



Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem no Brasil: Revisão Integrativa

Mental Health of Nursing Professionals in Brazil: Integrative Review

Monique Marques de Souza

<http://lattes.cnpq.br/5452821966171146>

Resumo

A saúde mental é descrita como o equilíbrio emocional e a capacidade de lidar com os desafios da vida. No entanto, no ambiente de trabalho, o uso de novas tecnologias, a competitividade e as metas ambiciosas podem prejudicar a saúde mental dos profissionais de enfermagem. O presente estudo possui o objetivo de refletir sobre as consequências de uma saúde mental fragilizada dos profissionais de enfermagem do Brasil. A metodologia partiu de uma pesquisa integrativa da literatura, de cunho qualitativo, para isso, foi realizada uma busca na base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, sendo selecionados apenas sete artigos relevantes sobre as consequências da saúde mental prejudicada aos profissionais de enfermagem. Os resultados destacaram a importância de abordar a saúde mental dos profissionais de enfermagem, uma vez que eles lidam com situações de estresse e sofrimento diariamente.

Palavras-chave: Esgotamento Profissional. Profissionais de Enfermagem. Saúde Mental.

Abstract

Mental health is described as emotional balance and the ability to deal with life's challenges. However, in the work environment, the use of new technologies, competitiveness and ambitious goals can harm the mental health of nursing professionals. This study aims to reflect on the consequences of a fragile mental health of nursing professionals in Brazil. The methodology was based on an integrative research of the literature, of a qualitative nature, for this, a search was carried out in the Latin American and Caribbean Literature database in Health Sciences, with only seven relevant articles being selected on the consequences of impaired mental health. to nursing professionals. The results highlighted the importance of addressing the mental health of nursing professionals, since they deal with situations of stress and suffering on a daily basis.

Keyword: Professional Exhaustion. Nursing Professionals. Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O conceito de saúde é mais amplo que a ausência de doença, principalmente, levando em consideração o que pode provocar o surgimento das doenças. A OMS (Organização Mundial da Saúde), em 1946, definiu saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de enfermidade (BRASIL, 2020).

Ademais, a saúde mental é uma das dimensões da saúde, sendo sinônimo de qualidade de vida emocional, ou seja, o equilíbrio entre emoções e sentimentos diante dos desafios, conflitos, mudanças e outros eventos da vida. Estar mentalmente saudável significa estar bem consigo e com os outros indivíduos, conseguir aceitar as situações adversas e saber lidar com emoções boas e ruins, reconhecendo sempre seus limites e buscando ajuda se necessário (BRASIL, 2021).

Na saúde pública, a saúde mental também é abordada, podendo ser definida como um estigma, um sinal de vergonha, infelicidade ou reprovção, que resulta num indivíduo rejeitado pela sociedade, tornado objeto de discriminação e excluído da participação em várias áreas diferentes da comunidade, dificultando até mesmo a procura por uma ajuda profissional (WHO, 2002).

De acordo com o Tribunal Superior do Trabalho (2021), o trabalho é um elemento chave para o bem-estar e uma saúde mental de qualidade, pois possibilita segurança financeira, identidade pessoal e social e oportunidade de contribuir para a comunidade.

Por outro lado, o ambiente de trabalho nas últimas décadas, tem o envolvimento de novas tecnologias, intensa competitividade, concorrência global e cobrança de metas cada vez mais ambiciosas, podendo prejudicar a saúde mental do trabalhador (TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO, 2021).



A Síndrome de *Burnout*¹, conhecida como esgotamento profissional, pode afetar indivíduos que trabalham em diversas áreas. Este distúrbio é caracterizado pela tensão emocional e o estresse causados por condições de trabalho precárias e desgastantes. Além do cansaço, esta reação de estresse costuma ser de longo prazo e também é caracterizada pela ausência do sentimento de realização profissional (HEMOS, 2021).

