



TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM ENFERMEIROS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Resumo: Analisar a ocorrência de transtorno mentais comuns em enfermeiros. Revisão integrativa da literatura nas bases de dados Lilacs, IBECs, Medline e BDNF, realizada entre abril e junho de 2023. Foram utilizados os descritores “transtornos mentais”; “enfermeiras e enfermeiros”; “saúde mental”. Foi criada uma tabela para coleta dos dados em conformidade com o objeto. Três categorias temáticas foram definidas: Fatores de risco para o transtorno de transtorno mental comum; Fatores de proteção para o transtorno mental comum em profissionais da enfermagem e Ações desenvolvidas para o tratamento de profissionais da enfermagem com transtorno mental comum. Os profissionais da saúde, especialmente enfermeiros, enfrentam a prevalência de transtornos mentais comuns devido à natureza desafiadora de suas responsabilidades. A exposição constante a situações estressantes e a carga emocional intensa associada ao cuidado com pacientes podem desencadear desafios significativos em sua saúde mental.
Descritores: Transtornos Mentais, Saúde Mental, Enfermeiras e Enfermeiros, Enfermagem.

Common mental disorders in nurses: an integrative review

Abstract: To analyze the occurrence of common mental disorders in nurses. Integrative literature review in the Lilacs, IBECs, Medline and BDNF databases, carried out between April and June 2023. The descriptors “mental disorders” were used; “nurses and orderlies”; “mental health”. A table was created to collect data in accordance with the objective. Three thematic categories were defined: Risk factors for common mental disorder; Protective factors for common mental disorders in nursing professionals and actions developed for the treatment of nursing professionals with common mental disorders. Healthcare professionals, especially nurses, face the prevalence of common mental disorders due to the challenging nature of their responsibilities. Constant exposure to stressful situations and the intense emotional burden associated with caring for patients can trigger significant challenges in their mental health.
Descriptors: Mental Disorders, Mental Health, Nurses, Nursing.

Trastornos mentales comunes en enfermeras: una revisión integradora

Resumen: Analizar la aparición de trastornos mentales comunes en enfermeras. Revisión integrativa de la literatura en las bases de datos Lilacs, IBECs, Medline y BDNF, realizada entre abril y junio de 2023. Se utilizaron los descriptores “trastornos mentales”; “enfermeras y celadores”; “salud mental”. Se creó una tabla para recolectar datos de acuerdo con el objetivo. Se definieron tres categorías temáticas: Factores de riesgo de trastorno mental común; Factores protectores de los trastornos mentales comunes en profesionales de enfermería y acciones desarrolladas para el tratamiento de profesionales de enfermería con trastornos mentales comunes. Los profesionales de la salud, especialmente las enfermeras, enfrentan la prevalencia de trastornos mentales comunes debido a la naturaleza desafiante de sus responsabilidades. La exposición constante a situaciones estresantes y la intensa carga emocional asociada con el cuidado de los pacientes pueden desencadenar importantes desafíos en su salud mental.
Descritores: Trastornos Mentales, Salud Mental, Enfermeras y Enfermeros, Enfermería.

Luana Santos Toneli

Graduanda em Enfermagem. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: luanasantostoneli@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8092-9760>

Caroline Lourenço de Almeida

Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: caroline.almeida@fema.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6043-9301>

Rosângela Gonçalves da Silva

Enfermeira. Doutora em Biotecnologia. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: rosangela.silva@fema.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3223-750X>

Talita Domingues Caldeirão

Enfermeira. Doutora em Tocoginecologia. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: talita.caldeirao@fema.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8608-5417>

Patrícia Coelho Mendes de Brito Haddad

Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: patricia.haddad@fema.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3155-4239>

Daniel Augusto da Silva

Enfermeiro. Pós Doutor em Ciências. Fundação Educacional do Município de Assis, Assis, SP, Brasil.

E-mail: daniel.silva@fema.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2716-6700>

Submissão: 22/12/2023

Aprovação: 30/01/2024

Publicação: 21/02/2024



Como citar este artigo:

Toneli LS, Almeida CL, Silva RG, Caldeirão TD, Haddad PCMB, Silva DA. Transtornos mentais comuns em enfermeiros: uma revisão integrativa. São Paulo: Rev Recien. 2024; 14(42):110-121. DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2024.14.42.110121>

Introdução

Os transtornos mentais comuns, também conhecidos como distúrbios psíquicos menores, são caracterizados por sintomas não psicóticos, geralmente relacionados a quadros subclínicos de estresse, ansiedade e depressão, que afetam o funcionamento normal do organismo¹.

Os sintomas incluem dificuldades de memória, concentração e tomada de decisões, além de insônia, irritabilidade, fadiga, dificuldade de concentração, esquecimento e queixas somáticas, exceto em casos de transtornos psicóticos, uso de substâncias psicoativas ou transtornos de personalidade. Os transtornos mentais comuns podem afetar tanto o desempenho profissional quanto pessoal dos indivíduos, mesmo que não tenham recebido um diagnóstico formal de doença psiquiátrica².

