

## Transtornos mentais, causas e impactos entre profissionais da saúde: uma revisão integrativa

*Mental Disorders, causes and impacts among Health Professionals: an integrative review*

Carolina Boscoly Paiva Melo<sup>1</sup>, Igor Evangelista Melo Lins<sup>2</sup>, Carla Fernanda Dornelas Faria<sup>3</sup>, Larissa de Souza Ferraz<sup>4</sup>, Kelly Ana Sousa<sup>5</sup>, Walter Emmanoel Brito Neto<sup>6</sup>, Lineu Tiago Gonçalves do Nascimento<sup>7</sup>

### RESUMO

A saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (2022) como um estado de bem-estar no qual o sujeito enfrenta os estresses usuais, percebendo as suas competências, de modo a aprender e trabalhar bem, para ser produtivo e contribuir com a comunidade. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura baseando na seguinte pergunta norteadora: quais os principais transtornos mentais e suas possíveis causas que afetam os profissionais da saúde. Após a leitura e análise dos artigos foram definidas as seguintes categorias temáticas: Prevalência dos transtornos mentais em enfermeiros, médicos e residentes que trabalham em hospitais; Impactos da Pandemia na Saúde mental dos profissionais de saúde; Fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento. Os estudos analisados abordaram diversos aspectos relacionados à saúde mental dos profissionais de saúde, com foco especialmente em enfermeiros, médicos e residentes. As temáticas abordadas nestes estudos fornecem subsídios relevantes para o planejamento de intervenções e políticas que visem proteger a saúde mental dos profissionais de saúde em suas atividades laborais. É importante a discussão sobre saúde mental dos trabalhadores da saúde, uma vez que essa população, está exposta a diversas situações que comprometem a qualidade de vida desses profissionais e de seu trabalho.

**Palavras-chave:** Saúde Mental; Profissional da Saúde; Síndrome de Burnout; Ansiedade; Transtornos mentais comuns (TMC).

### ABSTRACT

Mental health is defined by the World Health Organization (2022) as a state of well-being in which the subject faces the usual stresses, realizing their skills, in order to learn and work well, to be productive and contribute to the community. This is an integrative literature review based on the following guiding question: what are the main mental disorders and their possible causes that affect health professionals. After reading and analyzing the articles, the following thematic categories were defined: Prevalence of mental disorders in nurses, doctors and residents working in hospitals; Impacts of the Pandemic on the mental health of healthcare professionals; Risk factors, protective factors and coping strategies. The studies analyzed addressed various aspects related to the mental health of healthcare professionals, focusing especially on nurses, doctors and residents. The themes addressed in these studies provide relevant support for planning interventions and policies that aim to protect the mental health of health professionals in their work activities. It is important to discuss the mental health of healthcare workers, since this population is exposed to various ~situations~ that compromise the quality of life of these professionals and their work.

**Keywords:** Mental health; Health professional; Burnout syndrome; Anxiety; Common mental disorders (CMD).

1- Centro Universitário Frassinetti do Recife  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8774-2853>  
Email: [psi.carolinaboscolypaivamelo@gmail.com](mailto:psi.carolinaboscolypaivamelo@gmail.com)

2 - Universidade Federal do Ceará  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2745-0944>  
Email: [igoormelo73@gmail.com](mailto:igoormelo73@gmail.com)

3- USP-Universidade de São Paulo  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-0098-8930>  
Email: [carla.fdf@gmail.com](mailto:carla.fdf@gmail.com)

4- Centro Universitário Frassinetti do Recife  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4697-2564>  
Email: [larissaf1301@gmail.com](mailto:larissaf1301@gmail.com)

5- Centro Universitário do Maranhão  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0644-1891>  
Email: [kellyanaaraujo43@gmail.com](mailto:kellyanaaraujo43@gmail.com)

6- Centro Universitário Santo Agostinho  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7860-2584>  
Email: [psi.walterbrito@gmail.com](mailto:psi.walterbrito@gmail.com)

7- Universidade do Estado do Pará  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3290-2143>  
Email: [lineutiago@gmail.com](mailto:lineutiago@gmail.com)

## INTRODUÇÃO

A saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (2022a) como um estado de bem-estar no qual o sujeito enfrenta os estresses usuais, percebendo as suas competências, de modo a aprender e trabalhar bem, para ser produtivo e contribuir com a comunidade. Ademais, a saúde mental não é apenas a ausência de transtornos mentais, mas um componente essencial para o bem-estar social e individual, norteando as decisões do sujeito, construindo relações e moldando o mundo ao redor.

O trabalho é conceituado como uma ação em que o sujeito transforma a si mesmo e o ambiente exterior, permitindo o acesso aos bens de consumo, gratificações, permite acesso a conquistas e relevância, pois constantemente os cidadãos são identificados por sua profissão (Silva, 2022). Logo, é notória a influência do trabalho na psique dos indivíduos, tal como a ligação do trabalho e da saúde mental (Zenkner *et al.*, 2020).