Prestadores de cuidados de saúde, como profissionais de enfermagem, podem desenvolver distúrbios psiquiátricos de curto e longo prazo importantes após vivenciarem eventos profissionais estressantes. A enfermagem enfrenta desafios incluindo a sobrecarga de serviço, escassez de recursos humanos e materiais, e ainda preocupações com o gerenciamento da própria saúde, e a de seus familiares e pacientes (TOESCHER *et al*, 2020).

Assim sendo, torna-se significativo o teor reflexivo deste estudo acerca dos transtornos psíquicos que acometem os profissionais de enfermagem do Brasil. Diante disso, o presente estudo possui o objetivo de refletir sobre as consequências de uma saúde mental fragilizada dos profissionais de enfermagem do Brasil.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia partiu de uma pesquisa integrativa da literatura, de cunho qualitativo. A revisão integrativa compreende em revisar pesquisas de conteúdos cientificamente significantes para auxiliar em decisões e contribuir para o aperfeiçoamento na prática clínica, permitindo a associação dos conteúdos conhecidos que necessitem ser contemplados em estudos futuros (MENDES, 2008).

O presente estudo foi realizado de acordo com as 6 etapas da revisão integrativa de literatura, que são: identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; interpretação dos resultados; apresentação da revisão/síntese do conhecimento (MENDES, 2008).

Foi realizada uma busca na base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

Onde os critérios de busca e seleção das publicações englobam: artigos com textos por completos acessíveis, disponíveis em português e espanhol, publicados nos últimos 5 anos, e contendo os descritores selecionados Esgotamento Profissional, Profissionais de Enfermagem e Saúde Mental.

Como exclusão, foram retirados artigos que não abrangem ao tema. Assim, sendo selecionados apenas os artigos que responderam a questão de investigação e os critérios de elegibilidade. Ao todo, foram selecionados 123 artigos, aos quais 96 foram excluídos por não atenderem os requisitos de inclusão (publicação a partir do ano 2016, textos em português ou espanhol), sendo 27 incluídos na construção da revisão sistemática e apenas 7 apresentaram estudos relevantes sobre a temática (Figura 1).

Figura 1: Fluxograma com o quantitativo de artigos encontrados e aplicação dos critérios de exclusão.



¹ Esgotamento (O presente termo aparece outras vezes ao longo do artigo).



3. APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

A partir da leitura dos artigos sobre as consequências de uma saúde mental prejudicada dos profissionais de enfermagem do Brasil, foi elaborada a Tabela 1, construída com os tópicos: Autor; Ano; Revista; Título e; Consequências de uma saúde metal prejudicada dos profissionais de enfermagem.

Os resultados da busca por artigos nas bases de dados selecionados foram 123 artigos, sendo que somente 7 atenderam os critérios de consequências de uma saúde mental prejudicada dos profissionais de enfermagem. Abaixo, mostra-se a Tabela 1, referente aos achados.

Tabela 1: Resultados de artigos encontrados. Rio de Janeiro, 2021.

Autor / Ano / Revista	Título	Consequências de uma saúde mental prejudicada dos profissionais de enfermagem
LUZ, D. C. R. P. <i>et al.</i> (2021) Revista <i>Nursing</i> ²	<i>Burnout</i> e saúde mental em tempos de pandemia de COVID-19: revisão sistemática com metanálise	Fadiga, desconforto e desamparo.
OLIVEIRA, A. F. C. <i>et al.</i> (2020) <i>Online Brazilian Journal of Nursing</i> ³	Sofrimento psíquico e a psicodinâmica no ambiente de trabalho do enfermeiro: revisão integrativa	Estresse, depressão, Síndrome de <i>Burnout</i> , suicídio.
ROCHA, L. J. <i>et al.</i> (2019) Revista Brasileira de Medicina do Trabalho	Esgotamento profissional e satisfação no trabalho em trabalhadores do setor de emergência e terapia intensiva em hospital público	Depressão, hipertensão arterial, cefaleia, insônia, irritabilidade, tristeza, desinteresse, apatia e manifestações de ansiedade.
KOBAYASI, D. Y. <i>et al.</i> (2019) <i>Avances en Enfermería</i> ⁴	Sobrecarga, rede de apoio social e estresse emocional do cuidador do idoso.	Depressão, ansiedade, insônia, cansaço mental, baixa concentração, falha da memória, apatia, indiferença emocional.
CRUZ, S. P. D. L. <i>et al.</i> (2019) Revista Latino-Americana de Enfermagem	Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência	Ansiedade, disfunção social e depressão.