Além disso, esses sintomas afetam o desempenho profissional e pessoal dos afetados, e podem ser comuns em diversos tipos de trabalhadores, incluindo aqueles que atuam na área de saúde mesmo que não tenham sido diagnosticados formalmente com uma doença psiquiátrica. Os transtornos mentais comuns relacionados ao trabalho têm sido alvo de muitas pesquisas nos últimos anos, pois representam a terceira causa de requerimento de auxílio-doença no Brasil, afetando em média 6,2% dos trabalhadores anualmente³.

Esses transtornos são frequentemente associados ao esgotamento profissional (burnout), que prejudica os aspectos físicos e emocionais da pessoa devido às demandas excessivas de energia exigidas pelo ambiente de trabalho, como as pressões das atividades e sentimentos conflituosos, como a morte¹.

Outrossim, estudos mostram que os transtornos

mentais e comportamentais são a principal causa de aposentadorias por invalidez entre trabalhadores da saúde, e a segunda causa de afastamentos de trabalhadores de enfermagem, que requerem mais tempo de recuperação e geram mais gastos⁴.

A taxa de transtornos mentais comuns a nível global é de 17,6% para adultos nos últimos 12 meses e de 29,2% ao longo da vida⁵. No Brasil, são mais comuns em mulheres, negros e em pessoas com estado civil “separadas” ou com relacionamentos considerados ruins. Também estão associados a eventos produtores de estresse, inexistência de apoio social, condições de trabalho precárias, desemprego, baixa escolaridade e renda, pequena posse de bens duráveis e más condições de moradia⁶.

A depressão é um transtorno mental comum crescente, e a Organização Mundial da Saúde destaca que condições como pobreza, desemprego, eventos negativos de vida, rompimentos afetivos, doenças físicas e uso de álcool e drogas aumentam o risco de desenvolvê-la⁶.

A busca por características definidoras dos transtornos mentais comuns pode auxiliar no diagnóstico situacional e na implantação de ações estratégicas para interferir na realidade exaustiva que levou os profissionais a desenvolverem esses transtornos, por tantas horas desgastantes de trabalho e a própria insatisfação do ambiente de trabalho, torna os profissionais, especificamente da área da saúde, propensos a alterações⁷.

A identificação precoce do diagnóstico e correta dos transtornos mentais comuns é fundamental para evitar prejuízos físicos e psicológicos aos indivíduos prejudicados, além de reduzir os custos ao sistema de saúde⁸.

Deste modo, o objetivo deste estudo é analisar a ocorrência de transtorno mentais comuns em enfermeiros.

Material e Método

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, que permite sintetizar o conhecimento a respeito de um determinado tema por meio da análise de conceitos, da revisão de teorias e da agregação de evidências, de modo que oportuniza o reconhecimento da necessidade de novos estudos para preencher lacunas.

A revisão integrativa segue as seguintes etapas: 1) definição da pergunta norteadora; 2) definição de parâmetros para inclusão e exclusão dos artigos; 3) definição dos descritores, busca de artigos e coleta dos dados; 4) leitura e análise dos artigos e discussão dos dados coletados; e 5) exposição do conhecimento gerado⁹.

A seleção dos artigos ocorreu no segundo trimestre de 2023, norteadora pela questão: os enfermeiros são acometidos por transtorno mental comum? Foi considerada a estratégia PICO: (P) enfermeiros, (I) transtorno mental comum, (Co) hospitalar.

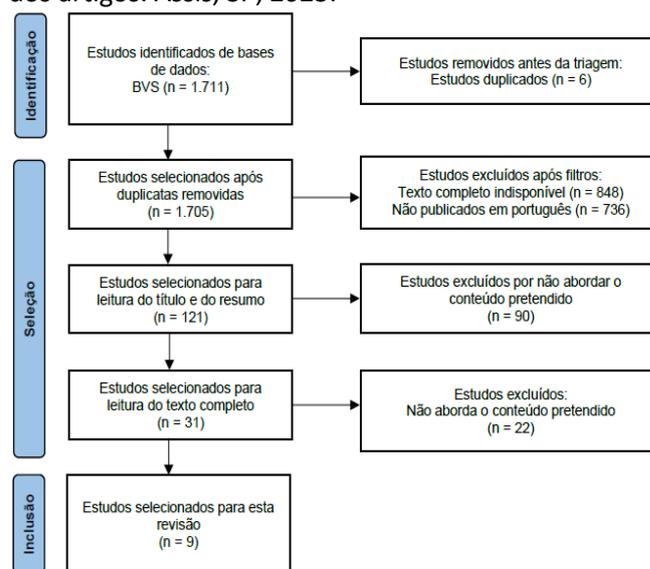
Os critérios de inclusão compreenderam: artigos publicados em português, entre os anos 2013 e 2022, disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde, que disponibiliza acesso as bases de dados: Lilacs (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), IBECs (Índice Bibliográfico Espanhol de Ciências da Saúde), Medline (Literatura Internacional em Ciências da Saúde) e BDEF (Base de Dados de Enfermagem). Os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) utilizados foram: transtornos mentais; enfermeiras e enfermeiros; saúde mental que foram

combinados empregando o operador booleano AND.