Nesse sentido, percebe-se que a saúde mental sofre influência do trabalho, de modo que a Organização Internacional do Trabalho (2022) reconheceu que nos próximos anos haverá maior destaque em relação ao impacto negativo no bem-estar e na saúde mental do trabalhador, acarretando repercussões na produtividade e no desempenho do indivíduo dentro do trabalho. Assim como já acontece com os trabalhadores que são afastados do emprego por causa do seu estado mental, ainda que a contribuição econômica do sujeito no trabalho seja essencial para sua recuperação.

A OMS (2022b) publicou diretrizes sobre saúde mental no trabalho que teve o escopo de trazer uma série de recomendações para a promoção e prevenção da saúde mental no trabalho. Ademais, evidenciou-se no documento que 15% dos trabalhadores possuem algum transtorno mental. Salientando que a ansiedade e a depressão possuem o custo estimado de um trilhão de dólares na economia mundial devido à perda da produtividade.

Devido ao aumento de estudos sobre saúde mental e trabalho, identificou-se uma classe de trabalhadores que sofrem com os mais variados riscos por estarem numa posição de cuidadores são os profissionais de saúde (Zenkner *et al.*, 2020). Segundo Esperidião, Saidel e Rodrigues (2020), essa classe de trabalhadores sofre com demandas, aflições, insatisfação e desconfortos derivados dos seus afazeres, acarretando um aumento da vulnerabilidade psicológica.

Nesse sentido, Pascoal *et al.* (2021) afirmou que a sobrecarga no trabalho é algo vivenciado pelos profissionais de saúde, devido aos fatores de escassez de materiais,

insalubridade, dificuldades de lidar com pacientes usuários de álcool e outras drogas, visão estigmatizada dos funcionários relacionados aos usuários de drogas, violência provocada pelos pacientes, ausência de regulamentação e a perda dos direitos laborais, de modo a ocasionar a ocorrência de transtornos mentais nesses labutadores, como por exemplo a síndrome de *Burnout* (ou do esgotamento profissional).

Outrossim, os profissionais de saúde possuem a incerteza como algo rotineiro em sua atuação, situação que se tornou mais visível no contexto da Covid-19 (Lemos e Wiese, 2023). Com relação ao contexto pandêmico, Ornell *et al.* (2020) constatou que os profissionais de saúde que atuaram na linha de frente foram os mais vulneráveis psicologicamente, o que ocasionou sentimento de tristeza, estresse, irritabilidade, desamparo e fadiga mental. O estudo de Buffon *et al.* (2023) identificou a prevalência de 48,31% da síndrome de Burnout nos profissionais de saúde que atuaram diretamente com os pacientes acometidos de Covid-19. Além disso, Ornell *et al.* (2020) afirmou que os impactos na saúde mental seriam mais intensificados e duradouros no período pós-pandemia, incluindo a ocorrência de transtornos mentais.

Dessa maneira, identificou-se a necessidade de discutir sobre a saúde mental nessa classe trabalhista devido a sua exposição aos variados fatores que influenciam em sua saúde mental. O presente estudo tem como objetivo analisar quais os principais transtornos mentais nos profissionais de saúde e suas possíveis causas.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, método que permite a análise e síntese de pesquisas relevantes e que possibilita conclusões gerais a respeito do estado atual do tema investigado (Mendes, Silveira, Galvão, 2008). Foi elaborada seguindo seis fases distintas: 1) identificação do tema e seleção da hipótese ou questão norteadora; 2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou pesquisa de literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5) interpretação dos resultados; 6) apresentação da revisão/ síntese do conhecimento (Sousa; Marques-vieira; Severino *et al.*, 2017).

A questão de pesquisa foi elaborada por meio da estratégia pico (população, interesse/fenômeno de interesse e contexto) (Santos, Pimenta, Nobre, 2007), definindo como população os profissionais da saúde e como fenômeno de interesse a sua saúde

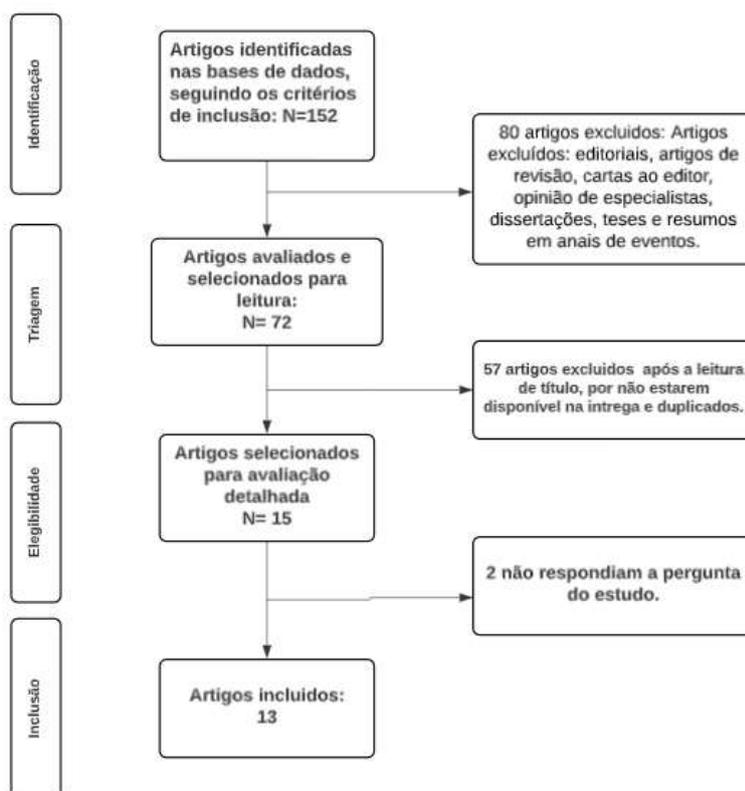
mental. Dessa forma, este estudo foi conduzido pela seguinte questão: quais os principais transtornos mentais e suas possíveis causas que afetam os profissionais da saúde?