2 Enfermagem.

3 Revista Brasileira de Enfermagem Online.

4 Avanços em enfermagem.



RAMOS, C. E. B. <i>et al.</i> (2019) Revista Brasileira de Ciências da Saúde	Impactos da síndrome de <i>Burnout</i> na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde	Cefaleia, cansaço mental, dificuldades de sono, fadiga, irritabilidade, dificuldade de memória e concentração.
FABRI, J. M. G. <i>et al.</i> (2018) Revista Baiana de Enfermagem	Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas	Estresse, problemas de memória, desgaste físico, cansaço, angústia, ansiedade.

Fonte: Autoria Própria, 2021.

Foram encontradas vinte e duas consequências de uma saúde mental prejudicada dos profissionais de enfermagem nos sete artigos evidenciados.

Sendo eles: Ansiedade, em 4 artigos (ROCHA, L. J. *et al.* 2019; KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019; CRUZ, S. P. D. L. *et al.* 2019; FABRI, J. M. G. *et al.* 2018); Depressão, em 4 artigos (OLIVEIRA, A. F. C. *et al.* 2020; ROCHA, L. J. *et al.* 2019; KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019; CRUZ, S. P. D. L. *et al.* 2019); Dificuldade de memória, em 3 artigos (KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019; FABRI, J. M. G. *et al.* 2018); Cansaço, em 3 artigos (KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019; FABRI, J. M. G. *et al.* 2018).

Também, fadiga em 2 artigos (LUZ, D. C. R. P. *et al.* 2021; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019); Insônia, em 2 artigos (ROCHA, L. J. *et al.* 2019; KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019); Estresse, em 2 artigos (OLIVEIRA, A. F. C. *et al.* 2020; FABRI, J. M. G. *et al.* 2018); Apatia, em 2 artigos (ROCHA, L. J. *et al.* 2019; KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019); Cefaleia, em 2 artigos (ROCHA, L. J. *et al.* 2019; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019); Irritabilidade, em 2 artigos (ROCHA, L. J. *et al.* 2019; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019); Baixa concentração, em 2 artigos (KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019; RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019).

Em apenas 1 artigo foram encontrados: Desconforto; Desamparo (LUZ, D. C. R. P. *et al.* 2021); Síndrome de *Burnout*; Suicídio (OLIVEIRA, A. F. C. *et al.* 2020); Hipertensão arterial; Tristeza; Desinteresse (ROCHA, L. J. *et al.* 2019); Indiferença emocional (KOBAYASI, D. Y. *et al.* 2019); Disfunção social (CRUZ, S. P. D. L. *et al.* 2019); Dificuldades de sono (RAMOS, C. E. B. *et al.* 2019); Desgaste físico; Angústia (FABRI, J. M. G. *et al.* 2018).

4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Segundo Gomes e Oliveira (2013), os profissionais de enfermagem são os profissionais que estão mais propensos aos problemas de saúde mental, uma vez que são os que interagem por mais tempo com indivíduos que necessitam de seus cuidados, sendo que as pressões no trabalho contribuem para minar sua saúde mental.

Sousa *et al* (2019), aponta que estudos apresentam os transtornos mentais e comportamentais como causa de aposentadorias por invalidez entre trabalhadores da saúde, responsável por afastamentos de trabalhadores de enfermagem, que exigem maior tempo para recuperação, gerando mais gastos, associados à redução da capacidade para o trabalho.

