

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE IPORÁ- UNIPORÁ  
GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**SINTIA SOUSA DUARTE  
TATIANE PINHEIRO MEDEIROS**

**O AGRAVO DE SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM NO ÂMBITO HOSPITALAR.**

**IPORÁ-GO  
2023**

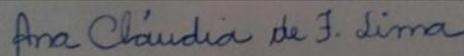
**SINTIA SOUSA DUARTE  
TATIANE PINHEIRO MEDEIROS**

**O AGRAVO DE SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM NO ÂMBITO HOSPITALAR.**

Artigo apresentado à Banca Examinadora do Curso de Graduação em Enfermagem Do Centro Universitário de Iporá- UNIPORÁ como exigência parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

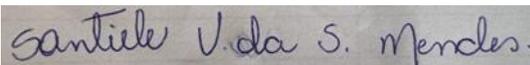
Orientador: Prof.<sup>a</sup> M.a Ana Cláudia de Faria Lima

**BANCA EXAMINADORA**



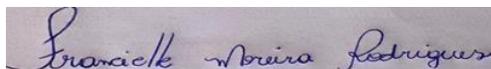
---

Professora Ana Cláudia de Faria Lima  
Presidente da Banca e Orientadora



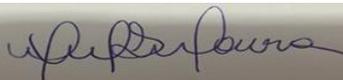
---

Professora Santiele V. da S. Mendes



---

Professora Franciele Moreira Rodrigues



---

Professor (a) Lorena Marques da Silva Moura

**IPORÁ-GO**

**2023**

# O AGRAVO DE SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NO ÂMBITO HOSPITALAR

Ana Cláudia de Faria Lima<sup>1</sup>

Tatiane Pinheiro Medeiros<sup>2</sup>

Sintia Sousa Duarte<sup>3</sup>

**RESUMO:** O presente trabalho abordou sobre o agravo da saúde dos profissionais de enfermagem. O objetivo geral consiste em analisar os fatores que contribuem para o agravamento da saúde dos profissionais de enfermagem, visando compreender os desafios e impactos na qualidade de vida e desempenho profissional. E, os objetivos específicos são: identificar as principais fontes de estresse e pressão relacionadas ao ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem; investigar os impactos psicológicos e físicos decorrentes das condições laborais adversas na saúde dos profissionais de enfermagem e propor estratégias e políticas de apoio e intervenção para promover a saúde mental e física desses profissionais, visando melhorar o ambiente de trabalho e garantir o bem-estar da equipe de enfermagem. Este estudo é justificado pela fundamental atuação dos profissionais de enfermagem nos cuidados de saúde, que enfrentam situações complexas e estressantes, lidando com a dor, o sofrimento e as demandas emocionais dos pacientes, o que pode ter um impacto significativo em sua saúde mental. A pesquisa foi realizada por meio de uma abordagem qualitativa, analítica, descritiva e exploratória, com coleta e análise de dados provenientes de pesquisa bibliográfica. Constatou-se que fatores como salário justo, horários adequados, autonomia no trabalho, tempo para lazer e família, bem como valorização da profissão, afetam consideravelmente o desempenho do profissional de enfermagem.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde mental. Profissionais. Enfermagem.

## INTRODUÇÃO

O agravamento da saúde dos profissionais da saúde tem sido uma preocupação crescente nos últimos anos. Enquanto esses profissionais se dedicam a cuidar da saúde dos outros, muitas vezes enfrentam desafios significativos em relação à sua própria saúde mental. O estresse, a pressão e as demandas emocionais

associadas ao trabalho na área da saúde podem levar a consequências sérias para a saúde mental desses profissionais (VENTURA, et. al., 2020). Dessa forma, destaca-se que o presente trabalho abordou sobre o agravamento da saúde mental dos profissionais de enfermagem.

Assim, é importante destacar que a natureza intrinsecamente exigente do trabalho na área da saúde sobrecarrega emocionalmente os profissionais. Diariamente, aqueles que atuam na área de saúde se deparam com situações traumáticas, dor e o sofrimento humano. A tomada de decisões difíceis e imediatas, que têm o potencial de impactar diretamente a vida das pessoas, é uma pressão constante que enfrentam. Além disso, são frequentemente expostos a cenários que envolvem violência, abuso e morte, eventos que podem causar profundos impactos emocionais. Considerando esse contexto, o presente estudo busca responder à seguinte questão central: Qual é a causa subjacente do agravamento da saúde mental entre os profissionais de enfermagem?

