
**ABORDAGENS DE ENFRENTAMENTO EMOCIONAL PARA
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM ATUANTES NO SETOR PALIATIVO:
REVISÃO INTEGRATIVA**

**EMOTIONAL COPING APPROACHES FOR NURSING PROFESSIONALS
WORKING IN PALLIATIVE CARE: AN INTEGRATIVE REVIEW**

Ana Karolina Viezorkosky Fernandes¹

Leonardo Fernandes Oliveira²

Fernanda Pâmela Machado³

RESUMO

Objetivo: Analisar as estratégias de enfrentamento emocional utilizadas pelos profissionais de enfermagem no setor de cuidados paliativos, com o intuito de promover a saúde mental e melhorar a qualidade da assistência prestada aos pacientes. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa qualitativa da literatura, baseada na Prática Baseada em Evidências, seguindo as etapas descritas por Dantas et al. (2021) para seleção, análise e síntese dos estudos. **Resultados:** São destacadas diversas estratégias eficazes, como a implementação de grupos de apoio, acolhimento e reflexão, que promovem o autocuidado e o bem-estar emocional dos profissionais. Além disso, a participação em atividades recreativas fora do ambiente de trabalho, a qualificação constante e o uso de práticas integrativas complementares emergiram como estratégias importantes para lidar com o estresse e as demandas emocionais dessa profissão. O suporte espiritual e a atuação das instituições de saúde, com foco no treinamento adequado, fornecimento de recursos e fortalecimento do suporte psicológico, são fundamentais para mitigar os efeitos negativos do trabalho. **Conclusão:** As estratégias de enfrentamento emocional são essenciais para preservar a saúde mental dos profissionais de enfermagem, contribuindo para um cuidado mais humanizado e de qualidade aos pacientes em cuidados paliativos. Tais práticas devem ser adaptadas às necessidades de cada profissional, visando um ambiente de trabalho saudável e uma assistência eficaz.

Palavras-chave: enfermagem; cuidados paliativos; abordagens; enfrentamento; emocional .

ABSTRACT

Objective: To analyze the emotional coping strategies used by nursing professionals working in palliative care, with the aim of promoting their mental health and improving the quality of care provided to patients. **Method:** This is a qualitative integrative literature review, based on Evidence-Based Practice, following the steps described by Dantas et al. (2021) for selecting, analyzing, and synthesizing the studies. **Results:** Several effective strategies are highlighted,

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Filadélfia – UniFil.

² Graduando do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Filadélfia – UniFil.

³ Enfermeira docente no curso de Enfermagem do Centro Universitário Filadélfia – UniFil.

such as the implementation of support groups, reception, and reflection, which promote self-care and emotional well-being for professionals. In addition, participation in recreational activities outside the work environment, continuous qualification, and the use of complementary integrative practices emerged as important strategies to deal with stress and the emotional demands of this profession. Spiritual support and the role of healthcare institutions, with a focus on adequate training, resource provision, and strengthening psychological support, are essential to mitigate the negative effects of the work. **Conclusion:** Emotional coping strategies are essential to preserve the mental health of nursing professionals, contributing to more humanized and quality care for patients in palliative care. These practices should be adapted to the needs of each professional, aiming for a healthy work environment and effective assistance.

Keywords: nursing; palliative care; approaches; coping; emotional.

1 INTRODUÇÃO

A enfermagem desempenha um papel crucial e fundamental no que tange a atuação e manejo clínico frente aos pacientes inseridos nos cuidados paliativos, a fim de assegurar uma qualidade de vida e cuidado digno durante esse processo (Rocha et al., 2020). Essa atuação se torna necessária e relevante, não apenas pela criação de um vínculo sólido com o paciente e família durante esse processo, o que contribui de forma significativa para a melhora da saúde mental e física do paciente, evidenciado pelo fato de que a comunicação adequada se constitui como base para o suporte emocional, refletindo positivamente na saúde física, mas também pelo papel clínico no que tange a assistência de cuidados básicos para a redução de manifestações clínicas debilitantes que influenciam no prognóstico clínico do paciente (Nascimento et al., 2024).

No entanto, ao analisar a experiência da morte e o luto associados a essa fase, combinados com as exigências intensas do trabalho, entende-se que esses fatores podem causar um impacto significativo na saúde emocional e física dos profissionais de enfermagem (Zhang et al., 2021).