A ansiedade e a depressão, juntas, formam a dupla do mal do século, acometendo seriamente os profissionais de enfermagem, e não são incomuns. A enfermagem lida com pacientes em situação de dor, sofrimento e morte, e isso abala o emocional desses profissionais (COREN-ES, 2019).

De acordo com Jodas e Haddad (2009), uma das consequências geradas ao aparelho psíquico dos profissionais resulta na síndrome de *burnout*, que é um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhado de sintomas físicos e psíquicos, e que corresponde à resposta emocional às situações de estresse crônico em razão de relações intensas de trabalho.

Compreender a depressão e os riscos para o suicídio, como também os fatores envolvidos, é de extrema importância para os estudos relacionados à saúde do trabalhador. Cabe ressaltar que a prevalência de sintomas depressivos e suicídio, que corresponde ao processo e causas de morte provocados pela própria vítima, é elevada entre os profissionais da saúde. Salienta-se ainda que a prevalência é influenciada pelo estresse do ambiente e processo de trabalho, que interfere significativamente na vida laboral destes profissionais, com impacto na qualidade de vida. (SILVA *et al.*, 2015).



O acúmulo de carga do profissional de enfermagem, que já está sofrendo com um desgaste emocional, pode ser levado a uma situação de suicídio. Por ser silenciosa e, muitas vezes, gerar vergonha para quem sofre, a depressão pode levar a um suicídio quase sempre inesperado (NEVES, 2019).

5. CONCLUSÃO

Os estudos sobre saúde mental dos profissionais de enfermagem são de suma importância. Um assunto que deve ser discutido e não mascarado. Pois, os profissionais de enfermagem podem ter vergonha de seu estado mental prejudicado, estado esse que a sociedade pode interferir negativamente por falta de conhecimento, e não procurar atendimento especializado.

Há muitos fatores no âmbito da enfermagem que podem ocasionar transtornos psíquicos nos profissionais. Aumentando a possibilidade do profissional adquirir alguma doença e um esgotamento profissional.

A procura por um profissional especializado em doenças mentais é vital para o profissional que vive algum transtorno. O tratamento, somado a ajuda e compreensão de pessoas próximas, podem evitar consequências até mesmo irreversíveis, como o suicídio.

REFERÊNCIAS

BRASIL. O que significa ter saúde? **Saúde Brasil**. 2020. Disponível em: <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-que-ro-me-exercitar-mais/o-que-significa-ter-saude>. Acesso em: 30 ago. 2021.

BRASIL. Qualidade de vida e saúde mental em tempos de pandemia da Covid-19: estratégias de cuidado. Minas Gerais, 2021. Disponível em: <https://intranet.policiamilitar.mg.gov.br/conteudobanner/temp/07042021100435261.pdf>. Acesso em: 30 de out. 2021.

COREN-ES. Depressão é realidade entre enfermeiros. 2019. Disponível em: http://www.coren-es.org.br/depressao-e-realidade-entre-enfermeiros_20285.html. Acesso em: 31 de out. 2021.

CRUZ, S. P. L; CRUZ, J. C; CABRERA, J. H; ABELLÁN, M. V. Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** vol.27. Espanha, 2019. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692019000100331. Acesso em: 31 de out. 2021.

FABRI, J. M. G; NORONHA, I. R; OLIVEIRA, E. B; KESTENBERG, C. C. F; HARBACHE, L. M. A; NORONHA, I. R. Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas. **Rev. baiana enferm.** vol.32. Salvador, 2018. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-86502018000100308. Acesso em: 31 de out. 2021.

GOMES, R. K; OLIVEIRA, V. B. Depressão, ansiedade e suporte social em profissionais de enfermagem. **Bol. psicol** vol.63 no.138. São Paulo, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432013000100004. Acesso em: 31 de out. 2021.

JODAS, D. A; HADDAD, M. C. L. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. **Acta paul. enferm.** 22 (2). Londrina, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/Cwm4H8Sf63h4nMHc6HMwZGs/?lang=pt>. Acesso em: 31 de out. 2021.