Nesse sentido, a hipótese formulada é que os profissionais da saúde estão sujeitos a longas jornadas de trabalho, frequentemente carecem de tempo para um descanso adequado e enfrentam uma carga de trabalho intensa. A falta de recursos e um sistema de saúde sobrecarregado acentuam o estresse e a pressão sob os ombros desses profissionais. A responsabilidade constante de proporcionar cuidados de alta qualidade em um ambiente desafiador gera uma sobrecarga. É importante ressaltar que esse problema é agravado por fatores externos, como a situação do sistema de saúde (BRASIL, 2020).

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GERAL:**

Analisar os fatores que contribuem para o agravamento da saúde dos profissionais de enfermagem, visando compreender os desafios e impactos na qualidade de vida e desempenho profissional.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

-Identificar as principais fontes de estresse e pressão relacionadas ao ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem.

- Investigar os impactos psicológicos e físicos decorrentes das condições laborais adversas na saúde dos profissionais de enfermagem.
- Propor estratégias e políticas de apoio e intervenção para promover a saúde mental e física desses profissionais, visando melhorar o ambiente de trabalho e garantir o bem-estar da equipe de enfermagem.

## **METODOLOGIA**

De acordo com Demo (2008), o processo de pesquisa é uma etapa essencial na "descoberta e criação" do conhecimento. O autor destaca a importância de reunir dados e informações sólidos que sirvam como base para a abordagem do assunto, garantindo, assim, a consistência e realismo da pesquisa. Isso requer uma exploração abrangente das explicações relacionadas ao tema, abrangendo diversas perspectivas e pontos de vista.

Neste contexto, o presente estudo foi conduzido utilizando uma abordagem qualitativa que inclui elementos analíticos, descritivos, exploratórios e um estudo de caso. A coleta e análise de dados envolveram tanto pesquisa bibliográfica quanto pesquisa de campo.

Minayo (2001) ressalta a relevância da pesquisa bibliográfica, que é um procedimento fundamental para compreender a realidade em estudo e sua "carga histórica". Ela faz parte do tipo de pesquisa que conduz uma série organizada de etapas na busca contínua por soluções aos problemas específicos relacionados ao objeto de estudo.

O uso dessas abordagens metodológicas combinadas permitiu uma análise aprofundada e abrangente do tema, fornecendo uma base sólida para a pesquisa e a busca de soluções para os problemas identificados (GIL, 2008). O estudo buscou considerar diversas perspectivas, proporcionando uma visão mais completa e contextualizada da questão em análise.

A condução da pesquisa bibliográfica foi fundamentada na análise de artigos, livros, revistas, resumos e e-books obtidos em fontes diversas, incluindo o portal Periódicos Capes, Science Direct, Scielo, Google Acadêmico e Anvisa. Essa abordagem permitiu uma ampla e aprofundada compreensão do objeto de estudo, enriquecendo a pesquisa com informações relevantes provenientes de fontes confiáveis. A seleção priorizou documentos científicos dos últimos cinco anos, assegurando a atualidade e relevância dos dados.

Ademais, a pesquisa de campo foi realizada por meio de entrevistas com dezesseis profissionais de enfermagem na região de Iporá, Goiás. Essa etapa proporcionou uma compreensão mais prática e empírica dos desafios e percepções dos profissionais no contexto real de trabalho, enriquecendo a pesquisa com insights valiosos e casos concretos.

No processo de busca por literatura, foram consideradas palavras-chave diretamente relacionadas ao tema, tais como saúde mental, enfermagem e transtornos mentais. Esse enfoque específico possibilitou uma otimização do tempo na seleção e revisão dos artigos, garantindo que os periódicos consultados fossem pertinentes e contribuíssem de forma significativa para o desenvolvimento do estudo e o alcance dos objetivos propostos inicialmente.

## **JUSTIFICATIVA**

Justifica-se o estudo em virtude da importância vital dos profissionais de enfermagem na prestação de serviços de saúde. Eles desempenham um papel fundamental, fornecendo cuidados diretos aos pacientes. Estão na linha de frente, lidando com a dor, o sofrimento e as demandas emocionais dos pacientes diariamente. A exposição constante a situações complexas e estressantes pode afetar significativamente a saúde mental desses profissionais (BRASIL, 2020).