O levantamento bibliográfico foi feito no período de fevereiro a março de 2023, nas seguintes bases de dados: Scientific Eletronic Library Online (SciELO), literatura latino-americana e do caribe em ciências da saúde (LILACS) e BDEF Para realizar a busca foram usados os seguintes descritores em português extraídos do "descritores em ciências da saúde" (decs): Saúde Mental; Profissional Da Saúde; Depressão; Síndrome de Burnout.

Incluíram-se estudos primários que respondiam à pergunta norteadora. Consideraram-se elegíveis os artigos publicados em todos os idiomas, entre os anos de 2018 e 2023 para melhor controle de tempo, com texto completo disponível e de acesso aberto. Os critérios de exclusão foram: editoriais, artigos de revisão, cartas ao editor, opinião de especialistas, dissertações, teses e resumos em anais de eventos, que não respondiam essa questão. Artigos duplicados foram considerados uma única vez.

O percurso realizado para esta coleta de dados seguiu quatro fases: identificação, seleção, elegibilidade e inclusão, de acordo com as recomendações do preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses (prisma) (Moher *et al.*, 2009), conforme apresentado na figura 1.

**Figura 1 - Fluxograma de seleção dos estudos primários pela adaptação do fluxograma PRISMA. Brasil, 2023.**



A análise crítica e síntese qualitativa dos estudos selecionados nesta revisão foram fundamentadas na análise de conteúdo de Bardin (2016), seguindo três etapas: a pré-análise - etapa de escolha e ordem do documento(s) a serem analisadas, acarretando na criação das hipóteses, objetivos e critérios para corroborar a análise; a exploração do material - trata-se da análise do documento(s) a partir do uso da metodologia escolhida; e o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação - a etapa de interpretação e sondagem do conteúdo, a partir das categorias temáticas.

Para a categorização dos estudos a fim de estabelecer o nível de evidência dos artigos, adotou-se a classificação: nível I - metanálises e estudos controlados e randomizados; nível II - estudos experimentais; nível III - estudos quase-experimentais; nível IV - estudos descritivos, não experimentais ou qualitativos; nível V - relatos de experiência; e nível VI - consensos e opiniões de especialista (Melnyk, Fineout-Overholt, 2015).

Por se tratar de revisão integrativa, este estudo não foi submetido ao comitê de ética em pesquisa. Entretanto, os princípios éticos nacionais e internacionais foram respeitados, sendo mantidas as ideias dos autores das publicações utilizadas no desenvolvimento deste estudo.

## RESULTADOS

Durante esta revisão, foram escolhidos 13 artigos que se enquadraram nos critérios de inclusão pré-determinados na metodologia. Esses artigos foram organizados em uma tabela, dispostos em ordem decrescente com base no ano de publicação. Além disso, foram fornecidas informações sobre os autores, o ano de publicação, o título do artigo, a revista em que foi publicado e o idioma em que está disponível, tipo de estudo e nível de evidência, conforme apresentado no Quadro 1.

**Quadro 1: Distribuição das referências incluídas na revisão integrativa, de acordo com autores, ano de publicação, título, revista e idioma. Brasil, 2023.**

<b>Autor e ano</b>	<b>Título</b>	<b>Revista/idioma</b>	<b>Tipo de estudo/Nível de evidência</b>
Lima et al., 2023	Fatores associados aos sintomas psicopatológicos	Revista Brasileira de Enfermagem/Português, inglês e espanhol	Estudo transversal / IV

