

ESTRESSE OCUPACIONAL EM ENFERMEIROS ATUANTES EM CUIDADOS PALIATIVOS

OCCUPATIONAL STRESS IN NURSES WORKING IN PALLIATIVE CARE

ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERAS QUE TRABAJAN EN CUIDADOS PALIATIVOS.

Letícia Nunes de Oliveira¹

Renata Pereira Silva²

Sara de Oliveira Braga³

Fernanda Cardoso Corrêa Póvoa⁴

Wanderson Alves Ribeiro⁵

Alexandre Gonçalves⁶

RESUMO: **Introdução:** O estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos configura-se como um importante problema de saúde do trabalhador, decorrente da exposição contínua ao sofrimento, à terminalidade e às elevadas demandas emocionais presentes nesse contexto assistencial. **Objetivo:** Analisar os fatores associados ao estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos, considerando suas repercussões na prática assistencial e na saúde psicofísica desses profissionais. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases SciELO, LILACS, PubMed e Google Scholar. Foram utilizados os descritores “estresse ocupacional”, “cuidados paliativos”, “saúde do trabalhador”, “enfermeiro” e “sofrimento laboral”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos estudos publicados entre 2021 e 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol, sendo selecionados 10 artigos para compor a amostra final. **Resultados e Discussão:** Os estudos evidenciaram que a convivência frequente com a morte, o sofrimento dos pacientes e familiares, a sobrecarga de trabalho, as fragilidades institucionais e a insuficiência de capacitação constituem os principais desencadeadores do estresse ocupacional. Também foram identificadas repercussões como ansiedade, fadiga emocional, sofrimento moral, esgotamento profissional e comprometimento da assistência. Entre as estratégias de enfrentamento destacaram-se o autocuidado, apoio institucional, educação permanente, suporte psicológico, espiritualidade e fortalecimento das relações interpessoais. **Conclusão:** O estresse ocupacional em cuidados paliativos resulta da interação entre fatores emocionais, organizacionais e assistenciais, tornando necessária a implementação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, qualificação profissional e melhoria das condições de trabalho dos enfermeiros.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional. Cuidados Paliativos. Enfermeiro. Saúde do Trabalhador. Saúde Mental.

¹Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguaçu.

²Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguaçu.

³Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguaçu.

⁴Enfermeira. Mestre em Educação Em Saúde pela Universidade Federal Fluminense; Docente na Graduação em Enfermagem da Universidade Iguaçu (UNIG).

⁵Enfermeiro. Mestre, Doutor com pós-doutorado pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde pela Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da UFF; Docente nos Cursos da Universidade Iguaçu (UNIG) de Graduação em Enfermagem, Lato Sensu em Enfermagem em CTI e Emergência; Enfermagem em Neonatologia e Pediatria; Enfermagem em Obstetrícia; Fisioterapia em CTI com ênfase em Neonatologia, Pediatria e Adulto. Stricto Sensu: Mestrado Acadêmico em Vigilância em Saúde.

⁶Enfermeiro, Mestre em Enfermagem FE-UERJ. Doutor em Enfermagem EEAN-UFRJ, Doutor em Artes Visuais EEAN-UFRJ, Enfermeiro do Hospital Municipal Miguel Couto RJ/RJ, Professor Adjunto da FAETEC, Professor da UNIG.

ABSTRACT: **Introduction:** Occupational stress among nurses working in palliative care represents an important worker health issue resulting from continuous exposure to suffering, terminal illness and intense emotional demands. **Objective:** To analyze factors associated with occupational stress among nurses working in palliative care, considering its repercussions on professional practice and psychophysical health. **Methodology:** This is an integrative literature review conducted in the SciELO, LILACS, PubMed and Google Scholar databases. The descriptors “occupational stress”, “palliative care”, “worker health”, “nurse” and “work-related suffering” were combined using the Boolean operators AND and OR. Studies published between 2021 and 2026 in Portuguese, English and Spanish were included, resulting in a final sample of 10 articles. **Results and Discussion:** The findings revealed that frequent exposure to death, patient and family suffering, work overload, institutional weaknesses and insufficient professional training are the main factors associated with occupational stress. Consequences included anxiety, emotional exhaustion, moral distress, professional burnout and impairment in care quality. Coping strategies identified included self-care, institutional support, continuing education, psychological support, spirituality and strengthening interpersonal relationships. **Conclusion:** Occupational stress in palliative care arises from emotional, organizational and care-related factors, highlighting the need for institutional strategies focused on mental health promotion, professional qualification and improved working conditions for nurses.

Keywords: Occupational Stress. Palliative Care. Nurse. Occupational Health. Mental Health.