É crucial salientar que o bem-estar dos profissionais de enfermagem está intrinsecamente ligado à qualidade do atendimento aos pacientes. A exaustão emocional, o estresse e a sobrecarga de trabalho podem impactar negativamente a capacidade de desempenho e tomada de decisões desses profissionais. Isso, por sua vez, pode comprometer a qualidade e a segurança dos serviços de saúde prestados aos pacientes. Logo, o investimento na saúde mental dos profissionais de enfermagem é fundamental para garantir a excelência na qualidade e na segurança dos serviços de saúde (VENTURA, et. al., 2020).

Este estudo se baseou em uma revisão de literatura criteriosa, que permitiu aprofundar o entendimento dos tópicos abordados. As análises de diversos autores foram comparadas, e discussões substanciais foram realizadas para contextualizar a proposta.

## 1. SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Segundo a Associação Americana de Psiquiatria (2018), um transtorno mental se trata de uma síndrome que tem por característica a perturbação clínica do sistema cognitivo, ou seja, o indivíduo apresenta uma disfunção biológica e psicológica fazendo com que essa pessoa tenha uma vida conturbada o que interfere diretamente na sua qualidade de vida, pois dificulta o relacionamento interpessoal e causa alterações na autoestima.

Conforme destacado por Souza, Souza (2020), os transtornos psicológicos, em particular a depressão e a ansiedade, quando não tratados de forma adequada, podem ter um impacto significativo na qualidade de vida do indivíduo afetado. Além disso, esses transtornos também repercutem nas vidas dos familiares e amigos que convivem com a pessoa afetada. Portanto, a importância de abordar e tratar esses transtornos de maneira eficaz vai além do indivíduo diretamente afetado, estendendo-se às suas relações interpessoais e ao convívio social. É crucial promover o entendimento, a conscientização e o tratamento adequado desses transtornos, a fim de melhorar a qualidade de vida e bem-estar de todos os envolvidos.

Neste sentido, Barros (2020) complementa mencionando que o transtorno de ansiedade possui vários sintomas característicos, sendo:

Uma resposta normal de conjuntura que podem gerar medo, apreensão, dúvida ou expectativa. Assim a ansiedade causa sintomas como dores no peito, fadiga, palpitações, distúrbio do sono, quando esses sintomas se manifestam trazem sofrimento e prejuízo na vida social, profissional ou acadêmica do indivíduo, a doença pode ser definida como sensação de perigo iminente (BARROS, 2020, p.2).

Conforme salientado por Saldel et. al. (2020), a depressão se manifesta por meio de uma variedade de sintomas predominantes, incluindo alterações no humor, distúrbios do sono, sentimentos persistentes de tristeza e alterações no apetite. O autor destaca que a comorbidade da depressão pode ser desencadeada por diversos fatores, como eventos de luto, mudanças significativas no estilo de vida, agitação, dificuldade de concentração, fadiga, o uso de certos medicamentos, bem como desequilíbrios hormonais. É fundamental compreender a complexidade desses fatores desencadeadores a fim de oferecer um tratamento abrangente e eficaz para aqueles que sofrem com a depressão.

Dessa forma, conforme mencionado pela Associação de Ansiedade e Depressão da América (ADAA, 2017), para ser considerado um distúrbio os sintomas da depressão precisam estar presentes por no mínimo duas semanas, afetando a dinâmica social, amorosa, familiar, acadêmica e no trabalho.

Em um contexto mais atual, segundo Peçanha (2020), a COVID-19 alterou toda a dinâmica de vida da população em todo o mundo, pois diminuiu consideravelmente o convívio social, o que propiciou o aumento da solidão, assim, de acordo com os profissionais é importante salientar que quando se trata de depressão moderada a grave o melhor tratamento é a combinação de medicamentos com o acompanhamento psicológico, no entanto, a prática de atividade física foi considerada uma forma eficiente de complemento no combate dos transtornos mentais.

Conforme Schmidt et. al. (2020), a ansiedade pode ser definida como uma emoção recorrente, sinal de alerta em resposta a situações percebidas como ameaçadoras, caracterizada por um estado de tensão que desencadeia uma excitação emocional. O autor ressalta que, quando exacerbado, esse transtorno pode desencadear sintomas mais graves, como dores no peito e dificuldade respiratória, impactando negativamente a capacidade de realizar atividades cotidianas e comprometendo significativamente a vida do indivíduo.