	entre enfermeiros de um hospital universitário		
Ampos et al. 2023	Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas	Escola Anna Nery/ Português	Estudo multicêntrico, descritivo-exploratório / IV
Feitor e e Borges. 2022	Trauma psicológico: Resultados preliminares de um estudo com enfermeiros	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental/Português	Estudo quantitativo, descritivo / IV
Robba, et al. 2022	Impacto na saúde mental de enfermeiros pediátricos: um estudo transversal em hospital pediátrico terciário durante a pandemia de COVID-19.	Revista Latino-Americana de Enfermagem/Português, inglês e espanhol	estudo transversal / IV
Costa, et al. 2022	Burnout Syndrome: an analysis of the mental health of medical residents in a teaching hospital	Revista Brasileira de Educação Médica/Português e inglês	estudo analítico, transversal e quantitativo / IV
Moura, Chavaglia, Coimbra, Araújo, Scárdua, Ferreira, et al.2022	Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência	Acta Paul Enferm/Português e inglês	Estudo observacional, transversal com abordagem quantitativa / IV
Urzal, Nogueira, Moreira, Vian. 2021	Prevalência e Fatores associados a sintomas de Ansiedade, Depressão e Perturbação Pós- Stress Traumático em Profissionais de Saúde durante a Pandemia por COVID-19	Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional online/Português	Estudo observacional transversal/ IV
Pascoal, et al. 2021	Sobrecarga em trabalhadores de saúde de um complexo hospitalar psiquiátrico no Nordeste brasileiro	Escola Anna Nery/Português	Estudo descritivo, exploratório, de abordagem quanti-qualitativa/ IV
Batalha, Melleiros, Queirós e Borges. 2020	Satisfação por compaixão, burnout e estresse traumático secundário em enfermeiros da área hospitalar	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental/Português	Pesquisa quantitativa / IV

Dias e Morais, 2020	Satisfação e <i>engagement</i> . (Re)pensar a saúde e o bem-estar dos enfermeiros	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental /Português	Estudo observacional, quantitativo, descritivo e transversal / IV
Souza, Carvalho, Soares, Varella, Pereira, Andrade. 2020	Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores	SciELO Preprints/Português	Estudo teórico reflexivo / VI
Cruz, Cruz, Cabrera, Abellán. 2019	Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência	<i>Revista Latino-americana De Enfermagem</i> /Português	Estudo descritivo transversal/ IV
Sousa, Lopes, Tracera, Abreu, Portela, Zeitoune. 2019	Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico	Revista Acta Paulista De Enfermagem /Português	Estudo transversal, quantitativo/ IV

Os dados apresentados mostram uma variedade de estudos relacionados à área da saúde, com foco em enfermagem e medicina. As revistas utilizadas para a publicação desses estudos são predominantemente de língua portuguesa, mas algumas também incluem artigos em inglês e espanhol. A maioria dos estudos tem uma abordagem transversal e quantitativa, indicando uma análise pontual de dados em um determinado momento do tempo. Além disso, é possível observar que alguns estudos são descritivos e exploratórios, enquanto outros têm uma abordagem analítica ou teórico-reflexiva.

**Quadro 2: Distribuição dos artigos de acordo com objetivos e as principais conclusões. Brasil, 2023.**

<b>Autor</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusão</b>
Ampos et al., 2023	Analisar as instruções autopercebidas e estratégias utilizadas por trabalhador de enfermagem em unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19 no enfrentamento da pandemia.	A pandemia aumentou a exaustão dos trabalhadores de enfermagem, destacando diferenças na compreensão da origem da exaustão entre as unidades. Evidencia a necessidade de acompanhamento à saúde dos profissionais de enfermagem atuantes na pandemia.
Dias e Morais, 2023.	Avaliar a qualificação profissional e o engajamento dos enfermeiros e identificar variáveis preditores da qualificação profissional e do engajamento, enquanto fatores	Baixa satisfação profissional e engajamento moderado apresentam desafios e práticas inovadoras na gestão de organizações de saúde, com ênfase na otimização das condições

	promotores da saúde e bem-estar dos enfermeiros.	psicossociais para promover a emergência do capital humano.
Lima et al., 2023	Analisar os fatores associados aos sintomas psicopatológicos entre enfermeiros de um hospital universitário	O surgimento de sintomas psicopatológicos tem influenciado no desejo de enfermeiros na busca por outra profissão.
Costa, et al., 2022.	Descrever e analisar a prevalência de esgotamento profissional (burnout) em médicos residentes vinculados a um Hospital de ensino.	Médicos residentes estão expostos a situações estressantes e angustiantes. Mais estudos sobre o tema são necessários.
Feitor e Borges, 2022.	Identificar o nível de trauma psicológico em enfermeiros de um hospital Açoriano e sua relação com variáveis sociodemográficas e profissionais.	Ainda que os níveis de trauma sejam baixos, é necessário informar e apoiar os enfermeiros em relação a eventos adversos no local de trabalho, promovendo ambientes saudáveis e cuidados seguros.
Moura, et al., 2022.	Analisar variáveis sociodemográficas e de trabalho em profissionais de enfermagem atuantes em serviços de atenção às urgências e emergências quanto ao risco de transtorno mental comum.	Condições de trabalho em ambientes de urgência e emergência, especialmente para enfermeiros, favorecem o desenvolvimento de transtornos mentais comuns. Recomenda-se a implantação de estratégias para a promoção da saúde mental dos profissionais.
Robba, et al., 2022.	Avaliar problemas de saúde mental em enfermeiros pediatras durante a pandemia da COVID-19.	Enfermeiros pediátricos enfrentam condições precárias de trabalho e níveis elevados de ansiedade e esgotamento durante uma pandemia. É enfatizada a importância de práticas de colaboração e cuidado psicológico/psiquiátrico.
Pascoal, et al., 2021.	Identificar os aspectos que causam sobrecarga laboral em um complexo psiquiátrico e estratégias para minimizá-la.	Sugere-se a implementação de ações políticas e institucionais que valorizem o trabalho e cuidem da saúde física e mental do trabalhador para promover ambientes de trabalho saudáveis.
Urzal, et al., 2021.	Investigar a prevalência e fatores associados a sintomas de ansiedade, depressão e perturbação pós-estresse traumático em profissionais de saúde portugueses durante a pandemia por COVID-19.	A pandemia está associada a sintomas de ansiedade, depressão e perturbação pós-estresse traumático em profissionais de saúde. Os dados foram elaborados para o planejamento de estratégias de intervenção.
Souza, et al., 2020.	Refletir sobre o contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem na pandemia da Covid-19 e suas repercussões na saúde mental desses profissionais.	A pandemia agravou o cenário e aumentou o potencial de impacto negativo na saúde mental dos profissionais de enfermagem.
Batalha, et al., 2020.	Identificar o nível de Satisfação por Compaixão, Burnout e Estresse Traumático Secundário em enfermeiros portugueses do âmbito hospitalar e analisar a sua variação	São necessárias estratégias que promovam ambientes de trabalho saudáveis para enfermeiros, especialmente relacionados com a gestão do estresse, visando diminuir o Burnout e