Foram excluídos os artigos que não expunham a temática em questão, publicações referentes a teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso, resumos em anais de eventos, artigos de revisão de literatura e de opiniões.

A Figura 1 apresenta o fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos. Ao final foram selecionados seis artigos para compor esta revisão.

Figura 1. Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos. Assis, SP, 2023.



A análise dos dados foi realizada por meio da análise de conteúdo temática. Na etapa de pré análise, a leitura flutuante dos artigos selecionados permitiu identificar os elementos principais e as categorias para análise. Em seguida realizou-se a codificação, a classificação e a agregação dos dados por meio dos artigos foram explorados. Por final, a terceira etapa compreende o tratamento dos resultados por meio da inferência e da interpretação¹⁰.

As categorias definidas foram: Fatores de risco para o transtorno de transtorno mental comum; Fatores de proteção para o transtorno mental comum

em profissionais da enfermagem e Ações desenvolvidas para o tratamento de profissionais da enfermagem com transtorno mental comum.

Resultados

Foi elaborada uma tabela para exposição dos resultados obtidos por meio da análise dos artigos

selecionados. Essa tabela contém a citação do artigo selecionado, o método, a amostra e o local do estudo, os fatores de risco, os fatores de proteção e as ações desenvolvidas para o tratamento (Tabela 1).

Tabela 1. Apresentação da síntese de artigos incluídos na revisão integrativa. Assis, SP, Brasil, 2023.

Revista e Citação	Método	Amostra e local	Fatores de risco	Fatores de proteção	Ações/ sugestões desenvolvidas para o tratamento
Rev Esc Enferm USP ¹¹	Estudo multicêntrico, de métodos mistos. Instrumento: autoaplicável, disponibilizado no Google Forms na etapa quantitativa, contendo o Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). Na etapa qualitativa realizou-se entrevistas semiestruturadas.	População: 470 trabalhadores (enfermeiros e técnicos). Amostra: etapa quantitativa 327 trabalhadores de enfermagem Sete instituições hospitalares de diferentes regiões do Rio Grande do Sul.	- Sexo feminino, - Até 40 anos, - Enfermeiros, - Isolamento e o medo de levar a contaminação pelo SARS-CoV-2 à própria família, - Risco aumentado de estresse, ansiedade, depressão, burnout, dependência e transtorno de estresse pós-traumático.	O estudo não traz nada sobre.	Sugestões: - Apoio psicoemocional a estes trabalhadores, a fim de fortalecer sua resiliência. - Criação de espaços de escuta terapêutica
Acta Paul de Enferm ¹	Estudo observacional, transversal, com abordagem quantitativa. Dois instrumentos autoaplicáveis: Questionário Sociodemográfico e Profissional e o Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)	População: 342. Amostra: 302 todos os profissionais de enfermagem Serviços de atenção às urgências e emergências, no interior de Minas Gerais	- Variáveis sociodemográficas: sexo, faixa etária, estado conjugal e “não ter filhos” apresentaram maior relação para o desenvolvimento de TMC. - Profissionais com idade acima de 49 anos apresentaram maior risco para TMC. - O ambiente laboral impacta a saúde psíquica de profissionais de enfermagem.	Os postos de trabalho com vínculos estáveis, representam maior segurança aos profissionais, tornando-os mais protegidos em comparação com os trabalhadores temporários/não concursados.	Sugestão: - Atenção quanto à saúde mental;
Esc Enferm Anna Nery ¹²	Estudo seccional, do tipo web-survey Instrumento: formulários eletrônicos no Google forms.	Amostra: 292 enfermeiros e 198 técnicos em enfermagem Realizado no estado do Rio Grande do Norte.	-Condições de trabalho precárias e à falta de reconhecimento profissional. -O distanciamento social agrava ainda mais o impacto negativo na saúde mental desses profissionais;	- Atividades físicas; -Ter uma maior renda familiar foi fator de proteção para os sintomas de depressão. -O convívio familiar é um fator protetor;	Ações: - Oferta de atendimentos virtuais, - Estratégias de promoção e valorização da profissão por meio de seus órgãos representativos e públicos.