Além disso, é crucial enfatizar, conforme Saidel et. al., (2020), que no contexto contemporâneo, a disseminação da pandemia de COVID-19, em virtude da aceleração da troca de informações devido à globalização, intensificou a disseminação de notícias sobre mortes e enfermidades. Isso amplificou ainda mais os sintomas em pessoas que já manifestavam sinais de distúrbios mentais antes da propagação do vírus. Diante desse cenário, os profissionais da área passaram a buscar atividades que pudessem ser realizadas no ambiente familiar, visando promover o bem-estar, melhorar a saúde e controlar os distúrbios mentais que estavam impactando a vida de inúmeras pessoas.

Assim, ressalta-se que os profissionais de enfermagem desempenham um papel essencial na prestação de cuidados de saúde, enfrentando desafios diários e lidando com situações complexas. Infelizmente, essas demandas podem levar ao desenvolvimento de transtornos mentais, afetando negativamente a saúde e o bem-estar desses profissionais. Diversas causas contribuem para essa problemática, e é importante compreendê-las para buscar soluções efetivas (SOUZA, SOUZA, 2020).

Dessa forma, uma das principais causas dos transtornos mentais em profissionais de enfermagem é o estresse ocupacional. A natureza desafiadora e imprevisível do trabalho nessa área pode gerar uma carga emocional intensa. O contato diário com a doença, a dor e a morte pode desencadear sentimentos de tristeza, angústia e impotência. Além disso, a sobrecarga de trabalho, as longas jornadas e a pressão para cumprir prazos podem aumentar ainda mais o nível de estresse, tornando-os mais propensos a transtornos mentais, como ansiedade e depressão (AHMED, 2020).

Neste sentido, a exposição frequente a eventos traumáticos também desempenha um papel significativo no agravamento da saúde mental dos profissionais de enfermagem. Lidar com situações de emergência, acidentes graves e mortes pode causar um impacto emocional profundo. O constante confronto com o sofrimento humano pode levar ao desenvolvimento de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e outros transtornos relacionados, afetando negativamente a saúde mental desses profissionais. (SCHMIDT, 2020).

Ressalta-se ainda que a falta de recursos adequados e de apoio também é uma causa importante dos transtornos mentais em profissionais de enfermagem. A escassez de pessoal, a falta de equipamentos e a sobrecarga de tarefas podem levar a uma sensação de desamparo e exaustão. A ausência de suporte emocional e a falta de um ambiente de trabalho saudável e colaborativo contribuem para o aumento do estresse e do risco de desenvolver transtornos mentais. (SAIDEL et. al., 2020).

Adicionalmente, a cultura de trabalho desfavorável desempenha um papel significativo na saúde mental dos profissionais de enfermagem. A falta de reconhecimento, a competição excessiva, a pressão por resultados e a falta de comunicação efetiva podem criar um ambiente tóxico e estressante. (AHMED, 2020).

Conforme Saidel et. al., (2020), a saúde mental está intrinsecamente ligada ao bem-estar tanto do corpo quanto da mente. Isso significa que uma pessoa que desfruta de uma boa saúde mental é capaz de exercer controle sobre suas emoções e seu estado psicológico. Além disso, ela é capaz de cultivar a felicidade em relação à sua autoimagem e, igualmente importante, possui as ferramentas necessárias para lidar com as tensões e o estresse do dia a dia.

Neste sentido, ressalta-se que a saúde mental para os profissionais de saúde tornou-se algo imprescindível, pois profissionais que trabalham diariamente sobre pressão e a exaustão física e psicológica que consiste na falta de energia para lidar

com situações afetando o indivíduo de forma psíquica, com os sentimentos de solidão, irritabilidade, impaciência, desesperança, tensão; e também de forma física, podendo o sujeito estar mais suscetível a doenças como dor lombar ou cervical, náuseas, cefaleia e distúrbios do sono. (BALABAN; SILVA, 2020).

Existe uma certa dificuldade em observar e diagnosticar síndromes e sintomas psicológicos. Muitas situações que são procedentes da mente, acabam sendo classificadas com julgamentos de valores (preguiça, sem vergonha), sendo assim, a saúde mental dos profissionais de saúde se tornou um problema de saúde pública, tendo em vista sua importância no contexto. (BALABAN; SILVA, 2020).