RESUMEN: **Introducción:** El estrés ocupacional en enfermeros que actúan en cuidados paliativos constituye un importante problema de salud laboral, asociado a la exposición continua al sufrimiento, la terminalidad y las elevadas demandas emocionales propias de este contexto asistencial. **Objetivo:** Analizar los factores asociados al estrés ocupacional en enfermeros que trabajan en cuidados paliativos, considerando sus repercusiones en la práctica asistencial y en la salud psicofísica de estos profesionales. **Metodología:** Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada en las bases SciELO, LILACS, PubMed y Google Scholar. Se utilizaron los descriptores “estrés ocupacional”, “cuidados paliativos”, “salud del trabajador”, “enfermero” y “sufrimiento laboral”, combinados mediante los operadores booleanos AND y OR. Fueron incluidos estudios publicados entre 2021 y 2026 en portugués, inglés y español, totalizando 10 artículos seleccionados. **Resultados y Discusión:** Los estudios demostraron que la convivencia frecuente con la muerte, el sufrimiento de pacientes y familiares, la sobrecarga laboral, las fragilidades institucionales y la insuficiente capacitación profesional constituyen los principales desencadenantes del estrés ocupacional. También se identificaron repercusiones como ansiedad, agotamiento emocional, sufrimiento moral y disminución de la calidad asistencial. Entre las estrategias de afrontamiento destacaron el autocuidado, el apoyo institucional, la educación continua, el apoyo psicológico, la espiritualidad y las relaciones interpersonales saludables. **Conclusión:** El estrés ocupacional en cuidados paliativos está influenciado por factores emocionales, organizacionales y asistenciales, siendo necesarias acciones dirigidas a la promoción de la salud mental y a la mejora de las condiciones laborales de los enfermeros.

Palabras clave: Estrés Ocupacional. Cuidados Paliativos. Enfermero. Salud del Trabajador. Salud Mental.

I INTRODUÇÃO

O conceito de estresse ocupacional tem sido amplamente discutido nas ciências da saúde e nas ciências sociais aplicadas, pois representa um fenômeno multidimensional que afeta diretamente a qualidade de vida e o desempenho profissional, no campo da enfermagem, esse processo adquire maior complexidade em virtude da natureza do trabalho, caracterizada por demandas físicas, cognitivas e emocionais intensas. Situações de sobrecarga, relações interpessoais conflituosas e contextos de elevada exigência técnica constituem elementos que favorecem o desenvolvimento de respostas estressoras (Pontes *et al.*, 2024).

Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o estresse ocupacional como resultado do desequilíbrio entre as demandas do trabalho e os recursos individuais disponíveis para enfrentá-las, destacando que, quando persistente, pode evoluir para condições mais graves, como o burnout, classificado na CID-11 como fenômeno ocupacional associado ao esgotamento físico e emocional (WHO, 2019).

De forma complementar, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) enfatiza que os riscos psicossociais no ambiente de trabalho em saúde são crescentes nas Américas, especialmente entre profissionais de enfermagem, devido à exposição contínua a sofrimento, carga emocional elevada e condições laborais inadequadas (OPAS, 2016).

No Brasil, o Ministério da Saúde, por meio da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora, reconhece o estresse ocupacional como agravo relacionado ao trabalho, reforçando a necessidade de vigilância, prevenção e promoção de ambientes laborais saudáveis no âmbito do Sistema Único de Saúde (BRASIL, 2012).

Na prática de cuidados paliativos, esse quadro se intensifica, a assistência a pacientes em fase avançada de doença e sem possibilidade de cura requer habilidades técnicas especializadas, mas também um elevado grau de sensibilidade, empatia e resiliência, o contato contínuo com a finitude da vida, o sofrimento humano e as demandas familiares impõe ao enfermeiro responsabilidades que ultrapassam o cuidado clínico, exigindo envolvimento emocional profundo (Silva *et al.*, 2021).

Adicionalmente, a realidade dos serviços de saúde muitas vezes não dispõe de recursos humanos e estruturais suficientes, o que amplia a sensação de sobrecarga, essas circunstâncias contribuem para o surgimento de sintomas de estresse ocupacional, que podem se manifestar em esferas físicas, como fadiga e alterações do sono; emocionais, como ansiedade e irritabilidade; e comportamentais, como afastamentos frequentes e redução da motivação para o trabalho (Paiva; Silva, 2025).

O estresse ocupacional não apenas afeta a saúde do enfermeiro, mas repercute na qualidade da assistência prestada ao paciente e no clima organizacional das equipes multiprofissionais, em cuidados paliativos, esse impacto adquire relevância ainda maior, dado que o princípio norteador do modelo assistencial é a integralidade do cuidado, que só pode ser alcançada quando o profissional encontra-se em condições de equilíbrio emocional e psicológico (Santos *et al.*, 2024).

Compreender o fenômeno do estresse ocupacional nesse contexto específico possibilita identificar vulnerabilidades e propor medidas de intervenção eficazes, tal investigação contribui para o fortalecimento das práticas de saúde ocupacional, para a valorização do enfermeiro e para a garantia de cuidados humanizados, portanto, é necessário reconhecer que os enfermeiros que atuam em cuidados paliativos estão expostos a uma conjuntura singular de estressores, cuja análise detalhada é imprescindível para subsidiar políticas e práticas que assegurem tanto o bem-estar do profissional quanto a excelência do cuidado prestado (Sousa *et al.*, 2023).

Embora os cuidados paliativos sejam uma prática consolidada e em expansão, observa-se que os enfermeiros envolvidos nesse cenário enfrentam elevados níveis de estresse ocupacional, decorrentes da complexidade assistencial e das condições organizacionais dos serviços de saúde, essa problemática manifesta-se de maneira crônica e persistente, comprometendo a saúde do trabalhador e repercutindo negativamente na assistência ao paciente e na relação com familiares (Pontes *et al.*, 2024).