	em função das características sociodemográficas e profissionais.	Estresse Traumático Secundário e aumentar a Satisfação por Compaixão.
Sousa, et al., 2019	Verificar as associações entre as variáveis sociodemográficas, laborais e condições de saúde e hábitos de vida e os transtornos mentais comuns entre os trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico.	Os achados das associações permitem inferir que existe uma relação entre os hábitos de vida do trabalhador, sua atividade laborativa e o desfecho evidenciado pelo maior percentual de transtornos mentais comuns. Este estudo contribui com subsídios para propostas de intervenções e ações preventivas para o adoecimento.
Cruz, et al., 2019	Avaliar a influência exercida pelo <i>Burnout</i> e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelo pessoal de saúde do serviço de emergência hospitalar sobre o estado de saúde mental e determinar as características sociodemográficas e laborais.	As dimensões de exaustão emocional e despersonalização, enfrentamento centrado na evitação, ser médico e consumir tabaco diariamente aumentam o risco de se constituir um caso psiquiátrico. A prática de exercício físico diário é um fator de proteção.

Os estudos analisados abordaram diversos aspectos relacionados à saúde mental dos profissionais de saúde, com foco especialmente em enfermeiros, médicos e residentes. Os principais objetivos envolveram a investigação das implicações autopercebidas e estratégias adotadas pelos profissionais durante a pandemia da COVID-19, a identificação de variáveis sociodemográficas e laborais associadas aos transtornos mentais, bem como a avaliação da satisfação profissional desses trabalhadores.

As conclusões destacam a exaustão e o *Burnout* como consequências da pandemia e das condições de trabalho, com ênfase na necessidade de acompanhamento à saúde mental dos profissionais. Além disso, os estudos ressaltam a importância de estratégias para a promoção de ambientes de trabalho saudáveis, visando à prevenção de transtornos mentais e à melhoria da qualidade do cuidado oferecido pelos profissionais.

## DISCUSSÃO

Após a leitura e análise dos artigos foram definidas as seguintes categorias temáticas: Prevalência dos transtornos mentais em enfermeiros, médicos e residentes que trabalham em hospitais; Impactos da pandemia na saúde mental dos profissionais de Saúde; Fatores de risco, fatores de proteção e estratégias de enfrentamento.

### **Prevalência dos transtornos mentais em enfermeiros, médicos e residentes que trabalham em hospitais**

Moura *et al.* (2022) define o TMC como uma expressão usada para designar sintomas não psicóticos, como estresse, ansiedade e depressão caracterizados pela alteração do funcionamento normal do organismo representados por insônia, irritabilidade, fadiga, dificuldade de concentração, esquecimento e queixas somáticas. Os sintomas variam entre os sujeitos e pode haver uma combinação entre eles. Além disto, estão propensos à incapacidade para a atividade laboral. O TMC relaciona-se ao Burnout, prejudicando a saúde física e mental da pessoa, pelas demandas excessivas de energia

Para Cruz *et al.* (2019) o Burnout é uma síndrome psicológica que ocorre como resposta ao estresse crônico laboral. É constituída pela exaustão emocional - diminuição ou perda de recursos emocionais; despersonalização - desenvolvimento de ações negativas em relação aos pacientes; e a falta de realização pessoal - diminuição dos sentimentos de competência e realização no trabalho.