Rev Bras Terapia Intensiva ¹³	<p>Trata-se de um estudo transversal;</p> <p>Instrumento: Questionário autoaplicável que incluía o Inventário de Burnout de Maslach, a Escala de Depressão Ansiedade e Estresse e o questionário Gallup</p>	<p>População: 64 médicos, 155 enfermeiros e 106 fisioterapeutas;</p> <p>Amostra: 55 médicos, 88 fisioterapeutas e 63 enfermeiros.</p> <p>UTI e na USI de um hospital privado de ensino.</p>	<p>- Síndrome de burnout grave entre profissionais;</p> <p>- Correlação entre depressão, ansiedade, estresse e burnout; idade, sexo, tempo de trabalho, experiência profissional, relacionamentos interpessoais, personalidade e crenças, estado civil.</p>	O estudo não traz nada sobre.	O estudo não traz nada sobre.
Ciência & Saúde Coletiva ¹⁴	<p>Trata-se de um estudo transversal;</p> <p>Instrumento: questionário autoaplicado, o com perguntas relativas a características sociodemográficas e condições de trabalho</p>	<p>Amostra: 285 trabalhadores de enfermagem em efetivo exercício profissional na rede municipal de saúde, foram incluídos 297 participantes.</p> <p>Rede municipal de saúde, Minas Gerais.</p>	<p>- A probabilidade de TMC diminuiu a satisfação do profissional com o seu trabalho; Além da escolaridade, antiguidade no emprego, Renda e benefícios monetários e idade têm relação com a satisfação no trabalho.</p>	O estudo não traz nada sobre	<p>Sugestão:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apoio da gestão com objetivo de melhorar a comunicação entre os diferentes profissionais e promover um ambiente “amistoso”; - Tentar adequar o ambiente físico e equipamentos;
Rev Cuidarte ¹⁵	<p>estudo transversal e descritivo.</p> <p>Instrumento: formulário elaborado pelos pesquisadores constando informações sociodemográficas e ocupacionais.</p>	<p>A população: 597. Amostra: 116 todos os trabalhadores de enfermagem.</p> <p>Setor de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (SOST) de um Hospital Universitário, Piauí</p>	<p>- Os fatores de depressão podem estar relacionados à submissão frequente a excessivas cargas de trabalho, a plantões desgastantes, altas cargas psicológicas;</p> <p>- Estresse laboral entre trabalhadores de enfermagem;</p> <p>- Quanto maior o tempo de profissão e a faixa etária;</p> <p>- Transtornos ansiosos na faixa etária entre 41 a 57 anos e naqueles trabalhadores com mais de 02 a 04 anos de serviço.</p>	Conteúdo não abordado nesse artigo.	<p>Sugestão:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Repensar as políticas de saúde do trabalhador; - Estratégias de promoção da saúde mental;
Rev Eletr Enferm ¹⁶	<p>Estudo transversal de abordagem quantitativa.</p> <p>Instrumento: composto por informações sociodemográficas e ocupacionais e três instrumentos padronizados: ASSIST, (AUDIT-C) e (DASS-21).</p>	<p>População: 74 enfermeiros e 96 auxiliares e técnicos de enfermagem.</p> <p>Amostra: 112 profissionais de enfermagem.</p> <p>ESF de um município do interior de Minas Gerais.</p>	<p>- O ambiente de trabalho insalubre é fator desencadeador de estresse;</p> <p>- Quanto menos idade e tempo de trabalho maiores são os níveis de estresse.</p>	Conteúdo não abordado nesse artigo.	<p>Sugestões:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promoção de saúde mental do trabalhador de enfermagem que atua nos cenários da ES

<p>Rev Enferm UFPE Online¹⁷</p>	<p>Realizou-se pesquisa transversal, descritivo-exploratório e correlacional.</p> <p>Instrumento: roteiro semiestruturado, primeira parte continha sociodemográficos dos participantes, entre outras questões. A segunda continha o inventário de Burnout de Maslach e Jackson</p>	<p>Amostra: 29 enfermeiros oncologistas</p> <p>Unidade de internação de um hospital de grande porte, em São Paulo.</p>	<p>- Sintomas como fadiga constante, sensação de falta de energia, dores musculares, insônia, cefaleia, desânimo, desesperança e depressão;</p> <p>- Associação do Burnout a transtornos psíquicos como a depressão está relacionada à grande demanda psicológica, baixo poder de decisão, sobrecarga de trabalho e falta de apoio social;</p>	<p>Conteúdo não abordado nesse artigo.</p>	<p>Sugestões:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Programas de educação permanente; - Estimular a realização de cursos para a atualização e o aprimoramento, além de aumentar a participação dos enfermeiros na tomada de decisões hospitalares
<p>Acta Paul Enferm⁴</p>	<p>Abordagem quantitativa, transversal;</p> <p>Instrumento: responderam a questões sobre aspectos sociodemográficos, laborais e de condições de saúde e hábitos de vida, e às questões relativas aos TMC, contidas no Self Reporting Questionnaire (SRQ-20).</p>	<p>Amostra: 14 enfermeiros, 60 auxiliares e técnicos</p> <p>Hospital psiquiátrico na região Nordeste do Brasil</p>	<p>- Transtornos mentais, em geral, são mais comuns em mulheres, TMC: idade mais elevada, que viviam com companheiro(a) e cursaram até o ensino médio, categoria profissional, duplo vínculo empregatício, quatro ou mais diagnósticos de problemas de saúde, condições de trabalho precárias.</p>	<p>Acredita-se que a prática de atividade física e lazer atua como fatores protetivos à saúde do trabalhador</p>	<p>Sugestão:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dispositivos de educação permanente em saúde; - Avaliações periódicas de saúde; - Criação de ambientes saudáveis; - Suporte para ações de reorientação de comportamento e hábitos que favoreçam a qualidade de vida;