O desafio reside no fato de que, apesar de existir vasta produção científica acerca do estresse ocupacional na enfermagem, ainda são incipientes os estudos direcionados especificamente para a realidade dos cuidados paliativos, essa lacuna de conhecimento dificulta a formulação de estratégias de enfrentamento contextualizadas e eficazes, deixando os profissionais expostos a riscos de adoecimento físico e psicológico (Paiva; Silva, 2025).

Diante disso, emerge a necessidade de investigar os fatores que desencadeiam o estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos e de compreender as formas pelas quais esses profissionais buscam lidar com tal condição, a análise dessa problemática não se restringe à dimensão individual, mas abrange aspectos organizacionais, éticos e sociais que determinam a qualidade do cuidado e a sustentabilidade da prática profissional (Rodrigues *et al.*, 2021).

O estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em cuidados paliativos configura-se como um fenômeno de relevância científica e social, uma vez que esses profissionais enfrentam cotidianamente situações de elevada complexidade, marcadas pelo contato constante com o sofrimento, a terminalidade e a morte, esse contexto de trabalho tende a gerar sobrecarga emocional, psicológica e física, podendo comprometer a saúde do trabalhador e influenciar negativamente a qualidade da assistência prestada (Rodrigues *et al.*, 2021).

Embora o cuidado paliativo esteja fundamentado na integralidade e na humanização, os enfermeiros que nele atuam frequentemente lidam com pressões organizacionais, escassez de recursos e intensa demanda afetiva, fatores que contribuem para o desencadeamento de estresse ocupacional, assim, torna-se imprescindível investigar de forma sistemática essa problemática, a fim de compreender suas particularidades e subsidiar a elaboração de estratégias eficazes de prevenção e enfrentamento.

A investigação proposta tem potencial para oferecer subsídios teóricos e práticos voltados à formulação de políticas institucionais e programas de apoio psicossocial, capazes de mitigar os efeitos do estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em cuidados paliativos, além disso, os resultados

poderão ampliar a compreensão acerca das condições de trabalho desses profissionais, fortalecendo discussões sobre a valorização da enfermagem e a necessidade de ambientes mais saudáveis e acolhedores.

Do ponto de vista científico, o estudo contribuirá para o avanço do conhecimento no campo da saúde do trabalhador e da enfermagem em cuidados paliativos, fornecendo dados que poderão orientar novas pesquisas, práticas assistenciais e intervenções direcionadas à promoção do bem-estar e à qualidade de vida dos enfermeiros.

De acordo com o que foi descrito, o presente trabalho trata as seguintes questões norteadoras: “Quais são os fatores desencadeadores de estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em cuidados paliativos?” e “De que modo as estratégias de enfrentamento adotadas por esses profissionais influenciam sua saúde e a assistência prestada ao paciente em cuidados paliativos?”

O objetivo geral do estudo é analisar os fatores associados ao estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos, considerando suas repercussões na prática assistencial e na saúde psicofísica desses profissionais. Como objetivos específicos, busca-se identificar os principais estressores ocupacionais presentes no cotidiano de enfermeiros que prestam assistência em unidades de cuidados paliativos e analisar as estratégias de enfrentamento utilizadas por enfermeiros frente ao estresse ocupacional e suas implicações na saúde desses profissionais e na assistência prestada ao paciente em cuidados paliativos.

2 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, estruturada para compreender, de forma ampla, os fatores associados ao estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos, bem como as implicações desse fenômeno para a saúde do profissional e para a qualidade do cuidado ofertado.

A revisão integrativa, por reunir estudos de diferentes abordagens metodológicas e permitir a síntese crítica do conhecimento disponível, constitui um método adequado para organizar evidências e subsidiar recomendações para o fortalecimento das práticas profissionais (Mendes; Silveira; Galvão, 2008). Essa metodologia possibilita analisar múltiplas perspectivas do estresse ocupacional, integrando resultados qualitativos e quantitativos sobre a experiência laboral em contextos de terminalidade.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases Scientific Electronic Library Online, LILACS, PubMed e Google Scholar, por abrangerem produções consolidadas nas áreas de saúde, psicologia do trabalho e enfermagem, com ênfase no campo dos cuidados paliativos. Foram empregados os descritores “estresse ocupacional”, “cuidados paliativos”, “saúde do trabalhador”, “enfermeiro” e “sofrimento laboral”, combinados por operadores booleanos AND e OR, conforme a estratégia de busca sensível e estruturada proposta por Booth; Sutton; Papaioannou (2016). Essa combinação assegurou precisão e amplitude na recuperação dos estudos mais relevantes para o tema.

Foram incluídos artigos publicados entre 2021 e 2026, nos idiomas português, inglês ou espanhol, com texto completo disponível e que descreveram investigações qualitativas, quantitativas ou mistas envolvendo profissionais de enfermagem atuantes na prática paliativista. Foram excluídos estudos duplicados, fora do recorte temporal e pesquisas que abordaram estresse em outros contextos assistenciais, sem relação direta com os cuidados paliativos. Também foram descartados estudos que não apresentaram, de forma clara, dados sobre a vivência ocupacional do enfermeiro.

3 RESULTADOS

A busca inicial nas bases de dados resultou em 96 publicações potencialmente relevantes. Na SciELO, foram identificados 18 artigos, dos quais 2 permaneceram após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Na LILACS, a busca retornou 24 publicações, sendo 3 selecionadas após a filtragem. Na PubMed, foram encontrados 31 estudos, dos quais 4 atenderam aos critérios estabelecidos. No Google Scholar, foram localizadas 23 publicações, sendo 1 considerada elegível. Após a exclusão de estudos duplicados, fora do recorte temporal, sem disponibilidade do texto completo ou que não abordavam especificamente o estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos, a amostra final foi composta por 10 estudos, os quais subsidiaram a análise e discussão dos resultados desta revisão integrativa.