O impacto emocional negativo nos profissionais de enfermagem envolvidos nos cuidados paliativos é amplamente evidenciado pelos desafios enfrentados durante a assistência. Fatores como dor, sofrimento e angústia contribuem para o desenvolvimento de exaustão e estresse, além de questões existenciais, como revolta, insatisfação e culpa, que impactam diretamente as dimensões morais, éticas e emocionais desses profissionais (Rocha et al., 2020)

Compreende-se que a enfermagem, como linha de frente nos cuidados paliativos, requer uma grande resiliência emocional para lidar com a pressão, exaustão e sobrecarga de

trabalho decorrentes dessa demanda. Durante a pandemia de COVID-19, essa necessidade foi amplamente discutida pelos profissionais, que enfrentaram dificuldades e mudanças estruturais e organizacionais devido à crescente demanda imposta pela pandemia (Cunha *et al.*, 2021).

A partir dos dados apresentados, baseado na complexidade e o estresse envolvidos, este estudo busca analisar as estratégias de enfrentamento emocional eficazes frente a situação em questão, descritas na literatura para os profissionais de enfermagem que atuam no setor paliativo, objetivando identificar práticas que promovam a saúde mental e melhorem a qualidade da assistência prestada aos pacientes que se encontram em cuidados paliativos.

2 MÉTODO

O estudo em questão trata-se de uma revisão integrativa qualitativa da literatura, visando a síntese de estudos com objetivos, materiais e métodos claramente descritos. Foi utilizado um método explícito, reproduzível e rigoroso para identificar, avaliar criticamente e sintetizar os estudos relacionados ao tema, respeitando os aspectos éticos e preceitos da pesquisa (Galvão, 2014).

Garantindo uma precisão científica, adotou-se a Prática Baseada em Evidências, seguindo as seis etapas da revisão integrativa descritas por Dantas *et al.* (2021): 1) definição do tema e formulação da questão de pesquisa; 2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; 3) identificação dos estudos para pré-seleção e seleção; 4) categorização dos estudos selecionados; 5) análise e interpretação dos resultados; e 6) apresentação da revisão e síntese do conhecimento.

A formulação da questão de pesquisa foi baseada no modelo PICO: “P” representa a população do estudo, sendo os profissionais de enfermagem; “I” refere-se à intervenção de interesse, estratégias de enfrentamento emocional; e “Co” ao contexto, o setor paliativo. A partir desse conceito, a pergunta norteadora da pesquisa foi definida por: “Quais são as medidas de enfrentamento emocional existentes para profissionais de enfermagem atuantes no setor paliativo?”.

Quanto aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), foram utilizados: enfermagem (Nursing); saúde mental (Mental Health); paliativo (Palliative Care); abordagens (Approaches); enfrentamento (Coping); emocional (Emotional), combinados com os operadores booleanos “AND” e “OR”, considerando também a busca nos termos MeSH em inglês.

A coleta de dados ocorreu durante os meses de junho a julho do ano de 2024, por meio de buscas em bases de dados como: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) e SciVerse Scopus (SCOPUS) conduzidas por dois pesquisadores. Os títulos e resumos foram analisados, seguidos pela leitura completa dos estudos selecionados para avaliar sua qualidade e relevância.

No desenvolvimento dessa pesquisa, foram utilizados um total de oito artigos, que serviram tanto para a fundamentação e embasamento teórico quanto para a análise dos resultados. Destes, cinco artigos contribuíram diretamente com dados e respostas da pergunta norteadora.

No fluxograma 1, encontra-se evidenciado a estratégia de busca para a fundamentação teórica do atual estudo. Desse modo, foram incluídos artigos que possuísem sua data de publicação dentro dos últimos cinco anos (2019-2024), artigos nos idiomas em inglês, português e espanhol, que estivessem indexados nas bases de dados e que fossem relacionados à atuação da equipe de enfermagem.