Discussão

Este estudo teve por objetivo analisar a ocorrência de transtorno mentais comuns em enfermeiros. A discussão será apresentada conforme os temas propostos na análise de conteúdo temática: Fatores de risco para transtornos mentais comuns em enfermeiros; Fatores de proteção para transtornos mentais comuns em enfermeiros e Ações desenvolvidas para o tratamento de enfermeiros com transtornos mentais comuns.

Fatores de risco para transtornos mentais comuns em enfermeiros

Os Transtornos Mentais Comuns englobam uma categoria de transtornos mentais caracterizados por sintomas de menor gravidade em comparação com condições mais severas, como depressão maior ou

transtorno de ansiedade generalizada. Esses distúrbios apresentam um quadro clínico variado, incluindo sintomas psicossomáticos que afetam tanto o corpo quanto a mente¹⁸. Alguns dos fatores de risco associados aos Transtornos Mentais Comuns podem incluir: problemas no ambiente de trabalho, estresse crônico, variáveis sociodemográficas e isolamento social.

Com base nos resultados, é evidente que o estresse causado por transtornos mentais comuns é um fenômeno comum e recorrente no ambiente de trabalho. Além disso, os transtornos de ansiedade, a incerteza, o pânico, a solidão e outros problemas emocionais são frequentemente observados, aumentando a vulnerabilidade das pessoas em lidar com situações de morte, sofrimento e dor. Ademais,

sintomas depressivos também são comuns nessas condições, agravando ainda mais o impacto emocional nas pessoas afetadas.

Diante disso, até recentemente, o trabalho não era considerado um fator determinante para a saúde. No entanto, nos últimos anos, os aspectos relacionados à saúde mental e ao ambiente de trabalho têm ganhado destaque. Isso se deve, em grande parte, aos altos índices de sofrimento psicológico nas organizações, que se tornaram uma das principais causas de afastamento no trabalho¹⁹.

Nessa situação, é relatado que quando um indivíduo se sente incompetente no ambiente profissional, ele experimenta uma diminuição na produtividade, baixa autoestima e dificuldade nas relações interpessoais. Estudos indicam sintomas como fadiga persistente, falta de energia, dores musculares, insônia, dores de cabeça, desmotivação, falta de esperança e depressão que podem levar os profissionais a desenvolver transtornos psicológicos, afetando negativamente seu desempenho na área. Outras pesquisas destacam a ligação do esgotamento profissional (Burnout) com transtornos psicológicos, especialmente a depressão, relacionada a altas exigências psicológicas, falta de poder de decisão, carga de trabalho excessiva e falta de apoio social¹⁷.

Ademais, os enfermeiros enfrentam desafios significativos, incluindo condições de trabalho precárias, salários baixos, falta de segurança no emprego, carga excessiva de trabalho, dificuldade de acesso a equipamentos de proteção individual, ensino deficiente e falta de oportunidades para aprimorar suas habilidades profissionais. Estes são obstáculos que ainda precisam ser superados na profissão²⁰.

Esses resultados acima destacam o papel da

influência do ambiente de trabalho no adoecimento dos profissionais, pois situações em que o trabalhador não tem controle sobre suas responsabilidades e é sobrecarregado pelas demandas impostas, aumentam significativamente o risco de problemas físicos e/ou psicológicos²¹.

Em virtude disso, o profissional de enfermagem está constantemente exposto à dor, ao sofrimento e à morte, o que pode levar a consequências psiquiátricas. No contexto da relação entre estresse e trabalho, observa-se que os seres humanos enfrentam demandas profissionais frequentemente além de sua capacidade na sociedade contemporânea. Isso resulta em um estado contínuo de estresse entre os trabalhadores, conhecido como estresse ocupacional²².

As doenças surgem quando a habilidade do indivíduo para lidar com o trabalho de maneira saudável é ultrapassada. O estresse é amplamente reconhecido como um dos riscos mais sérios para o bem-estar psicossocial do indivíduo²².

Adicionalmente, o desempenho de atividades profissionais durante o período noturno está correlacionado com níveis elevados de estresse entre os profissionais de enfermagem, podendo aumentar a probabilidade de complicações à saúde. Isso ocorre devido ao desequilíbrio do ritmo biológico, que resulta em maiores níveis de estresse e uma deterioração na qualidade do sono²³.