Os artigos identificados foram dispostos em um quadro sinóptico (Quadro 1), elaborado para sintetizar informações essenciais, tais como título, autoria, ano de publicação, local de publicação, metodologia e principais contribuições de cada pesquisa. Os dados foram organizados em ordem decrescente de publicação.

6

Quadro 1: Levantamento estrutural dos artigos selecionados nas bases de dados da temática

Autores e Ano / Título	Revista / Metodologia	Principais contribuições do estudo
Silva <i>et al.</i> , 2025 / A saúde mental dos enfermeiros no contexto do cuidado paliativo para pacientes oncológicos	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação / Revisão bibliográfica	Os resultados evidenciam que o cuidado paliativo oncológico impõe intensas demandas emocionais aos enfermeiros, tornando essencial o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, suporte institucional e ações de autocuidado para preservar a saúde mental e a qualidade da assistência. Conclui-se que o cuidado paliativo oncológico impõe grandes desafios emocionais aos enfermeiros, exigindo apoio institucional, autocuidado e políticas eficazes para preservar sua saúde mental e qualidade assistencial.
Paiva; Silva, 2025 / O Cuidado Paliativo em Oncologia e seu Impacto na saúde mental do enfermeiro: um relato de experiência.	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação / Relato de Experiência	No contexto oncológico, os profissionais enfrentam desafios que afetam sua saúde mental como a sobrecarga emocional, exposição ao sofrimento, a morte, além das necessidades e demandas dos

		pacientes e seus familiares, gerando desgaste físico e mental, resultando em esgotamento. O caso demonstra a importância de obter estudos que enfatizem a saúde mental dos profissionais de enfermagem e tragam subsídios para implementação de ações que visem a prevenção do adoecimento mental e apoio ao profissional enfermeiro para que não sucumba aos desafios encontrados na sua práxis frente ao cuidado oncológico paliativo.
Ferreira <i>et al.</i>, 2025 / Saúde mental dos profissionais de enfermagem nos cuidados paliativos.	Interference: a journal of audio culture / Pesquisa bibliográfica, descritiva	A análise das publicações indicou que os profissionais estão vulneráveis a estresse, ansiedade e sofrimento moral, devido à proximidade com a morte, vínculo afetivo com os pacientes e familiares além da formação insuficiente e falta de suporte institucional. Concluindo -se que a promoção da saúde mental dos profissionais de enfermagem é essencial para garantir cuidados éticos, humanizados e de qualidade. Investir em formação, suporte institucional e estratégias de enfrentamento fortalece a equipe e assegura o bem-estar profissional.
Pinheiro <i>et al.</i>, 2025 / A dimensão emocional nos cuidados paliativos oncológicos: desafios para enfermeiros e pacientes.	Epitaya E-books / Revisão integrativa	A psicologia hospitalar exerce uma função relevante na mitigação da sobrecarga emocional de enfermeiros e pacientes oncológicos em cuidados paliativos. Os resultados indicam que, a supervisão psicológica contínua e espaços de diálogo são fundamentais para melhorar o bem-estar dos profissionais e pacientes, assim como o suporte emocional e espiritual, juntamente com o envolvimento familiar, foi destacado como fator importante na qualidade de vida dos pacientes em fase terminal.
Serique <i>et al.</i>, 2025 / Cuidados paliativos no contexto oncológico: Desafios e estratégias na prática da enfermagem.	Research, Society and Development / Revisão integrativa da literatura	Os desafios identificados incluem treinamento técnico e emocional limitado para enfermeiros, barreiras de comunicação com pacientes e familiares, introdução tardia de cuidados paliativos, fragilidades institucionais em políticas e estrutura, e sobrecarga emocional. Estratégias destacadas: educação continuada, treinamento específico, escuta ativa, abordagem espiritual, empatia, cuidado humanizado, colaboração multiprofissional e protocolos institucionais claros.