Foram encontrados valores de TMC diferentes nos artigos estudados. Moura *et al.* (2022) relata uma incidência em 20,5% dos profissionais de enfermagem analisados, enquanto Sousa *et al.* (2019) relata uma incidência em 25,7% desses profissionais participantes da pesquisa. Já Batalha *et al.* (2020) encontrou uma prevalência de burnout de 51,2% em seu estudo entre os labutadores analisados.

Contra intuitivamente, Cruz *et al.* (2019) mostrou que a prevalência de Burnout é maior em médicos que trabalham na emergência do que em enfermeiros. Isso devido à responsabilidade do médico frente às emergências, além disso, longas jornadas de trabalho e o status por ser médico acabam causando uma redução da socialização desses profissionais dentro e fora do hospital. Este estudo também mostrou que o tabagismo é um fator que aumenta a prevalência de burnout, enquanto exercício físico é um fator de proteção.

Costa *et al.* (2021) realizou um estudo com 221 residentes matriculados, 102 participaram da pesquisa. Destes, 76,47% apresentaram alto nível em pelo menos um dos três domínios do índice de burnout e 21,57% dos residentes exibiram alto nível de burnout. Esse resultado corrobora o que foi revelado pelo estudo de Pascoal *et al.* (2021) com estagiários em psiquiatria de 22 países: longas horas de trabalho, associados a baixos salários, e pouco tempo disponível para o descanso e lazer favoreceram o desenvolvimento de burnout.

### **Impactos da Pandemia na Saúde Mental dos profissionais de saúde**

Durante a pandemia essas porcentagens tiveram um aumento bastante significativa, como mostrado por Urzal *et al.* (2019), com profissionais da saúde apresentando sintomas

de ansiedade (40,61%), depressão (25,99%) e perturbação pós-stress traumático (20,40%). Também mostrou que enfermeiros e assistentes apresentaram mais sintomas de ansiedade em comparação aos médicos.

Robba *et al.* (2022) mostrou que durante a pandemia, foram significativamente maiores o índice de depressão moderada/grave (74% vs. 16%) e burnout (82% vs. 58%) em enfermeiros com ansiedade do que em seus pares sem essa condição. Maior frequência de burnout foram encontradas em enfermeiros trabalhavam com adolescentes se comparados aos que não tinham esse grupo como foco (77% vs. 32%). Foi encontrado um aumento de 4,6 vezes na ansiedade.

### **Fatores de risco, fatores de Proteção e estratégias de enfrentamento**

Existem evidências de que o desencadeamento destes transtornos nos profissionais de saúde seja multifatorial (Moura *et al.*, 2022), explicando que as doenças mentais costumam ser complexas, o que resulta em diferenças entre as porcentagens de cada transtorno encontrado.

De acordo com os artigos encontrados, resumem-se como fatores de risco: Fatores pessoais - Maior prevalência em mulheres, pessoas jovens, pais, pessoas com pouco estudo e pessoas com insônia, tabagismo; Situacionais - situações negativas e/ou estressantes, tais como sofrer violência do paciente ou de sua família; Organizacionais - hospitais com escassez de insumos, precariedade, baixa autonomia dos profissionais, hospitais ou alas hospitalares que exigem intensa responsabilidade, tais como emergência e psiquiatria, profissionais especializados trabalhando em áreas genéricas, falta de reconhecimento profissional, pouco tempo na organização; Laborais - Dupla jornada de trabalho/ horas de trabalho, alta demanda de pacientes, trabalho intenso, baixo reconhecimento social e baixos salários.

Além dos fatores de risco que tornam os profissionais de saúde vulneráveis aos TMC e ao Burnout, é importante pontuar também os fatores de proteção. Sousa *et al.* (2019), em seu estudo com 90 trabalhadores de enfermagem em um hospital psiquiátrico ressaltou a atividade física e o tempo de lazer como elementos que podem prevenir o desenvolvimento de TMC, além de estimular a interação social. O exercício físico frequente também foi colocado como protetor em estudo realizado com 235 profissionais da saúde do serviço de emergência de hospitais da Espanha (Cruz *et al.*, 2019), bem como a respeito da exaustão emocional de enfermeiras durante a pandemia de Covid-19 no Brasil, que ressalta-se a realização de exercícios físicos como estratégia de combate à exaustão, bem como

atividades de lazer, espiritualidade, práticas de autocuidado, acompanhamento psicológico e apoio familiar (Ampos *et al.*, 2023).

Aspectos como percepção de suporte social e trabalho em equipe foram pontuados como possíveis preditores de satisfação profissional e saúde mental em estudos como os de Dias e Moraes (2023) que buscou investigar os níveis de satisfação de enfermeiros de um hospital português e argumentou que a relação satisfatória entre os pares serve como promotor de um ambiente de trabalho saudável, o que pode repercutir de forma positiva também no bem-estar subjetivo dos funcionários que integram aquela equipe. Tal argumento pode ser embasado pelos estudos de Pascoal *et al.* (2021), que explora a sobrecarga de trabalhadores de saúde em hospital psiquiátrico no Nordeste do Brasil e afirma que, além de prejudicar a assistência ao paciente, conflitos entre membros da equipe e má comunicação favorecem o desenvolvimento do burnout nos profissionais. Ainda assim, mais estudos devem ser realizados para compreender qual a influência da percepção do apoio social na saúde mental dos profissionais de saúde. De toda forma, Souza *et al.* (2021) argumenta a favor da importância do fortalecimento das equipes multiprofissionais, bem como a comunicação inter e intra equipes.

