da saúde.

O enfermeiro e seu autocuidado mental devem ser um assunto a ser observado, e criar uma visão holística do enfermeiro em suas jornadas de trabalho, seu local de atuação, mudanças de uma visão negligente dos mesmos, podendo assim tratar a ansiedade em enfermeiros em UTI, não só de tratamentos medicamentosos, mas orientar a atividades que levem ao autocuidado como é o exemplo de exercícios físicos, meditação e terapia.

Com uma visão mais ampla de todos seus fatores desencadeantes de ansiedade, podemos assim combater esse mal que assola os enfermeiros em UTI, a ansiedade traz consigo fatores desafiadores para a rotina hospitalar, e se tratada de forma correta só será uma de várias vitórias que os enfermeiros terão.

Agradecimentos

Agradecemos à orientadora, Dra. Erica Carine Campos Caldas Rosa que durante o desenvolvimento acompanhou pontualmente, dando o auxílio necessário para a elaboração do projeto.

E agradecemos aos nossos amigos em especial, a nossa minha amiga Mariana Lysi por

ter nos dado apoio durante a composição deste presente trabalho

Referências:

Appel AN, Carvalho ARS, Santos RP. Prevalência e fatores associados à ansiedade, depressão e estresse numa equipe de enfermagem COVID-19. Rev. Gaúcha Enferm. 42 (spe) • 2021 • <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200403>

Batista FCN, Pawlowytsch PWM. Aspectos emocionais de depressão, ansiedade, desesperança e ideação suicida nos profissionais da unidade de terapia intensiva de um hospital do interior de Santa Catarina. Saúde E Meio Ambiente: Revista Interdisciplinar, 1(1), 188–202. <https://doi.org/10.24302/sma.v1i1.228> 2012

Etapechusk J, Fernandes LRS. Depressão sob o olhar gestáltico. Psicologia.pt . 2018 Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1171.pdf>

Faria S, Queirós et al., saúde mental dos enfermeiros: contributos do burnout e engagement no trabalho. Revista portuguesa de enfermagem de saúde mental, nº 22 (dez.,2019) | 18

Fávero VS, Santo MO, Santiago RM. USO DE ANSIOLITICOS: ABUSO OU NECESSIDADE? 98Visão Acadêmica, Curitiba, v.18, n.4, Out. -Dez./2017-ISSN 1518 -8361

Ferreira CSC, o transtorno de ansiedade (ta) na perspectiva da psicanálise. revista científica multidisciplinar núcleo do conhecimento. ano 05, ed. 12, vol. 02, pp. 118-128. dezembro de 2020. issn: 2448-0959.

Florence Nightingale F., una and the lion, riverside press, 1871.

Freud S. Neuroses de transferência: uma síntese. Rio de Janeiro: Imago.1987

Junqueira MAB et al. uso de álcool e comportamento de saúde entre profissionais da enfermagem. revista da escola de enfermagem da usp, v. 51, 27. nov. 2017.

Lemes AG, Sena AFJ, Nascimento VF, Rocha EM. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar. J Nurs Health. 2015;5(1):27-37. file:///C:/Users/NIDE/Downloads/5089-18783-1-PB.pdf

Machado DA, Figueiredo NMA, Velasques LS, Bento CAM, Machado WCA, Vianna LAM. Cognitive changes in nurses working in intensive care units. Rev Bras Enferm . 2018; 71 (1): 73-79. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v71n1/0034-7167-reben-71-01-0073.pdf>

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - dsm-5 2013.

Nascimento AS et al, depressão, ansiedade e o uso psicotrópico em profissionais de enfermagem: revisão integrativa, 2021 ciências biológicas e de saúde unit, Aracaju.

Oliveira KMF, Santos JW. Transtorno de ansiedade generalizada em adultos – uma visão psicanalítica. revista científica eletrônica de psicologia. 33ª ed. garça-sp: faef, v. 33, n. 01, p. 33-46, 2019. Disponível em: http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/fyy6zr6vvlrszo9_2020-1-18-8-48-55.pdf.

OMS. 2022 <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao>.

Rocha ME, Freire KP, Reis WPDD et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e de ansiedade em profissionais de enfermagem: uma revisão bibliográfica / Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e de ansiedade em profissionais de enfermagem: uma revisão bibliográfica. Brazilian Journal of Development, 6(2), 9288–9305.2020 <https://doi.org/10.34117/bjdv6n2-296>

Santos KMR et al. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. Esc. Anna.Nery 25 (spe) • 2021 • <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370>

Secco IA et al. cargas psíquicas de trabalho e desgaste dos trabalhadores de enfermagem de hospital de ensino do paraná, brasil, smad, revista electrónica en salud mental, alcohol y drogas, vol. 6, n m. 1, 2010, pp. 1-17 escola de enfermagem de ribeirão preto são paulo, brasil.

Sevinc SA et al. Ansiedade e burnout em anestesistas e enfermeiros de unidade de terapia intensiva durante a pandemia de COVID-19: um estudo transversal. Brazilian Journal of Anesthesiology 2022; 72(2): 169–175

Silva MBLM. As contribui es da Psicanálise na Neurometria Funcional no controle da ansiedade. Revista Científica de Neurometria, Ano 4 – Número 6 – abril de 2020. Disponível em:<<https://www.neurometria.com.br/article/vol6a1.pdf>>.

Viana BM. Freud e Darwin: ansiedade como sinal, uma resposta adaptativa ao perigo. Nat. hum. vol.12 no.1 São Paulo 2010