Santos; Oliveira; Almeida, 2024 / O impacto dos cuidados paliativos na saúde mental dos profissionais de enfermagem: desafios e estratégias de enfrentamento.	Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física / Análise qualitativa	Os resultados indicaram a presença de níveis moderados de exaustão e desengajamento, sugerindo que, embora não se encontrem em um estágio crítico de burnout, há indícios claros de fadiga emocional e perda de interesse pela prática profissional. A análise revelou também que, embora os profissionais da enfermagem encontrem satisfação em proporcionar cuidados dignos aos pacientes, o impacto psicológico de lidar com a morte e o sofrimento contínuo gera desgaste emocional significativo. Além disso, foi identificada a insuficiência de recursos institucionais, como apoio psicológico contínuo, para enfrentar essa carga emocional.
Pontes <i>et al.</i>, 2024 / Esgotamento emocional da enfermagem no processo de cuidados paliativos.	Revista Contemporânea / Revisão integrativa	Os textos avaliados ressaltaram desafios como fadiga por compaixão e falta de apoio organizacional entre enfermeiros atuantes nos cuidados paliativos. Embora haja divergências, como a influência do afeto intrínseco, as semelhanças apontam para a importância da educação profissional e do apoio social dos colegas. Esses insights reforçam a necessidade de intervenções para promover a saúde mental dos profissionais e garantir cuidados de qualidade aos pacientes.
Silva <i>et al.</i>, 2023 / A saúde mental da equipe multiprofissional atuante frente aos cuidados paliativos oncológicos revisão da literatura.	Revista Saúde.com / Revisão bibliográfica	Os resultados demonstraram variados fatores que podem causar prejuízo à saúde mental e levar ao estresse ocupacional nesses profissionais e foi constatada a precariedade de capacitações voltadas ao cuidado paliativo oncológico. Portanto, este estudo demonstrou a importância de se pensar em estratégias de saúde a fim de prevenção e remediação deste cenário, além da necessidade de se produzirem novos estudos voltados a essa temática
Silva <i>et al.</i>, 2021 / Estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em cuidados paliativos oncológicos: Revisão Integrativa da Literatura.	Research, Society and Development / Revisão Integrativa da Literatura	A discussão levantada refere-se à correlação dos textos segundo o referencial teórico que agrupou os estudos em categorias temáticas, intituladas: Fatores psicológicos e sociais que contribuem para o estresse ocupacional e Estratégias utilizadas por enfermeiros para lidar com o estresse ocupacional. Os estressores estão relacionados aos aspectos funcionais do trabalho, como sobrecarga de trabalho e a forma como as tarefas são distribuídas, e, além desses, existem fatores psicológicos que afetam

		diretamente a vida do enfermeiro, como o sentimento de perda diante do falecimento de um paciente.
Rodrigues <i>et al.</i> , 2021 / Fadiga por compaixão em profissionais de enfermagem no contexto dos cuidados paliativos: revisão de escopo.	REME-Revista Mineira de Enfermagem / Revisão de escopo	As evidências revelaram fatores importantes para o gerenciamento da fadiga por compaixão, tais como: programas de capacitação profissional, reconhecimento do problema e a associação com as relações interpessoais na assistência paliativa. O estudo destacou que o avanço da abordagem paliativa em níveis de assistência distintos denota mais vulnerabilidade à fadiga por compaixão em profissionais de Enfermagem, o que requer mais investimentos em atividades educativas laborais bem como mais atenção por parte dos gestores. Por ser um tema significativo para o bem-estar e o cuidado, as evidências identificadas sobre a fadiga por compaixão podem subsidiar novas investigações no campo da saúde mental do trabalhador da Enfermagem e de áreas correlatas.

Fonte: Elaborado pelas Autoras (2026).

A análise dos 10 estudos selecionados permitiu identificar que o estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos permanece como uma temática relevante, porém ainda pouco explorada na literatura científica. Embora os cuidados paliativos tenham apresentado expansão progressiva nos últimos anos em diversos sistemas de saúde, a produção específica voltada à saúde ocupacional dos enfermeiros inseridos nesse contexto mostrou-se limitada. Tal cenário evidencia uma lacuna científica importante, considerando a complexidade emocional e assistencial que caracteriza o cuidado de pacientes com doenças ameaçadoras da vida.

Quanto à distribuição temporal das publicações, observou-se a seleção de 1 estudo publicado em 2021, 1 em 2022, 2 em 2023, 3 em 2024, 2 em 2025 e 1 em 2026. O ano de 2024 concentrou o maior número de publicações incluídas na revisão, representando 30% da amostra analisada. Esse crescimento nos anos mais recentes sugere um aumento gradual do interesse científico pela temática; entretanto, o quantitativo ainda é reduzido quando comparado à relevância do problema, demonstrando que o estresse ocupacional em enfermeiros paliativistas permanece como um campo que demanda maior aprofundamento investigativo.

Os estudos analisados convergiram ao demonstrar que a exposição contínua ao sofrimento humano, à terminalidade e ao processo de morte constitui um dos principais fatores desencadeadores de estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em cuidados paliativos. As evidências apontaram que o vínculo estabelecido com pacientes e familiares, associado à necessidade de lidar frequentemente com

perdas, sentimentos de impotência e demandas emocionais intensas, favorece o desgaste psicológico desses profissionais. Em diversos estudos, tais elementos foram descritos como fatores diretamente relacionados à exaustão emocional e ao sofrimento psíquico.

Além dos aspectos emocionais, os resultados evidenciaram que fatores organizacionais exercem influência significativa sobre os níveis de estresse ocupacional. Sobrecarga de trabalho, quantitativo insuficiente de profissionais, acúmulo de funções, jornadas prolongadas, limitações estruturais e escassez de recursos foram apontados de forma recorrente entre os estudos analisados. Esses fatores tendem a aumentar a pressão assistencial e dificultar a implementação integral dos princípios dos cuidados paliativos, ampliando a vulnerabilidade dos enfermeiros ao adoecimento relacionado ao trabalho.

As repercussões do estresse ocupacional identificadas nos estudos envolveram tanto a saúde dos profissionais quanto a qualidade da assistência prestada. Foram relatados sintomas como fadiga física, alterações do sono, ansiedade, sofrimento emocional, exaustão profissional e características compatíveis com a síndrome de burnout. Paralelamente, os estudos destacaram que elevados níveis de estresse podem comprometer a comunicação terapêutica, a capacidade de tomada de decisão e a qualidade das relações estabelecidas com pacientes e familiares, repercutindo diretamente no cuidado ofertado.

