

IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DO ESTRESSE OCUPACIONAL NO ENFERMEIRO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

Tereza Raquel Ferreira do Nascimento

Enfermeira. Especialista em Pediatria; Licenciatura em Ciências Biológicas; Saúde da Mulher; Psico Pedagogia Clínica e Institucional; Docência do Ensino Superior; Enfermagem do Trabalho. Docente na Escola Estácio de Educação Básica de Carapicuíba. E-mail: tereza.nascimento@professores.estacio.br

Introdução: O estresse ocupacional é uma condição frequente entre enfermeiros que atuam nos setores de urgência e emergência, devido à sobrecarga de trabalho, alta demanda de pacientes, pressão emocional, exposição constante ao sofrimento e necessidade de tomadas rápidas de decisão. Esses fatores podem comprometer a saúde física e mental do profissional, afetando diretamente a qualidade da assistência prestada. A identificação precoce dos sinais de estresse torna-se fundamental para prevenir agravos como ansiedade, exaustão emocional, síndrome de Burnout e afastamentos profissionais. **Objetivo:** Identificar os principais sinais e fatores relacionados ao estresse ocupacional em enfermeiros atuantes nos serviços de urgência e emergência, destacando a importância da detecção precoce para promoção da saúde ocupacional. **Material e Método:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada por meio de buscas nas bases de dados SCIELO, LILACS e Google Acadêmico, utilizando artigos científicos publicados entre os anos de 2019 e 2025, em língua portuguesa. Foram selecionados estudos relacionados ao estresse ocupacional, saúde mental e atuação do enfermeiro em setores de urgência e emergência, totalizando 6 artigos utilizados para construção do estudo. **Resultados e Discussão:** Observou-se que os profissionais de enfermagem inseridos nos serviços de urgência e emergência apresentam elevados níveis de estresse devido à rotina intensa, jornadas prolongadas, déficit de profissionais, exposição à dor e risco constante de morte dos pacientes. Entre os principais sinais identificados estão fadiga, irritabilidade, insônia, dores musculares, dificuldade de concentração e esgotamento emocional. A identificação precoce desses sintomas permite intervenções que favorecem a qualidade de vida do trabalhador e reduzem impactos negativos no atendimento ao paciente. Estratégias como apoio psicológico, melhoria das condições de trabalho, valorização profissional e ações voltadas à saúde mental mostraram-se eficazes na redução do estresse ocupacional. Além disso, o enfermeiro gestor possui papel essencial na observação e acompanhamento da equipe, promovendo ambientes mais saudáveis e humanizados. **Conclusão:** Conclui-se que o estresse ocupacional é um problema recorrente entre enfermeiros de urgência e emergência, sendo necessária a implementação de medidas preventivas e estratégias de identificação precoce dos sinais de adoecimento mental. A promoção da saúde ocupacional contribui para o bem-estar dos profissionais, melhora da assistência de enfermagem e fortalecimento da segurança do paciente. **Contribuições para a Enfermagem:** O estudo contribui para ampliar o conhecimento sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem, incentivando práticas de acolhimento, prevenção e promoção da qualidade de vida no ambiente hospitalar, especialmente nos setores de urgência e emergência.

Descritores: Enfermagem, Estresse Ocupacional, Urgência e Emergência, Saúde Mental, Burnout.