Do mesmo modo, é possível observar que os níveis de estresse estão relacionados ao tempo de trabalho, indicando que profissionais de enfermagem com menos idade e menos tempo de experiência tendem a apresentar níveis mais elevados de estresse. Uma explicação possível para esse fenômeno é que

enfermeiras mais jovens tendem a ter mais responsabilidades domésticas, o que resulta em uma sobrecarga de trabalho e aumenta a pressão por alcançar resultados¹⁶.

Em contrapartida, outras pesquisas examinadas indicam que os transtornos mentais comuns afetam enfermeiros de faixa etária mais avançada, geralmente entre 41 e 57 anos, e com uma experiência profissional superior a 2 a 4 anos de serviço.

Além dessas circunstâncias, é evidente que a variável sociodemográfica ser do sexo feminino aumenta as chances de desenvolvimento de transtornos mentais comuns, devido ao acúmulo de responsabilidades sociofamiliares, como a realização de uma jornada dupla de trabalho, tanto no ambiente doméstico quanto fora dele²⁴.

Ademais, frequentemente os postos de trabalho apresentam precariedades, e há também a responsabilidade com o cuidado dos filhos. Esse cenário se alinha com as estatísticas do Conselho Federal de Enfermagem, que indica que a enfermagem é predominantemente composta por mulheres, representando 84,6% entre auxiliares, técnicos e enfermeiras²⁵.

Quando se observa os dados obtidos na pandemia pelo vírus SARS-CoV-2 influenciou a vida de jovens adultos encarregados do cuidado de filhos pequenos. Isso ocorreu principalmente devido às medidas de distanciamento e isolamento, que desestabilizaram as interações sociais e as redes de suporte familiares.

A necessidade de se isolar e o temor de transmitir o vírus aos membros da própria família¹¹, bem como elevado risco de contrair o vírus, enfrentar doenças

graves e até mesmo a possibilidade de morte; sentimentos de angústia e exaustão; confronto com um aumento substancial de mortes; desapontamento decorrente da incapacidade de salvar vidas, apesar dos esforços dedicados; exposição a ameaças e ofensas diretas por parte de indivíduos em busca de assistência, mas que não podem ser atendidos devido às limitações de recursos²⁶, emergem como fontes significativas de estresse para os profissionais de saúde que estão na linha de frente¹¹. Sendo um fator negativo na reestruturação psíquica¹².

Diante disso, é importante salientar que a enfermagem é responsável pela prestação direta de cuidados aos pacientes, desempenha uma função consideravelmente sobrecarregada. Esta ocupação acarreta uma série de responsabilidades, frequentemente envolvendo lidar com o sofrimento, a dor e a perda. Além disso, os profissionais de enfermagem enfrentam desafios relacionados à desvalorização salarial, condições que, quando combinadas, contribuem para o surgimento de sofrimento emocional. Essas condições, por sua vez, estão associadas ao desenvolvimento de Transtornos Mentais Comuns, resultando em impactos negativos na Saúde Mental²⁷.

Fatores de proteção para transtornos mentais comuns em enfermeiros

Com base nos resultados, é evidente que a maioria das pesquisas não se aprofunda no conteúdo em questão durante seus estudos. Contudo, observa-se que fatores como a prática regular de atividade física, a estabilidade no emprego, o tempo de lazer, a existência de um vínculo estável no trabalho e a presença de convívio familiar atuam como elementos protetores.

No que diz respeito às dimensões da atividade física, verifica-se, ao longo das últimas décadas, um crescimento exponencial nos estudos sobre a atividade física no tempo livre. Essas investigações revelaram que o aumento do nível de atividade física durante o lazer está associado a benefícios mais significativos em termos de saúde²⁸.

E ainda, engajar-se em atividades físicas durante o tempo de lazer não apenas auxilia na redução da ansiedade, estresse e transtornos mentais, mas também fomenta um estado de bem-estar e satisfação. É importante ressaltar que, frequentemente, os profissionais de saúde diminuem sua prática de atividade física devido à sobrecarga de trabalho e ao acúmulo de responsabilidades assumidas com a família e os cuidados dos filhos²⁹.

Outrossim, o modo de vida saudável está interligado a valores, motivações, oportunidades e questões específicas de natureza cultural, social e econômica. Dentro desse contexto, o estilo de vida abrange um conjunto de ações e pensamentos relacionados à educação, lazer, nutrição, família, higiene, segurança, hábitos e comportamentos de risco. Esses elementos são característicos de cada indivíduo ou grupo de pessoas e são considerados como componentes estruturadores e requisitos fundamentais para alcançar o bem-estar físico, psicológico, mental e social³⁰.

Além do âmbito da saúde, a participação em atividade física como forma de lazer promove o bem-estar do indivíduo, prevenindo o comportamento sedentário e suas consequências prejudiciais para o corpo³¹.