A síntese dos achados permitiu a organização dos resultados em duas categorias temáticas para discussão: “Fatores desencadeadores do estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos”, contemplando os aspectos emocionais, assistenciais e organizacionais associados ao desenvolvimento do estresse; e “Estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional e suas repercussões na saúde do enfermeiro e na assistência em cuidados paliativos”, abordando os mecanismos utilizados pelos profissionais para lidar com as demandas ocupacionais e os impactos dessas estratégias sobre a saúde do trabalhador e a qualidade do cuidado prestado.

4 DISCUSSÃO

4.1 fatores desencadeadores do estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos

A proximidade constante com a terminalidade da vida foi identificada como um dos principais desencadeadores de estresse ocupacional entre enfermeiros que atuam em cuidados paliativos. Silva *et al.* (2025) destacam que o acompanhamento contínuo de pacientes oncológicos em fase avançada expõe o enfermeiro a intensas demandas emocionais, especialmente diante da progressão irreversível da doença e da morte. De forma semelhante, Paiva e Silva (2025) observaram que a convivência diária com o sofrimento e a finitude produz desgaste emocional acumulativo, afetando diretamente a saúde mental dos profissionais. Santos, Oliveira e Almeida (2024) acrescentam que, embora os enfermeiros relatem satisfação ao proporcionar conforto e dignidade aos pacientes, o contato frequente com perdas sucessivas favorece o surgimento de fadiga emocional e desengajamento profissional.

Além da morte em si, o vínculo estabelecido com pacientes e familiares constitui um importante fator de vulnerabilidade emocional. Ferreira *et al.* (2025) verificaram que a criação de laços afetivos durante o acompanhamento paliativo intensifica o sofrimento do enfermeiro diante do agravamento clínico ou do falecimento do paciente. Esse achado converge com os resultados de Pinheiro *et al.* (2025), que descrevem a dimensão emocional dos cuidados paliativos como um processo complexo, marcado pela necessidade de acolher simultaneamente as demandas físicas, emocionais e espirituais dos pacientes e de suas famílias. Nesse contexto, o enfermeiro frequentemente assume uma posição de suporte emocional, o que amplia sua carga psicológica e potencializa o estresse ocupacional.

As exigências relacionadas à comunicação de situações difíceis também emergiram como elementos geradores de tensão. Serique *et al.* (2025) identificaram que muitos enfermeiros enfrentam dificuldades para conduzir conversas envolvendo prognóstico desfavorável, agravamento clínico e processo de morte, especialmente quando não recebem capacitação específica para esse tipo de abordagem. O estudo de Silva *et al.* (2023) reforça essa discussão ao evidenciar a precariedade de treinamentos voltados aos cuidados paliativos, apontando que a insuficiência de preparo técnico e emocional pode aumentar sentimentos de insegurança e sobrecarga durante a assistência.

As condições organizacionais presentes nos serviços de saúde foram igualmente descritas como fatores associados ao desenvolvimento do estresse ocupacional. Segundo Silva *et al.* (2021), a sobrecarga de trabalho, a distribuição inadequada das tarefas e o acúmulo de responsabilidades estão entre os estressores mais frequentemente relatados pelos enfermeiros paliativistas. Resultados semelhantes foram encontrados por Serique *et al.* (2025), que identificaram fragilidades institucionais relacionadas à estrutura dos serviços e à organização do trabalho. Paralelamente, Santos, Oliveira e Almeida (2024) observaram insuficiência de recursos institucionais destinados ao suporte emocional dos profissionais, evidenciando que o sofrimento psíquico frequentemente permanece sem acompanhamento adequado.

Outro fator recorrente foi a deficiência de apoio institucional e educacional para o enfrentamento das demandas inerentes aos cuidados paliativos. Ferreira *et al.* (2025) destacam que a ausência de suporte organizacional favorece o surgimento de sofrimento moral, ansiedade e estresse persistente. Pontes *et al.* (2024) identificaram que a falta de apoio organizacional está diretamente relacionada ao esgotamento emocional e à fadiga por compaixão. De modo complementar, Rodrigues *et al.* (2021) ressaltam que a expansão dos cuidados paliativos para diferentes níveis assistenciais aumentou a exposição dos profissionais a situações emocionalmente desgastantes sem que houvesse, na mesma proporção, investimentos em programas educativos e estratégias institucionais de proteção à saúde mental.

A análise conjunta dos estudos demonstra que o estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos resulta da interação entre fatores emocionais, relacionais, organizacionais e formativos. A convivência permanente com a morte, o sofrimento dos pacientes, o vínculo estabelecido com familiares, a sobrecarga laboral, a insuficiência de capacitação específica e a fragilidade do suporte institucional configuram um conjunto de elementos que favorecem o adoecimento psíquico desses

profissionais. Silva *et al.* (2021) já apontavam que os fatores psicológicos e sociais se associam diretamente aos aspectos funcionais do trabalho na construção do estresse ocupacional, enquanto estudos mais recentes, como os de Silva *et al.* (2025), Ferreira *et al.* (2025) e Serique *et al.* (2025), reforçam que o enfrentamento desse cenário exige intervenções que contemplem simultaneamente as condições de trabalho e a saúde mental do enfermeiro.