Ademais, é importante citar que a maior parte dos estudos analisados avaliou o sono dos profissionais de saúde, isto devido não só por sua importância na saúde mental, podendo sofrer prejuízo nas TMC e Burnout, causando insônia em diferentes graus, mas também porque assim como já amplamente divulgado, o sono é um fator de grande peso na regulação emocional, podendo ser considerado também um fator de proteção. Assim sendo, acreditamos que esta é uma boa oportunidade de repensar sobre a maioria dos turnos feitos por profissionais da enfermagem, de 36h de trabalho por 12h de descanso. Esta forma de distribuição da jornada de trabalho pode prejudicar o ciclo circadiano destes profissionais, causando assim maior vulnerabilidade emocional. O estudo de Dias *et al.* (2020) revela a importância deste assunto, mostrando que o maior grau de satisfação entre os profissionais de enfermagem foi entre aqueles que tinham turnos fixos.

Com relação às recomendações para lidar com a precária saúde mental dos profissionais de saúde que trabalham no ambiente hospitalar, os textos apontam possíveis soluções no âmbito individual, organizacional e macrossocial. Como medidas individuais podemos citar a importância do autoconhecimento para que o profissional se torne mais atento para o reconhecimento de possíveis sinais e sintomas de síndromes como o Burnout, adoção de hábitos e comportamentos saudáveis, acompanhamento psicoterapêutico e gestão individual de estresse (Batalha *et al.*, 2020).

Alguns artigos enfatizaram a importância da atuação dos gestores hospitalares na promoção de um ambiente de trabalho saudável como, por exemplo: implementação de políticas protetoras da saúde mental; reforço à autonomia dos profissionais ao incentivá-los a participar das decisões importantes referentes à gestão do hospital; desenvolvimento de estratégias de aprimoramento e potencialização das competências específicas e comuns dos profissionais; criação de espaços de escuta qualificada e acolhimento; ações de incentivo a integração de equipes e estímulo à prática de exercício físico (Dias, S. & Morais, C., 2019; Ampos *et al.*, 2023; Lima *et al.*, 2023; Pascoal, *et al.*, 2021). Com relação às considerações de ordem macrossociais podemos citar a precarização da saúde pública, bem como a importância da regulamentação e do fortalecimento dos direitos trabalhistas para os profissionais de saúde (Pascoal *et al.*, 2021; Souza *et al.*, 2021).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os profissionais de saúde estão expostos a diversos fatores estressores, como excesso de trabalho, pressão nas atividades diárias, manejo de pacientes graves, condições de trabalho desfavoráveis, falta de sono e muitas vezes salários baixos. Esses fatores associados resultam em interferência negativa à saúde mental dos trabalhadores da saúde, reduzindo a qualidade dos atendimentos, e levando até mesmo a erros de prescrição. A pandemia da covid-19 intensificou ainda mais o impacto mental, principalmente pelo aumento da carga horária, que levou os profissionais a jornadas de trabalho exaustivas e distanciamento de seus familiares imposto pela quarentena.

É importante a discussão sobre a saúde mental dos trabalhadores da saúde, uma vez que essa população está exposta às diversas situações que comprometem a qualidade de vida e seu trabalho. Essa abordagem ajuda a entender os problemas associados às profissões, o grau da interferência na saúde mental e dá possibilidades para realização de novos estudos que discutam intervenções visando melhorar as condições de trabalho, resultando em benefícios à saúde mental dos trabalhadores e conseqüentemente melhoria na qualidade do serviço prestado aos pacientes.

## REFERÊNCIAS

AMPOS, L. F. et al.. Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas . Escola Anna Nery, v. 27, p. e20220302, 2023.

BARDIN, L. *Análise de Conteúdo*. 1. Ed. 3 reimp. São Paulo: Edições 70, 2016.

BATALHA, E. *et al.* **Satisfação por paixão, burnout e estresse traumático secundário em enfermeiros da área hospitalar**. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, n. 24, p. 25-33, 2020. Disponível em: [https://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602020000200004?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602020000200004](https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602020000200004?script=sci_arttext&pid=S1647-21602020000200004). Acesso em: 18 jul. 2023.

BUFFON, V. A. *et al.*, Prevalência da síndrome de Burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19. *SciELO Preprints*, 2023. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.6079. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/6079>. Acesso em: 8 jul. 2023.

COSTA, J. A. *et al.*, Burnout Syndrome: an analysis of the mental health of medical residents in a teaching hospital. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 1, p. e009, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.1-20210179.ING>. Acesso em: 8 jul. 2023

CRUZ, S. P. *et al.*, Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, p. e3144, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3079-3144>. Acesso em: 8 jul. 2023

DIAS, S.; MORAIS, C. Satisfação e engagement: (Re)pensar a saúde e o bem-estar dos enfermeiros. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. spe7, p. 43-49, out. 2020. Disponível em: [http://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602020000300007&lng=pt&nrm=iso](http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602020000300007&lng=pt&nrm=iso). acessos em 19 jul. 2023. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0246>.