Dessa forma, um profissional com boa saúde mental é capaz de identificar suas emoções e administrá-las de forma que possam ser usadas para benefício próprio, ou seja é capaz de compreender suas próprias emoções e as emoções dos indivíduos ao seu redor, o que conseqüentemente ajuda na tomada de decisão mais assertiva e na construção de relações mais sólidas e equilibradas. (BARROS, 2020).

Conforme a argumentação de Saidel (2020, p. 4), a saúde mental pode ser compreendida como "um conjunto de habilidades que possibilita superar desafios e entender cada situação do dia a dia por meio do equilíbrio entre a razão e a emoção". Em outras palavras, o autor sugere que é essencial ponderar nossos sentimentos e emoções com base no conhecimento teórico que acumulamos ao longo da vida. Essa abordagem visa potencializar nossas capacidades e otimizar os resultados que alcançamos.

Assim Ahmed (2020), disserta também que é muito comum ter pessoas muito inteligentes, preparadas, com várias habilidades técnicas e sendo demitidas ou que não alcançam o desenvolvimento profissional porque não sabem lidar com pessoas, não conseguem se expressar, gerenciar seu tempo, ou por que não conseguem fazer uma separação entre vida pessoal e profissional, ou seja, estes exemplos que ocorrem rotineiramente no ambiente organizacional demonstram que um gerenciamento incorreto dos sentimentos e emoções é capaz de interferir diretamente na baixo rendimento no trabalho, principalmente quando é preciso salvar uma vida.

## PESQUISA DE CAMPO

A presente pesquisa tem como objetivo analisar os fatores que contribuem para o agravamento da saúde dos profissionais de enfermagem em quatro hospitais na cidade de Iporá. Compreender os desafios enfrentados e os impactos na qualidade de vida e no desempenho profissional desses trabalhadores é crucial para promover melhores condições de trabalho e garantir o bem-estar da equipe de enfermagem. Para isso, foram conduzidas entrevistas com dezesseis profissionais da área a fim de identificar as principais fontes de estresse e pressão relacionadas ao ambiente de trabalho, investigar os impactos psicológicos e físicos dessas condições laborais adversas, e, por fim, propor estratégias e políticas de apoio e intervenção que possam promover a saúde mental e física desses profissionais.

Os resultados destacaram vários aspectos que influenciam significativamente a qualidade de vida desses profissionais e, por consequência, a qualidade da assistência aos pacientes. Aqui estão as principais conclusões com base nas respostas dos entrevistados:

Tabela 1: Fatores que influenciam significativamente a qualidade de vida de profissionais de enfermagem

Fatores relacionados ao trabalho que afetam a saúde e desempenho dos profissionais de enfermagem.	Respostas
Sobrecarga de Trabalho e Jornada Dupla	6
Salário baixo e desvalorização Profissional	4
Condições inadequadas de Trabalho	3
Falta de apoio Psicológico	2
Sobrecarga de Pacientes e Falta de Pessoal	1

Fonte: Autoras, 2023.

A maioria dos entrevistados (6) destacou a sobrecarga de trabalho como uma fonte significativa de estresse. O acúmulo de tarefas e a falta de tempo adequado para descanso impactam negativamente tanto na qualidade de vida como no desempenho profissional.

A remuneração adequada e o reconhecimento da profissão foram mencionados como fatores importantes para o desempenho profissional para (4) profissionais.

Salários justos podem motivar os profissionais a manterem-se no cargo e garantir uma maior dedicação ao trabalho.

Horários adequados, pausas regulares e a possibilidade de um equilíbrio entre vida profissional e pessoal são essenciais para a saúde mental e o desempenho. Três entrevistados ressaltaram a importância de ter tempo para atividades de lazer e para a convivência familiar.

Dois profissionais citaram a falta de apoio psicológico no local de trabalho foi apontada como uma deficiência. Muitos entrevistados sugeriram que ter acesso a aconselhamento e programas de gerenciamento de estresse seria benéfico.

Apenas um profissional falou da alta demanda de pacientes e a falta de pessoal afetam diretamente a qualidade do atendimento prestado. Profissionais mencionaram que não conseguem dedicar o tempo necessário a cada paciente, o que é frustrante para ambas as partes.

Os resultados destacam a necessidade de intervenções direcionadas para melhorar as condições de trabalho e a saúde mental dos profissionais de enfermagem. Políticas de saúde que incluem ações como o aumento do quadro de pessoal, treinamento em gestão de estresse, apoio psicológico e práticas que incentivem um equilíbrio saudável entre vida profissional e pessoal são essenciais.