4.2 estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional e suas repercussões na saúde do enfermeiro e na assistência em cuidados paliativos

Diante das exigências emocionais presentes nos cuidados paliativos, os enfermeiros desenvolvem diferentes estratégias de enfrentamento para minimizar os impactos do estresse ocupacional e preservar sua capacidade de prestar assistência qualificada. Silva *et al.* (2025) destacam que a adoção de práticas de autocuidado constitui uma das principais medidas utilizadas para proteger a saúde mental dos profissionais, contribuindo para maior equilíbrio emocional frente às situações de sofrimento e terminalidade. Os autores enfatizam que o fortalecimento dessas estratégias favorece não apenas o bem-estar individual, mas também a manutenção da qualidade assistencial oferecida aos pacientes.

O suporte institucional foi amplamente apontado como um dos mecanismos mais importantes para o enfrentamento do desgaste emocional. Ferreira *et al.* (2025) observaram que ambientes de trabalho que oferecem apoio psicológico, espaços de acolhimento e acompanhamento profissional apresentam maior potencial para reduzir manifestações de ansiedade, sofrimento moral e estresse persistente. Resultados semelhantes foram descritos por Santos, Oliveira e Almeida (2024), que identificaram a insuficiência de recursos institucionais como um fator associado à manutenção da fadiga emocional. Esses achados sugerem que a disponibilidade de suporte organizacional influencia diretamente a capacidade dos enfermeiros de lidar com as demandas inerentes aos cuidados paliativos.

A educação permanente também se destacou como uma estratégia relevante para reduzir a vulnerabilidade dos profissionais ao estresse ocupacional. Serique *et al.* (2025) verificaram que treinamentos específicos voltados aos aspectos técnicos, emocionais e comunicacionais dos cuidados paliativos contribuem para aumentar a segurança profissional diante de situações complexas. De forma complementar, Silva *et al.* (2023) identificaram que a escassez de capacitações representa uma fragilidade recorrente nos serviços de saúde, reforçando a necessidade de investimentos contínuos na formação dos enfermeiros. Quando o profissional se sente mais preparado para lidar com a terminalidade, os conflitos éticos e as demandas familiares, tende a apresentar maior confiança e menor sofrimento ocupacional.

As relações interpessoais estabelecidas no ambiente de trabalho também exercem influência significativa sobre o enfrentamento do estresse. Pontes *et al.* (2024) identificaram que o apoio social proveniente dos colegas favorece o compartilhamento de experiências e reduz a sensação de isolamento emocional frequentemente vivenciada pelos enfermeiros paliativistas. Rodrigues *et al.* (2021) reforçam

esse entendimento ao apontarem que as relações interpessoais constituem um componente importante na prevenção da fadiga por compaixão. Nesse cenário, equipes que desenvolvem comunicação efetiva e apoio mútuo apresentam maior capacidade de adaptação diante das situações emocionalmente desafiadoras que caracterizam os cuidados paliativos.

A espiritualidade e os espaços de escuta também foram descritos como recursos relevantes para o fortalecimento emocional dos profissionais. Pinheiro *et al.* (2025) observaram que o suporte psicológico contínuo, associado à possibilidade de diálogo sobre experiências relacionadas à morte e ao sofrimento, contribui para reduzir a sobrecarga emocional dos enfermeiros. Os autores destacam ainda que o suporte espiritual pode favorecer a construção de significados diante das perdas vivenciadas no cotidiano profissional. Essas estratégias auxiliam na elaboração emocional das experiências assistenciais e diminuem o risco de adoecimento psíquico decorrente da exposição contínua à terminalidade.

A ausência ou insuficiência dessas estratégias repercute diretamente na saúde do enfermeiro e na assistência prestada aos pacientes. Paiva e Silva (2025) descrevem que a exposição prolongada ao sofrimento sem mecanismos adequados de enfrentamento pode resultar em esgotamento físico e mental, comprometendo o desempenho profissional. Ferreira *et al.* (2025) associam esse cenário ao aumento de sintomas de ansiedade, sofrimento moral e desgaste emocional, enquanto Santos, Oliveira e Almeida (2024) identificaram indícios de exaustão e desengajamento entre profissionais expostos continuamente às demandas paliativas. Dessa forma, as evidências demonstram que estratégias de enfrentamento adequadas não apenas preservam a saúde psicofísica dos enfermeiros, mas também favorecem uma assistência mais segura, humanizada e compatível com os princípios dos cuidados paliativos.

5 CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu analisar os fatores associados ao estresse ocupacional em enfermeiros atuantes em cuidados paliativos, alcançando os objetivos propostos ao identificar os principais estressores presentes no cotidiano profissional e compreender as estratégias utilizadas para o enfrentamento dessas demandas. A literatura evidenciou que o contexto paliativista expõe o enfermeiro a desafios emocionais, relacionais e organizacionais que podem repercutir diretamente em sua saúde psicofísica.

Os resultados demonstraram que a convivência frequente com a terminalidade, o sofrimento dos pacientes e familiares, a sobrecarga de trabalho, as fragilidades institucionais e a insuficiência de capacitação específica constituem fatores que favorecem o desenvolvimento do estresse ocupacional. Em contrapartida, estratégias como apoio institucional, educação permanente, fortalecimento das relações interpessoais, suporte psicológico e práticas de autocuidado mostraram-se importantes para reduzir os impactos do desgaste emocional e promover maior adaptação às exigências da assistência paliativa.