ESPERIDIÃO, E.; SAIDEL, M. G. B.; RODRIGUES, J. Mental Health: Focusing On Health Professionals. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e73supl01, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167.202073supl01>. Acesso em: 8 jul. 2023.

FEITOR, S. A.; BORGES, E. M. N. Trauma psicológico: Resultados preliminares de um estudo com enfermeiros. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. 28, p. 186-196, dez. 2022. Disponível em: [http://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602022000200186&lng=pt&nrm=iso](http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602022000200186&lng=pt&nrm=iso). acessos em 19 jul. 2023. Epub 31-Dez-2022. <https://doi.org/10.19131/rpesm.356>.

LEMOS, G. X.; WIESE, I. R. B.. Saúde Mental e Atuação De Psicólogos Hospitalares Brasileiros na Pandemia da Covid-19. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, p. e250675, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003250675>. Acesso em 9 jul. 2023.

LIMA, S. J. O. A. *et al.* Factors associated with psychopathological symptoms among nurses at a university hospital. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 76, n. 1, p. e20220075, 2023.

MELNYK, B.M. FINEOUT-OVERHOLT, E. Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. 3 ed. Philadelphia: Wolters Kluwer Health; 2015.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. de C. P.; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008.

MOHER, D. *et al.* Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses:: the PRISMA Statement.. Open medicine : : a peer-reviewed, independent, open-access journal, v. 3, n. 2, p. 123-130, 2009. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21603045/>. Acesso em: 7 jul. 2023.

MOURA, R. C. D. *et al.* Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, p. eAPE03032, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO03032>. Acesso em: 8 de jul. 2023

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. International Labour Organization [Internet]. WHO and ILO call for new measures to tackle mental health issues at work; 28 set. 2022. Disponível em: [https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_856821/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_856821/lang--en/index.htm). Acesso em: 8 jul. 2023

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. World Health Organization (WHO) [Internet]. Guidelines on mental health at work; 28 set. 2022a. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052>. Acesso em: 8 jul. 2023

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. World Health Organization (WHO) [Internet]. Mental Health. 17 jun. 2022b. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 10 jul. 2023.

ORNELL, F. *et al.* The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 4, p. e00063520, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00063520>. Acesso em: 07 jul. 2023.

PASCOAL, F. F. S. *et al.* Sobrecarga em trabalhadores de saúde de um complexo hospitalar psiquiátrico no Nordeste brasileiro. **Escola Anna Nery**, v. 25, n. 4, p. e20210018, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2021-0018>. Acesso em: 07 jul. 2023.

ROBBA, H.C.S., *et al.* Impacto na saúde mental de enfermeiros pediátricos: um estudo transversal em hospital pediátrico terciário durante a pandemia de COVID-19. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, p. e3583, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5750.3583>. Acesso em: 7 de jul. 2023

SANTOS, C.M.C.; PIMENTA, C.A.M.; NOBRE, M.R.C. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 15, n. 3, p. 508–511, jun. 2007.

SILVA, M.F.A. **SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO**: como está a saúde dos profissionais da área de gestão de pessoas que trabalham nos serviços de saúde?. 2022. 61 f. TCC (Graduação) - Curso de Administração, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, João Pessoa, 2022. Disponível em: <http://repositorio.ifpb.edu.br/jspui/handle/177683/2256>. Acesso em: 07 jul. 2023.

SOUSA, K.H.J.F. *et al.* Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, n. 1, p. 1–10, jan. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201900002>. Acesso em: 8 jul. 2023

SOUSA, LM; MARQUES-VIEIRA, C; SEVERINO, SS. *et al.* Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. Rev Inv Enferm. 2017; Série II(21): 17-26.

SOUZA, N. V. D. O., *et al.* Nursing work in the COVID-19 pandemic and repercussions for workers' mental health. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, n. spe, p. e20200225, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200225>. Acesso em 6 jul. 2023

URZAL, M. F. *et al.* Prevalência e Fatores associados a sintomas de Ansiedade, Depressão e Perturbação Pós-Stress Traumático em Profissionais de Saúde durante a Pandemia por COVID-19. **Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional Online**, [s. l], v. 11, p. 1-23, 26 jul. 2021. Disponível em: <https://www.rpso.pt/prevalencia-e-fatores-associados-a-sintomas-de-ansiedade-depressao-e-perturbacao-pos-stress-traumatico-em-profissionais-de-saude-durante-a-pandemia-por-covid-19/>. Acesso em: 07 jul. 2023.

ZENKNER, KV *et al.* Saúde mental dos profissionais da saúde: o adoecimento de quem se dedica a cuidar a doença do outro. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 9, n. 7, p. 1-15, 16 jun. 2020. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4747>. Acesso em: 07 jul. 2023.