É fundamental reconhecer que a saúde dos profissionais de enfermagem está intrinsecamente ligada à qualidade da assistência aos pacientes. Portanto, investir na saúde mental e no bem-estar desses profissionais é uma prioridade que beneficia não apenas a equipe de enfermagem, mas também os pacientes e a instituição de saúde como um todo.

Com o trabalho, foi possível analisar que durante os últimos anos, os enfermeiros relataram para seus médicos sentirem depressão e ansiedade, assim, foi abordado que eles passaram a ter medo exacerbado da morte ou da perda de entes queridos, além de se sentirem ansiosos mesmo sem ter algo importante ou que modificasse algo na rotina, dessa forma além de prejudicar atividades cotidianas interferiu na qualidade de vida desses indivíduos (SAIDEL, et. al. 2020).

Também é imprescindível pontuar que as relações interpessoais negativas, incluindo conflitos com colegas ou superiores, podem desgastar a saúde mental desses profissionais, aumentando o risco de transtornos mentais (SCHMIDT et. al., 2020). Assim, destaca-se que a falta de tempo para descanso adequado, sono

insuficiente, má alimentação e falta de atividade física podem contribuir para o aumento do estresse e da vulnerabilidade aos transtornos mentais.

Assim, ressalta-se que o contexto atual impõe diversas metas e desafios, o que exige que as pessoas tivessem saúde mental tanto no âmbito pessoal quanto no âmbito profissional, ou seja, atualmente não é necessário somente o conhecimento teórico para atuar na área da saúde, também é necessário desenvolver um conjunto de habilidades interpessoais, como a inteligência emocional (VENTURA et. al., 2020).

Neste sentido, a criação de um programa de saúde nas empresas é importante para apontar o perfil da população de trabalhadores, e com isso facilita a implantação e controle de programas (SAIDEL, et. al. 2020). Os profissionais precisam conhecer os riscos para a sua saúde, saber reconhecer estes riscos e ter o foco na promoção da saúde mental (SCHMIDT, ET. AL., 2020).

Assim, com base nas análises descobriu-se que os transtornos psicológicos compreendem principalmente a depressão e a ansiedade que se não tratados corretamente prejudicam a qualidade de vida do indivíduo, neste sentido, ressalta-se que foi imprescindível conhecer os sintomas dos distúrbios mentais, como o aumento ou a perda do apetite, a tristeza constante, as alterações no humor, a falta de concentração, a diminuição no sono, e até mesmo as mudanças de hábitos, pois quanto mais cedo diagnosticada a comorbidade, melhor responderá aos tratamentos (BALABAN; SILVA, 2020).

Os principais transtornos mentais frequentemente observados em profissionais de enfermagem incluem ansiedade, depressão e estresse pós-traumático. Esses transtornos podem ser desencadeados por uma série de fatores no ambiente de trabalho, como a carga excessiva de tarefas, a falta de recursos e pessoal, e a exposição a situações emocionalmente desafiadoras, como lidar com pacientes gravemente doentes ou em situações de emergência (SCHMIDT, ET. AL., 2020).

Além disso, a natureza do trabalho na área da saúde, que exige uma atenção constante e cuidados minuciosos com os pacientes, pode levar a uma pressão emocional significativa nos profissionais de enfermagem. A falta de reconhecimento e apoio adequados por parte dos empregadores e colegas também pode contribuir para o desenvolvimento desses transtornos (BALABAN; SILVA, 2020).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Primeiramente destaca-se que o objetivo geral e os objetivos específicos foram alcançados, ou seja, por meio da pesquisa de revisão bibliográfica e pesquisa de campo foi possível analisar o motivo do agravo da saúde mental dos profissionais de enfermagem, bem como descrever os principais transtornos mentais, evidenciar as causas dos transtornos mentais em profissionais de enfermagem e pontuar sobre a importância da saúde mental para os profissionais da saúde.

O presente estudo buscou aprofundar a compreensão dos fatores que contribuem para o agravamento da saúde dos profissionais de enfermagem, considerando os desafios e impactos na qualidade de vida e no desempenho profissional. A pesquisa, que envolveu a análise das principais fontes de estresse e pressão no ambiente de trabalho, investigou os impactos tanto psicológicos quanto físicos resultantes das adversidades laborais enfrentadas por esses profissionais.