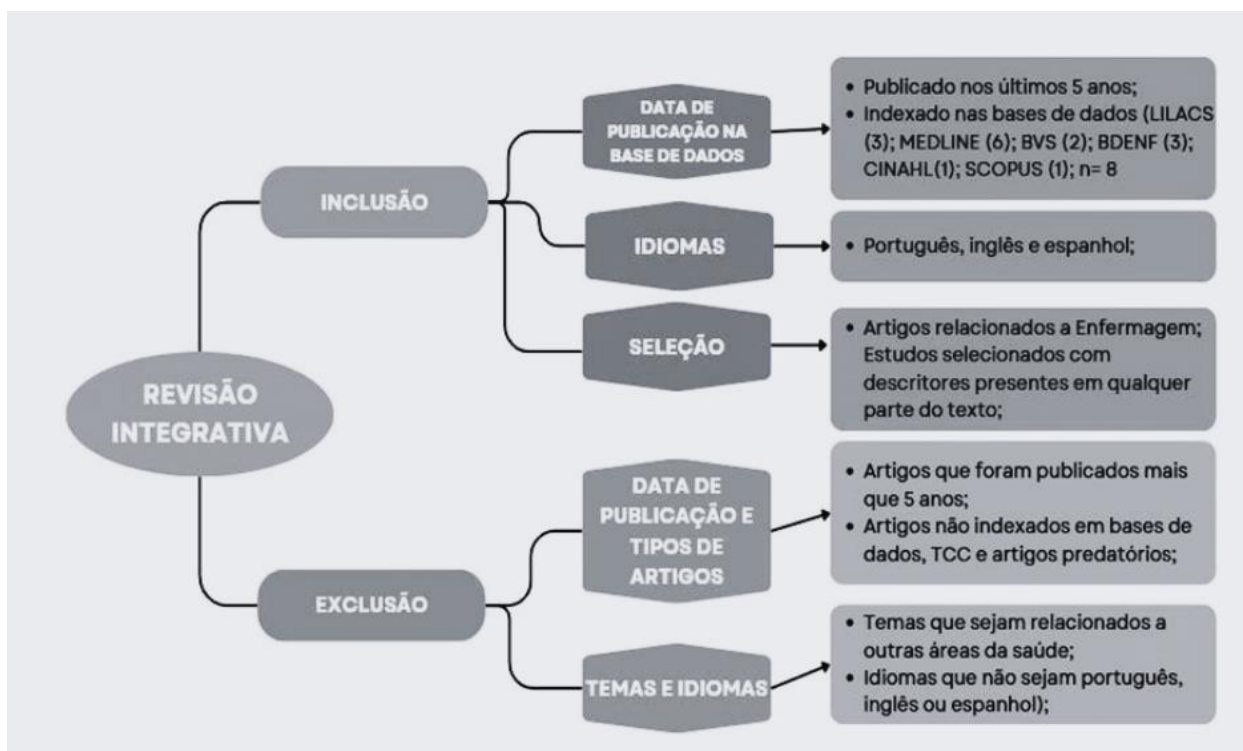
Quanto aos critérios de exclusão, foram excluídos artigos que utilizaram outra metodologia que não fosse a qualitativa ou quantitativa. Na elegibilidade dos artigos, utilizou-se o nível 6 e 4, considerando evidências de um único estudo descritivo/qualitativo ou quantitativo (Melnyk; Fineout-Overholt, 2011). Quanto a avaliação crítica dos estudos, foi realizada por dois pesquisadores por meio da análise dos títulos e resumos, seguida pela leitura completa dos estudos selecionados para avaliar qualidade e relevância frente a pergunta norteadora.

Quanto aos aspectos éticos, os preceitos em pesquisa serão respeitados, e os estudos selecionados serão referenciados. A aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa não foi necessária, pois o estudo objetiva a avaliação de artigos disponíveis na íntegra.

Na elegibilidade dos artigos, utilizou-se o nível 6 e 4, considerando evidências de um único estudo descritivo/qualitativo ou quantitativo (Melnyk; Fineout-Overholt, 2011). Quanto a avaliação crítica dos estudos, foi realizada por dois pesquisadores por meio da análise dos títulos e resumos, seguida pela leitura completa dos estudos selecionados para avaliar qualidade e relevância frente a pergunta norteadora.

Quanto aos aspectos éticos, os preceitos em pesquisa serão respeitados, e os estudos selecionados serão referenciados. A aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa não foi necessária, pois o estudo objetiva a avaliação de artigos disponíveis na íntegra.

