



Igor Garcia Trizzine

Lydia Alves da Silva Jacome

Marcos V. B. C. Barriento

Nivea Kusper Kuznierz Donner

Stephany Vitória Servo

SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA ÁREA DA ENFERMAGEM

MONGAGUÁ - SP

2025

Igor Garcia Trizzine

Lydia Alves da Silva Jacome

Marcos V. B. C. Barriento

Nivea Kusper Kuznierz Donner

Stephany Vitória Servo

SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA ÁREA DA ENFERMAGEM

T.C.C Apresentação a ETEC Adolpho Berezin como parte dos requisitos para obtenção do título de Técnico de Enfermagem sobre orientação da Profº Gabriella T.L.L e Silva.

MONGAGUÁ - SP

2025

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus por ter nos acalmado nos momentos de angústia e pedimos a ele que nos ilumine, para que os conhecimentos obtidos sejam empregados com sabedoria para a transformação de um mundo melhor.

RESUMO

A saúde mental dos profissionais de enfermagem tem sido cada vez mais afetada pelas exigências da profissão, como longas jornadas e contato frequente com o sofrimento dos pacientes. Esses fatores podem comprometer o bem-estar psicológico dos trabalhadores e, consequentemente, a qualidade da assistência prestada.

A relevância desse tema se evidencia na necessidade de promover um ambiente de trabalho mais saudável e acolhedor para os profissionais da saúde. Medidas como a redução da carga horária excessiva, a oferta de suporte psicológico e a implementação de políticas de bem-estar podem contribuir significativamente para a melhoria das condições de trabalho.

Além disso, estratégias de enfrentamento do estresse e programas de promoção da saúde mental devem ser incentivados dentro das instituições de saúde. O cuidado com a saúde mental dos trabalhadores da saúde não beneficia apenas os próprios profissionais, mas também os pacientes e toda a estrutura do sistema de saúde. Profissionais emocionalmente equilibrados têm maior capacidade de tomar decisões assertivas, lidar com adversidades

e oferecer um atendimento mais humanizado.

ABSTRACT

The mental health of nursing professionals has been increasingly affected by the demands of the profession, such as long work hours and frequent contact with patients' suffering. These factors can compromise their psychological well-being and, consequently, the quality of care provided.

The relevance of this topic is evident in the need to promote a healthier and more welcoming work environment for healthcare professionals. Measures such as reducing excessive workloads, offering psychological support, and implementing well-being policies can significantly contribute to improving working conditions.

Furthermore, stress-coping strategies and mental health promotion programs should be encouraged within healthcare institutions. Caring for the mental health of healthcare workers benefits not only the professionals themselves, but also the patients and the entire healthcare system. Emotionally balanced professionals are better able to make assertive decisions, deal with adversity, and provide more humane care.

Sumário

1.	INTRODUÇÃO	10
2.	JUSTIFICATIVA	12
3.	OBJETIVOS	13
3.1	GERAL	13
3.2	ESPECÍFICOS	13
4.	METODOLOGIA.....	13
5.	CONCLUSÃO	13
6.	BIBLIOGRAFIA.....	14

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais da área da saúde tem sido uma preocupação crescente, impulsionado não apenas pela pandemia de COVID-19, mas também por desafios estruturais que já existiam há décadas, especialmente devido às intensas demandas e desafios enfrentados no exercício de suas funções.

A rotina desses trabalhadores é marcada por jornadas exaustivas, com um contato constante a situações de sofrimento e morte, alta carga emocional e, muitas vezes, condições inadequadas de trabalho. Esses fatores, quando combinados, contribuem para o desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e síndrome de Burnout. Esses trabalhadores lidam diariamente com situações de grande pressão, que envolvem desde a alta carga horária até o contato constante com o sofrimento humano.

Embora a pandemia tenha intensificado esse quadro, tornando mais evidentes as dificuldades enfrentadas pela categoria, a sobrecarga mental desses profissionais é um problema crônico, que persiste independentemente de contextos de crise sanitária. Essa realidade pode gerar impactos significativos em seu bem-estar psicológico, comprometendo tanto sua qualidade de vida quanto a qualidade do atendimento prestado aos pacientes.

Entre os principais fatores que afetam a saúde mental desses profissionais, destacam-se:

- Estresse ocupacional;
- Sobrecarga de trabalho;
- Responsabilidade inerente às suas funções.

Além disso, a necessidade de tomar decisões rápidas e lidar com emergências médicas críticas pode aumentar ainda mais a tensão emocional. Com o tempo, essas condições podem levar a transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, tornando o ambiente de trabalho um fator de risco para a saúde mental.

Diante desse cenário, este trabalho se justifica pela necessidade de aprofundar a discussão sobre os impactos da sobrecarga mental nos profissionais da saúde e buscar estratégias eficazes para minimizar seus efeitos. A implementação de políticas públicas que garantam melhores condições de trabalho, apoio psicológico contínuo e reconhecimento profissional é essencial para preservar a saúde desses trabalhadores e garantir a qualidade dos serviços de saúde prestados à população.

Dessa forma, investir na saúde mental desses trabalhadores é fundamental para garantir um serviço de qualidade e evitar prejuízos, tanto individuais quanto institucionais.