Os resultados desta pesquisa evidenciaram que os profissionais de enfermagem estão expostos a uma série de fatores estressores em seu ambiente de trabalho. A sobrecarga de responsabilidades, a falta de pessoal, as longas jornadas e as condições laborais adversas emergiram como fontes significativas de pressão e estresse. Essas condições adversas não apenas impactam negativamente a saúde mental, mas também têm repercussões físicas na forma de exaustão, fadiga e outros sintomas relacionados.

Diante desses desafios, as estratégias e políticas de apoio à saúde mental e física dos profissionais de enfermagem se tornam essenciais. É crucial implementar medidas que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e equilibrado, garantindo o bem-estar da equipe de enfermagem. Essas medidas podem incluir ações como a melhoria das condições laborais, a implementação de programas de suporte emocional, o desenvolvimento de estratégias para redução do estresse e a valorização da profissão de enfermagem.

Em resumo, este estudo oferece uma visão abrangente dos desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem e destaca a necessidade premente de medidas que visem a promoção da saúde mental e física desses profissionais. Compreender e abordar os fatores que afetam a qualidade de vida e o desempenho profissional dos profissionais de enfermagem é fundamental para garantir a excelência na assistência à saúde e para assegurar que esses dedicados profissionais possam desempenhar suas funções de maneira eficaz e saudável.

## REFERÊNCIAS

AHMED, I. A prescrição de exercícios tem um papel na redução de transtornos mentais. **Capes**, vol. 05, n. 3, p.34-42, 2020.

ADAA- ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE, 2017. Disponível em: <<https://adaa.org/understanding-anxiety/depression>> Acesso em: 24 maio 2023.

APA- ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA, 2018. Disponível em:<<https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety>> Acesso em: 24 maio 2023.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiol. Serv. Saúde [online]**. 2020, vol.29, n.4, e2020427. Epub 20-Ago-2020. ISSN 1679-4974. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>. Acesso em: 24 maio 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim epidemiológico especial doença pelo coronavirus Covid-19 [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [citado 10 Ago 2023]. Disponível em: <http://saude.gov.br/images/pdf/2020/July/08/Boletim-epidemiologico-COVID-21-corrigido-13h35.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Pesquisa analisa impacto psicologico da covid em profissionais da saúde [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [citado 9 Ago 2023]. Disponível em: <https://www.gov.br/casacivil/pt-br/assuntos/noticias/2020/julho/saude-mental-pesquisa-analisa-impacto-psicologico-do-enfrentamento-a-covid-19-em-profissionais-da-saude>

DEMO, Pedro. Introdução à Metodologia da Ciência. 2. ed. **São Paulo: Atlas**, 2008.

FIGUEIRAS, Alberto. **Ansiedade e depressão duplicaram em um mês de quarentena no Brasil**, 2020. Disponível em:< Ansiedade e depressão duplicaram em um mês de quarentena no Brasil, sugere pesquisa - Jornal O Globo> Acesso em: 24 maio 2023.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. **São Paulo: Atlas**, 2012.

MINAYO, M. C. **Ciência, técnica e arte: o desafio da Pesquisa Social**. In: \_\_\_\_\_. (Org.) Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 2001, p. 09-30.

PEÇANHA, Tiago. Et al. **O isolamento social durante a pandemia COVID-19 pode aumentar a inatividade física e a carga global de doenças psíquicas**, 2020.

SAIDEL MGB, LIMA MHM, CAMPOS CJG, LOYOLA CMD, Esperidião E, Santos JR. COVID-19: saúde mental dos profissionais de saúde. Rev Enferm UERJ. 2020; 28:e49923.

SCHMIDT B, CREPALDI MA, BOLZE SDA, NEIVA-SILVA L, DEMENECH LM. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). Estud Psicol. 2020;37:e200063. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>

SOUZA LPS, SOUZA AG. Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo Coronavírus: quem cuidará de quem cuida? J Nutr Health [Internet]. 2020; [citado 2020 Jun 28];10:e20104005. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18444/11237>

VENTURA DFL, RIBEIRO H, GIULIO GM, JAIME PC, NUNES J, BÓGUS CM. Desafios da pandemia de COVID-19: por uma agenda brasileira de pesquisa em saúde global e sustentabilidade. Cad Saude Publica. 2020; 36:1-5.