Figura 1 - Fluxograma das estratégia de busca – Paraná, Brail – 2025.



Fonte: Viezorkosky (2024).

5

3 RESULTADOS

Após a busca sistemática, foram selecionados cinco artigos que responderam à pergunta norteadora, focando em estratégias para promover o autocuidado e a saúde mental de trabalhadores da linha de frente, especialmente enfermeiros. Esses artigos foram categorizados em abordagens que incluem atividades de processamento mental, práticas de autocuidado, e estratégias de enfrentamento voltadas para a prevenção de riscos psicossociais.

As principais estratégias identificadas incluem: o engajamento em atividades de processamento mental, como a adoção de atitudes úteis para promover a saúde mental; a elaboração de tecnologias educacionais específicas para a promoção da saúde mental e a prevenção de riscos psicossociais; a prática de atividades recreativas fora do turno de trabalho, para proporcionar momentos de lazer e recuperação emocional; o treinamento e a orientação educacional para fortalecer a resiliência; e o compartilhamento de sentimentos e experiências com colegas, familiares e amigos.

Além disso, destaca-se a importância do contato com a espiritualidade e da abordagem multidimensional para a regulação emocional, especialmente no contexto de enfermeiros que

atuam em cuidados paliativos, visando ao fortalecimento do enfrentamento e ao planejamento de ações voltadas para as necessidades desses profissionais.

Quadro 1 - Abordagens de Enfrentamento Emocional utilizadas pela equipe de Enfermagem. Paraná, Brasil – 2025.

AUTOR, ANO E BASE DE DADOS	TÍTULO	TIPO DE ESTUDO	NÍVEL DE EVIDÊNCIA	ESTRATÉGIA DE ENFRENTAMENTO
Dijxhoorn et. al., 2023 - MEDLIFE	Nursing assistants' perceptions and experiences with the emotional impact of providing palliative care: A qualitative interview study in nursing homes	Qualitativo	Nível 4	Engajar-se em atividades de processamento mental; ganhar experiências adotando uma atitude útil.
Abrantes et. al., 2021 – LILACS, BDENF	Tecnologia educacional para a promoção da saúde mental de trabalhadores do CTI Oncopediátrico / Educational Technology for the promotion of mental health of Pediatric Oncology ICU workers	Qualitativo	Nível 4	Elaborar tecnologias educacionais para a promoção de saúde mental para trabalhadores em linha de frente de forma a estimular o autocuidado e a prevenção de riscos psicossociais.
Rocha et. al., 2020 - LILACS, MEDLINE, BDENF, CINAHL e SCOPUS	O sentido da vida dos enfermeiros no trabalho em cuidados paliativos: revisão integrativa de literatura / The meaning of life of nurses working in palliative care: integrative literature review	Revisão Integrativa	Nível 4	Contato do enfermeiro com a espiritualidade; estratégias de autocuidado (prática de atividades recreativas fora do turno de trabalho); treinamento e orientação educacional; Compartilhar seus sentimentos e experiências com colegas, familiares e amigos;

Lima, et. al., 2019 – BDENF, LILACS.	Juntos resistimos, separados caímos: vivências de familiares cuidadores de pacientes oncológicos em cuidados paliativos	Qualitativo	Nível 4	Propiciar o enfrentamento, a espiritualidade; educação em saúde dentro dos serviços; ações voltadas para suas necessidades e planejando e executando estratégias
Barnett et. al., 2020 - MEDLINE	Multidimensional emotion regulation strategies among hospice nurses.	Qualitativo	Nível 4	Abordagem multidimensional para a compreensão da regulação emocional entre enfermeiros de cuidados paliativos
Cunha, et. al., 2021 – MEDLINE, LILACS	Estresse da equipe de enfermagem em cuidados paliativos no enfrentamento da COVID-19 / Estrés del equipo de enfermería de cuidados paliativos en el enfrentamiento a la COVID-19 / Stress in palliative care nursing staff while coping with COVID-19	Quantitativo	Nível 3	Fortalecimento dos treinamentos, aumento do número de profissionais de enfermagem, garantia de tempo de descanso adequado, atualização rápida das informações, e incentivo à troca de experiências e sentimentos entre os profissionais.
Nascimento et. al., 2024 – LILACS, BDEFN	Atuação do enfermeiro a pacientes em cuidados paliativos: uma revisão integrativa de literatura / Nurse's role with patients in palliative care: an integrative literature review	Qualitativo	Nível 4	Capacitação dos enfermeiros com alicerce humanizado e ético; atualização permanente para respaldar o processo de trabalho em cuidados paliativos; Intermédio de práticas integrativas complementares.