Ademais, o envolvimento em atividade física está associado à eficaz preservação de um estilo de vida

saudável, atuando como meio de promoção da saúde e aprimoramento da qualidade de vida. Essa prática desempenha um papel significativo na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, com especial ênfase nas condições cardiovasculares³².

De acordo com os achados na tabela de resultados, o vínculo empregatício estável se caracteriza como um elemento de proteção, pois proporciona uma sensação de segurança pessoal quando comparados aos profissionais que não são concursados.

O suporte social, o senso de pertencimento a grupos aos quais o indivíduo faz parte e a confiança nos pares e em outros indivíduos estão diretamente ligados a condições de saúde mental mais favoráveis. Em outras palavras, a percepção positiva do apoio emocional de amigos ou familiares tem sido reconhecida como um fator de proteção contra Transtornos Mentais Comuns e outros tipos de distúrbios mentais³³.

Mas, as complicações que surgem nessa relação constituem fatores contribuintes para os sintomas depressivos. Devido as características inerentes à profissão que impactam diretamente na interação familiar, seja pelo cansaço e à carga excessiva de trabalho que prejudicam o convívio e o diálogo, às perdas familiares, à falta de apoio familiar ou à própria ausência desse contato. Esses elementos propiciam o surgimento da depressão e aumentam o risco de suicídio¹².

Assim como no suicídio, preservar uma convivência saudável é reconhecido como um aspecto que oferece proteção. No entanto, o oposto, ou seja, uma relação não saudável e desgastante, emerge como um fator de risco para que se desenvolva os

transtornos mentais comuns³⁴⁻³⁶.

Ações/sugestões desenvolvidas para o tratamento de enfermeiros com transtornos mentais comuns

Conforme evidenciado na tabela de resultados, é possível notar que a maioria dos artigos analisados apresenta predominantemente sugestões de ações desenvolvidas. Nota-se também que apenas um único artigo efetivamente implementa uma iniciativa de promoção da saúde.

Com isso, nota-se a importância da prevenção de transtornos mentais entre os profissionais da saúde é de suma importância, não apenas para preservar seu bem-estar, mas também para garantir um desempenho eficaz no ambiente de trabalho. Ademais, a implementação de espaços com escuta terapêutica e o estabelecimento de programas de educação contínua complementam essas medidas preventivas.

Contudo, é essencial que a instituição integre em sua filosofia de trabalho a valorização do aprimoramento da competência emocional das equipes, preparando os cuidadores para lidar com as exigências psicológicas de pacientes e familiares de forma a minimizar o impacto em sua saúde mental. A implementação de espaços dedicados à reflexão para os profissionais de saúde surge como uma estratégia preventiva eficaz, proporcionando um ambiente propício para identificação mútua, troca de ideias e promoção do autoconhecimento, fortalecendo, assim, a relação entre cuidador e cuidado.

Além disso, é fundamental investir no desenvolvimento de competências gerenciais, capacitando as lideranças das equipes de enfermagem a desempenhar eficazmente o papel de gestores. Esse enfoque abrangente implica uma compreensão mais

profunda das questões relacionadas ao sofrimento psíquico no ambiente de trabalho. Essa abordagem holística contribuirá para fomentar um ambiente de trabalho mais saudável e resiliente, beneficiando tanto os profissionais de saúde quanto a qualidade da prestação de cuidados^{37,38}.

Desta forma, é importante ressaltar que a escassez de artigos pertinentes impactou diretamente na amplitude e na profundidade da discussão. A ausência de uma base sólida de literatura relevante limitou a abrangência dos resultados e das conclusões que poderiam ser derivados a partir da análise, contribuindo, assim, para uma visão mais restrita do contexto investigado.

Os profissionais da saúde, notadamente enfermeiros, confrontam a realidade dos transtornos mentais comuns, uma vez que a natureza desafiadora e demandante de suas responsabilidades pode contribuir para a prevalência desses distúrbios. A exposição constante a situações estressantes e a carga emocional intensa inerente ao cuidado com pacientes podem desencadear desafios significativos em sua saúde mental.

Conclusão

Nesse contexto, é fundamental estabelecer programas abrangentes que visem não apenas diminuir os efeitos dos transtornos mentais comuns, mas também criar um ambiente de trabalho que favoreça a resiliência e o equilíbrio emocional. Isso pode incluir iniciativas de treinamento em habilidades de enfrentamento, acesso facilitado a serviços de saúde mental, e a promoção de uma cultura organizacional que valorize a saúde emocional dos profissionais da saúde. A implementação de tais medidas não apenas fortalece a saúde mental desses

profissionais, mas também contribui para a prestação de cuidados de saúde de alta qualidade.

Portanto, uma abordagem abrangente, considerando fatores individuais, organizacionais e sociais, é essencial para a prevenção eficaz de transtornos mentais em profissionais da saúde. Promover a conscientização, oferecer suporte e criar um ambiente de trabalho saudável são componentes-chave dessa abordagem preventiva.