2. JUSTIFICATIVA

A saúde mental dos profissionais da saúde já apresentava sinais alarmantes antes da pandemia. Em 2018, apenas 18% dos brasileiros viam a saúde mental como uma preocupação significativa, mas esse número subiu para 49% em 2022, de acordo com o Instituto Ipsos. Um levantamento do Instituto Qualisa de Gestão (IQG), realizado entre 2020 e 2021 com 1.500 enfermeiros, mostrou que 69,1% sentiam baixa realização profissional, e 18% desenvolveram sintomas da síndrome de Burnout. Essa situação destaca a necessidade urgente de implementar políticas públicas que garantam melhores condições de trabalho e suporte psicológico contínuo.

Outro estudo relevante conduzido pelo Coren-SP em 2022, mostrou que 62,1% deles desenvolveram sofrimento mental desde o início da pandemia, sendo que 70,2% apresentaram sintomas físicos, como tonturas, fraqueza, dores e dificuldade para respirar, além de 64,5% relatarem sintomas emocionais graves, como medo, culpa e esgotamento mental, 71,4% associaram o sofrimento à sobrecarga de trabalho. A Organização Mundial da Saúde (OMS) prevê um déficit de 1,8 milhões de trabalhadores da enfermagem nas Américas até 2030, um problema que pode ser agravado pela exaustão emocional. Um estudo na Espanha, antes da pandemia, revelou que 84% das enfermeiras da região de Múrcia sofriam de estresse e ansiedade, e 49% consideravam deixar a profissão.

Profissionais de enfermagem estão expostos diariamente a fatores físicos e mentais ligados à complexidade do cuidado a pacientes graves, o que pode levar à vários fatores de riscos psicológicos. Condições de trabalho precárias, conflitos internos, cobranças de instituições e familiares dos pacientes aumentam o risco de sobrecarga mental e até suicídio.

Estudos revelaram que enfermeiros apresentam alto risco para o suicídio. Registros apontam que em alguns países o risco de suicídio entre os enfermeiros é maior do que na população geral. Aproximadamente 36 mil profissionais de enfermagem que foram escritos na pesquisa sofrem com depressão;

O desenvolvimento dessa síndrome decorre de um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhados de sintomas físicos e psíquicos. O trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e faz com que as coisas já não tenham mais importância.

3. OBJETIVOS

3.1 GERAL

- Orientamos e conscientizamos sobre as divergências em relação a saúde mental dos profissionais da Enfermagem e a importância do autocuidado.

3.2 ESPECÍFICOS

- Informamos sobre os canais de acolhimento;
- Identificamos e acolhemos os profissionais.

4. METODOLOGIA

Foi elaborado banners contendo informações sobre autocuidado, canais de acolhimento e informações sobre distúrbios psicológicos que mais afetam os profissionais de enfermagem.

Em campo, abordamos os profissionais da área da enfermagem com informativos, orientando e conscientizando a importância dos cuidados a saúde mental.

5. CONCLUSÃO

Concluímos que os profissionais de enfermagem ainda não dispõem de suporte psicológico adequado em suas instituições de trabalho. Essa lacuna contribui para o desenvolvimento de doenças e transtornos de ordem psicológica. Mas diante de situações de desamparo como esta, onde esses trabalhadores apresentam dificuldades em identificar canais de apoio e frequentemente não sabem a quem recorrer, torna-se fundamental o compartilhamento de informação correta. O incentivo a práticas de promoção e cuidado com a saúde mental, serve para modificar a realidade e fortalecer o bem-estar desses profissionais, pois, investir na saúde mental de enfermagem é investir na qualidade da assistência prestada.

6. BIBLIOGRAFIA

SOUZA, K. R. de; et al. Saúde mental dos trabalhadores da saúde na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 3, 2021.

DAL'BOSCO, E. B.; et al. Saúde mental de profissionais da saúde durante a pandemia. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, supl. 2, 2020.

MORAES, P.; COSTA, L. F. Fatores estressores relacionados ao trabalho em profissionais de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 52, 2018.

CARVALHO, D. B.; et al. Burnout em profissionais de enfermagem: fatores associados e consequências. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 29, 2021.

SITES CONSULTADOS

BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE <https://bvsms.saude.gov.br/>

MINISTÉRIO DA SAÚDE [https://brasil.un.org/pt-br/201450-oms-e-oit-publicam-novas-diretrizes-sobre-sa%C3%BAde-mental-no-trabalho#:~:text=Publicada%20nesta%20quarta%2Dfeira%20\(28\)%2C%20as%20novas%20diretrizes,outras%20fatores%20que%20criam%20ang%C3%BAstia%20no%20trabalho.](https://brasil.un.org/pt-br/201450-oms-e-oit-publicam-novas-diretrizes-sobre-sa%C3%BAde-mental-no-trabalho#:~:text=Publicada%20nesta%20quarta%2Dfeira%20(28)%2C%20as%20novas%20diretrizes,outras%20fatores%20que%20criam%20ang%C3%BAstia%20no%20trabalho.)

MINISTÉRIO DA SAÚDE FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ
<https://campusvirtual.fiocruz.br/portal/?q=node/11915>

MINISTÉRIO DA SAÚDE FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svs/saude-do-trabalhador/saude-mental-dos-trabalhadores-dos-servicos-de-saude>