Fonte: Viezorkosky et. al. (2024).

4 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados, revelou diversas estratégias para o enfrentamento emocional dos profissionais de enfermagem no setor paliativo, com o objetivo de amenizar o

estresse e os efeitos traumáticos enfrentados pelos profissionais atuantes nessa classe.

Primordialmente, destacou-se a importância da implementação de tecnologias de suporte, como grupos de apoio, acolhimento e reflexão. Esses grupos proporcionam uma rede de apoio social baseado na troca de experiências, favorecendo o autocuidado pessoal e emocional dos profissionais (Abrantes; Valença, 2021).

Além disso, a participação em atividades recreativas fora do horário de trabalho foi identificada como uma estratégia valiosa. Essas atividades ajudam os profissionais a processar mentalmente suas experiências e a separar a vida pessoal da vida profissional, garantindo que o cuidado ao paciente seja assertivo e não seja comprometido e impactado por situações adversas envolvendo as demais assistências (Dijxhoorn *et al.*, 2023).

A qualificação e atualização permanente desses profissionais têm um papel crucial nesse processo. No cenário dos cuidados paliativos, onde a prioridade é o conforto e o alívio das dores, o enfermeiro precisa estar constantemente aprimorando seus conhecimentos para lidar com as complexidades dessas situações, que exigem um olhar sensível e multidisciplinar. A educação continuada permite que esses profissionais acompanhem as inovações nas abordagens de tratamento, garantindo a aplicação de práticas mais eficazes, humanizadas pautada em ética e conhecimento científico, além das necessidades emocionais e psicológicas dos pacientes e suas famílias (Nascimenton *et al.*, 2024).

Além disso, o uso de práticas integrativas complementares emerge como uma ferramenta valiosa no cuidado paliativo. Essas práticas, que incluem desde terapias alternativas até abordagens que envolvem a espiritualidade, oferecem um suporte adicional que pode melhorar a qualidade de vida do paciente, auxiliando na gestão da dor e promovendo um ambiente mais acolhedor e respeitoso (Nascimenton *et al.*, 2024).

Também foi destacado que a religião e a espiritualidade, surgem como formas significativas de suporte, proporcionando calma e paz aos profissionais. Essas práticas permitem que cada indivíduo encontre forças conforme suas crenças pessoais, ajudando a enfrentar as dificuldades de maneira individualizada (Lima *et al.*, 2019).

Em relação a atuação das instituições de saúde destinadas as intervenções psicológicas para reduzir os impactos mentais causados pela atuação dos profissionais da enfermagem nos cuidados paliativos, foi destacado o fortalecimento de treinamentos, garantir um número adequado de profissionais de enfermagem, oferecer descanso adequado e manter os profissionais atualizados com as informações mais recentes sobre a uma assistência de qualidade (Cunha *et al.*, 2021).

Além disso, é importante incentivar o compartilhamento de experiências e sentimentos, criando um ambiente de apoio mútuo. Essas medidas, comprovadas em outras epidemias, como por exemplo, após a pandemia do COVID-19, ajudam a reduzir os transtornos de estresse pós-traumático e a preservar a saúde mental dos profissionais de saúde (Cunha *et al.*, 2021).

5 CONCLUSÃO

Diante do exposto, entende-se que as estratégias de enfrentamento emocional são fundamentais para os profissionais de enfermagem no setor paliativo. Essas estratégias não devem ser avaliadas como "certas" ou "erradas", pois sua eficácia pode variar conforme as necessidades e preferências de caráter individual de cada profissional.

O foco deve ser sempre a melhoria da assistência ao paciente, utilizando abordagens assertivas e eficazes que minimizem o impacto emocional do trabalho. Portanto, promover a resiliência e fornecer suporte emocional adequado são cruciais para preservar a saúde mental e física dos enfermeiros, contribuindo para um cuidado mais qualificado e equilibrado.