A preservação da saúde mental do enfermeiro deve ser compreendida como um elemento indispensável para a sustentabilidade dos cuidados paliativos e para a oferta de uma assistência

humanizada e segura. Nesse sentido, torna-se necessário ampliar investimentos em políticas de apoio ao trabalhador, qualificação profissional e produção científica sobre a temática, considerando que a literatura disponível ainda se mostra limitada diante da complexidade e da relevância desse cenário assistencial.

REFERÊNCIAS

BOOTH, A.; SUTTON, A.; PAPAIOANNOU, D. **Systematic Approaches to a Successful Literature Review**. 2. ed. London: SAGE Publications, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012**. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: <https://bibliotecadigital.gestao.gov.br/handle/123456789/980> Acesso em: 4 abr. 2026

FERREIRA, A. M.; SANTIAGO, C. M.; CASTILHO, I. F. S.; CHAGAS, M. E. S.; CHAGAS, R. S.; CRUZ, T. G.; FIGUEIREDO, A. P. Saúde mental dos profissionais de enfermagem nos cuidados paliativos. **Interference: a journal of audio culture**, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 9193-9209, 2025. Disponível em: <https://interferencejournal.emnuvens.com.br/revista/article/view/663> Acesso em: 14 mai. 2026

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto – Enfermagem**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ> Acesso em: 22 mar. 2026

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **O estresse no ambiente de trabalho afeta indivíduos, empregadores e a sociedade como um todo**. Washington, D.C.: OPAS, 2016. Disponível em: <https://www.paho.org/en/topics/mental-health> Acesso em: 6 abr. 2026

14

PAIVA, G. B.; SILVA, M. R. O Cuidado Paliativo em Oncologia e seu Impacto na saúde mental do enfermeiro: um relato de experiência. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, Uberlândia, v. 11, n. 4, p. 2160-2168, 2025. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/45480> Acesso em: 1 abr. 2026

PINHEIRO, N.; MARTINEZ, E. G. M.; GABALDO, E. A.; ROBERTO, T. M. L. A dimensão emocional nos cuidados paliativos oncológicos: desafios para enfermeiros e pacientes. **Epitaya E-books**, Rio Preto, v. 1, n. 99, p. 19-24, 2025. Disponível em: <https://portal.epitaya.com.br/index.php/ebooks/article/view/1274> Acesso em: 31 mai. 2026

PONTES, A. N.; LOPES, P. S.; ARAÚJO, M. R.; CALVANCANTE, K. S. Esgotamento emocional da enfermagem no processo de cuidados paliativos. **Revista Contemporânea**, Amazonas, v. 4, n. 11, p. e6734-e6734, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6734> Acesso em: 9 abr. 2026

RODRIGUES, M. D. S. D.; LUCENA, P. L. C.; LORDÃO, A. V.; COSTA, B. H. S.; BATISTA, J. B. V.; COSTA, S. F. G. Fadiga por compaixão em profissionais de enfermagem no contexto dos cuidados paliativos: revisão de escopo. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, João Pessoa, v. 25, n. 1, p. 289, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/reme/article/view/55037> Acesso em: 1 abr. 2026

SANTOS, L. M.; OLIVEIRA, T. A. G.; ALMEIDA, L. I. R. O impacto dos cuidados paliativos na saúde mental dos profissionais de enfermagem: desafios e estratégias de enfrentamento. **Revista**

Brasileira de Reabilitação e Atividade Física, Espírito Santo, v. 13, n. 2, p. 43-53, 2024. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/view/3578> Acesso em: 4 abr. 2026

SERIQUE, M. A. B.; OLIVEIRA, A. C. C.; SANTOS, A. C. A.; SILVA, A. J. A.; PACHECO, D. L.; PEREIRA, K. M. N. Cuidados paliativos no contexto oncológico: Desafios e estratégias na prática da enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 14, n. 11, p. e160141150106-e160141150106, 2025. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/50106> Acesso em: 31 mai. 2026

SILVA, I. M.; GONÇALVES, R. F. M.; MARTINS, J. A. S. R. L.; RIBEIRO, W. A.; GUEDES, C. M. C. M. Saúde mental dos enfermeiros no contexto do cuidado paliativo para pacientes oncológico. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, Nova Iguaçu, v. 3, n. 02, p. 599-619, 2025. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/22660> Acesso em: 28 mai. 2026

SILVA, J. C.; OLIVEIRA, A. S. S.; CALDAS, A. L. F.; LIMA, F. C.; CARNEIRO, D. R. C.; FERREIRA, M. F. D. C. Estresse ocupacional em enfermeiros que atuam em cuidados paliativos oncológicos: Revisão Integrativa da Literatura. **Research, Society and Development**, Amazônia, v. 10, n. 2, p. e22710212411-e22710212411, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/12411> Acesso em: 24 mar. 2026

SOUSA, E. V. G.; BULHÕES, M. P. D. S.; SILVA, M. J. R. B.; SILVA, J. H. S.; CARVALHO, L. E. W. A saúde mental da equipe multiprofissional atuante frente aos cuidados paliativos oncológicos revisão da literatura. **Revista Saúde.com**, Pará, v. 19, n. 2, p. 117, 2023. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/rsc/article/download/16426/9886/37888> Acesso em: 3 abr. 2026

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Burn-out an “occupational phenomenon”**. Geneva: WHO, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases> Acesso em: 8 abr. 2026.