5

KOBAYASI, D. Y; RODRIGUES, R. A. P; FHON, J. R. S; SILVA, L. M; SOUZA, A. C; CHAYAMITI, E. M. P. C. Sobrecarga, rede de apoio social e estresse emocional do cuidador do idoso. **Avances en Enfermería**. vol.37 no.2. Bogotá, 2019. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002019000200140. Acesso em: 31 de out. de 2021.

LUZ, D. C. R. P; CAMPOS, J. R. E; BEZERRA, P. O. S; CAMPOS, J. B. R; NASCIMENTO, A. M. V; BARROS, A. B. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID -19: revisão sistemática com



metanálise. **Revista Nursing.24 (276): 5714-571.** 2021. Disponível em: <http://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540/1760>. Acesso em: 31 de out. 2021.

MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. D. C. P; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm. vol.17 no.4.** Florianópolis, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 30 de out. 2021.

NEVES, U. Enfermagem é uma das principais categorias a sofrer com o suicídio. **Portal PEBMED.** 2019. Disponível em: <https://pebmed.com.br/enfermagem-e-uma-das-principais-categorias-a-sofrer-com-o-suicidio/>. Acesso em: 31 de out. 2021.

OLIVEIRA, A. F. C; TEIXEIRA, E. R; ATHANÁZIO, A. R; SOARES, R. S. Sofrimento psíquico e a psicodinâmica no ambiente de trabalho do enfermeiro: revisão integrativa. **Online Brazilian Journal of Nursing. vol.19. n. 1.** Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6353/html_2. Acesso em: 31 de out. 2021.

RAMOS, C. E. B; FARIAS, J. A; COSTA, M. B. S; FONSECA, L. C. T. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde. Volume 23 Número 3 Páginas 285-296.** Paraíba, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/P4-43595/27686>. Acesso em: 31 de out. 2021.

ROCHA, L. J; CORTES, M. C. J. W; DIAS, E. C; FERNANDES, F. M; GONTIJO, E. D. Esgotamento profissional e satisfação no trabalho em trabalhadores do setor de emergência e terapia intensiva em hospital público. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho. vol. 17. n. 3.** Belo Horizonte, 2019. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/467/pt-BR/esgotamento-profissional-e-satisfacao-no-trabalho-em-trabalhadores-do-setor-de-emergencia-e-terapia-intensiva-em-hospital-publico>. Acesso em: 31 de out. de 2021.

SILVA, D. S. D; TAVARES, N. V. S; ALEXANDRE, A. R. G; FREITAS, D. A; BRÊDA, M. Z; ALBUQUERQUE, M. C. S; NETO, V. L. M. Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa. **Rev. esc. enferm. USP 49 (6).** Maceió, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/D7Bd3ZsmQkq4FTQ5Cq8FnhP/?lang=pt#>. Acesso em: 01 de nov. 2021.

SOUSA, K. H. J. F; LOPES, D. P; TRACERA, G. M. P; ABREU, A. M. M; PORTELA, L. F; ZEITOUNE, R. C. G. Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico. **Acta Paul Enferm. 32 (1).** Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/NzdtCtsbKQknT-jxg7qGwXrJ/?lang=pt#>. Acesso em: 01 de nov. 2021.

TOESCHER, A. M. R; BARLEM, J. G. T; BARLEM, E. L. D; CASTANHEIRA, J. S; TOESCHER, R. L. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Esc. Anna. Nery 24.** Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/HwhCLFJwBRv9Mdd-qWCw6kmy/?lang=pt#>. Acesso em: 30 de out. 2021.

TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO. Saúde mental no trabalho: a construção do trabalho seguro depende de todos nós. 2021. Disponível em: <https://www.tst.jus.br/web/guest/-/sa%C3%BAde-mental-no-trabalho-a-constru%C3%A7%C3%A3o-do-trabalho-seguro%C2%A0depende-de-todos-n%C3%B3s>. Acesso em: 30 de out. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Relatório mundial da saúde. Lisboa, 2002. Disponível em: https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_po.pdf. Acesso em: 30 de out. 2021.