9

REFERÊNCIAS

- BARNETT, M. D.; CANTU, C.; CLARK, K.A. Estratégias multidimensionais de regulação emocional entre enfermeiros de cuidados paliativos. **Golpe da Morte**, v.44, n.8, p. 463-468, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30938580/>. Acesso em: 23 jun. 2024.
- CUNHA, Daianny Arrais de Oliveira da; FULY, Patrícia dos Santos Claro; SIQUEIRA, Alex Sandro de Azeredo; SANTIAGO, Fernanda Barcellos; KIRBY, Endi Evelin Ferraz; BESERRA, Vanessa dos Santos; NEVES, Luciene Miguel Lima. Estresse da equipe de enfermagem em cuidados paliativos no enfrentamento da COVID-19. **Acta Paul. Enferm. (Online)**, v. 34, eAPE001915, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1349808>. Acesso em: 03 mar. 2025.
- DIJXHOORN, A.Q.; HEIJNEN, Y.; VAN DER LINDEN, Y.M.; LEGET, C.; RAIJMAKERS, N.J.H.; BROM, L. Percepções e experiências de auxiliares de enfermagem com o impacto emocional da prestação de cuidados paliativos: um estudo qualitativo de entrevista em asilos. **J Adv Enfermagem**, v.79, n.10, p. 3876-3887, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37308976/>. Acesso em: 24 jun. 2024.
- FEITOSA, Carla Danielle Araújo; MENDES, Polyana Norberta; OLIVEIRA, Aline Costa; FERNANDES, Márcia Astrês; PILLON, Sandra Cristina. Tecnologias educacionais em saúde mental para trabalhadores: revisão integrativa. **Acta Paul. Enferm.**, v.35, n.10, 2022. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ape/a/ytZvwJMYgbfQ9JZJY4svwzL/?lang=pt> . Acesso em: 23 jun. 2024.

LI, J.; WANG, Q.; GUAN, C.; LUO, L.; HU, X. Compassion fatigue and compassion satisfaction among Chinese palliative care nurses: A province-wide cross-sectional survey. **BMC Palliat Care**, v. 20, n. 1, jun. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34162388/>. Acesso em: 25 jun. 2024.

LIMA, Laís do Espírito Santo; SANTANA, Mary Elizabeth de; CORREA JÚNIOR, Antônio Jorge Silva; VASCONCELOS, Esleane Vilela. Juntos resistimos, separados caímos: vivências de familiares cuidadores de pacientes oncológicos em cuidados paliativos. **Rev. Online de Pesquisa**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 4, p. 931-936, jul./set. 2019. Disponível em: https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6756/pdf_1. Acesso em: 25 jun. 2024.

NASCIMENTO, Nancy Bernardes do *et al.* Atuação do enfermeiro a pacientes em cuidados paliativos: uma revisão integrativa de literatura. **Revista Nursing**, v. 28, n. 312, p. 9359-9365, 2024. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3207/3905>. Acesso em: 03 mar. 2025.

ROCHA, Renata Carla Nencetti Pereira; PEREIRA, Eliana Ramos; SILVA, Rose Mary Costa Andrade; MEDEIROS, Angelica Yolanda Bueno Bejarano Vale de; MARINS, Aline Miranda da Fonseca. O sentido da vida dos enfermeiros no trabalho em cuidados paliativos: revisão integrativa de literatura. **Rev. eletrônica enfermagem**, v. 22, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/56169>. Acesso em: 23 jun. 2024

10

SHI, H.; SHAN, B.; CHEN, Q.; GUO, F.; ZHOU, X.; SHI, M.; LIU, Y. Prevalence and predictors of compassion satisfaction, secondary traumatic stress, and burnout among Chinese hospice nurses: A cross-sectional study. **Appl Nurs Res.**, v. 69, 151648, fev. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36635005/>. Acesso em: 21 jun. 2024.

ZHANG, J.; TAO, H.; MAO, J.; QI, X.; ZHOU, H. Correlation between nurses' attitudes towards death and their subjective well-being. **Ann Palliat Med.**, v. 10, n.12, p. 12159-12170, dez. 2021. Disponível em: <https://europepmc.org/article/MED/3501648>. Acesso em: 22 de jun. 2024.