Referências

1. Moura RC, Chavaglia SR, Coimbra MA, Araújo AP, Scárdua AS, Ferreira LA, et al. Common mental disorders in emergency services nursing professionals. *Acta Paul Enferm.* 2022; 35:eAPE03032.
2. Cruz e Silva PLB, Silva BFF, Chagas KKACR, Tortola MBA, Caldeira RLR. Transtorno mental comum entre estudantes de enfermagem e fatores envolvidos. *Rev Enferm Cent O Min.* 2019; 9:e3191.
3. Santos FF, Brito MFSF, Pinho L, Cunha FO, Rodrigues-Neto JF, Fonseca ADG, et al. Common mental disorders in nursing technicians of a university hospital. *Rev Bras Enferm.* 2020; 73(1):e20180513.
4. Sousa KH, Lopes DP, Tracera GM, Abreu AM, Portela LF, Zeitoune RC. Common mental disorders among nursing workers in a psychiatric hospital. *Acta Paul Enferm.* 2019; 32(1):1-10.
5. Santos GBV, Alves MCGP, Goldbaum M, Cesar CLG, Gianini. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2019; 35(11):e00236318.
6. Ribeiro IBS, Correa MM, Oliveira G, Cade NV. Common mental disorders and socioeconomic status in adolescents of ERICA. *Rev Saúde Pública.* 2020; 54:4.
7. Nonnenmacher LL, Loiola AMS, Silva F, Melo FAO, Freitas RC, Almeida MS. Mental Disorder in Nursing Professionals at the Emergency Room: Systematic Literature Review. *Id online Rev Mult Psic.* 2019; 13(48):120-32.
8. Parreira BDM, Goulart BF, Haas VJ, Silva SR, Monteiro JCS, Gomes-Sponholz FA. Common mental disorders and associated factors: a study of women from a rural area. *Rev Esc Enferm USP.* 2017; 51:e03225.
9. Dantas HLL, Costa CRB, Costa LMC, Lúcio IML, Comassetto I. Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. *Rev Recien.* 2022; 12(37):334-45.
10. Ferreira AMD, Oliveira JLC, Souza VS, Camillo NRS, Medeiros M, Marcon SS, Matsuda LM. Adapted guide of content analysis - thematic modality: report of experience. *J Nurs Health.* 2020; 10(1):e20101001.
11. Centenaro APFC, Andrade A, Franco GP, Cardoso LS, Spagnolo LML, Silva RM. Common mental disorders and associated factors in nursing workers in COVID-19 units. *Rev Esc Enferm USP.* 2022; 56:e20220059.
12. Santos KMR, Galvão MHR, Gomes SM, Souza TA, Medeiros AA, Barbosa IR. Depression and anxiety in nursing professionals during the covid-19 pandemic. *Esc Anna Nery* 2021; 25(spe):e20200370.
13. Castro CSAAA, Timenetsky KT, Katz M. Corrêa TD, Felício AC, Moriyama T, et al. Burnout syndrome and engagement among critical care providers: a cross-sectional study. *Rev Bras Ter Intensiva.* 2020; 32(3):381-390.
14. Assunção AA, Pimenta AM. Job satisfaction of nursing staff in the public health network in a Brazilian capital city. *Ciênc Saúde Coletiva.* 2020; 25(1):169-180.
15. Oliveira DM, Alencar NMBM, Costa JP, Fernandes MA, Gouveia MTO, Santos JDM. Afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais entre profissionais de enfermagem. *Rev Cuid.* 2019; 10(2):e631.
16. Bertussi VC, Junqueira MABB, Giuliani CD, Calçado RM, Miranda FJS, Santos MA, et al. Substâncias psicoativas e saúde mental em profissionais de enfermagem da estratégia saúde da família. *Rev Eletr Enferm.* 2018; 20:v20a21.
17. Oliveira PP, Amaral JG, Silva LS, Fonseca DF, Silveira EAA, Amaral RA, et al. Esgotamento profissional e transtornos mentais comuns em enfermeiros oncológicos. *Rev Enferm UFPE online.* 2018; 12(9):2442-50.
18. Silva DA. Associação entre transtornos

mentais comuns e o comportamento suicida em estudantes universitários. In: Silva DA. Avaliação em saúde: alicerce para a prática. Ponta Grossa (PR): Atena. 2021; 84-92.

19. Ferreira AVL, Azevêdo DP, Santos EL, Assunção TVM. As mudanças nas condições de trabalho e a ocorrência de TMC e estresse em servidores de uma IES da Bahia durante a pandemia. CLIUM. 2022; 22(2):401-13.

20. Sanitá GL, Ribeiro CCFS, Moraes A, Girardello DTF, Rodrigues DC. Pandemia do Covid-19 e a saúde mental dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde. Arq Ciênc Saúde Unipar. 2023; 27(8):4254-70.

21. Cruz EL, Silva AR, Wilk MMGS, Gomes JRAA, Ribeiro LFD, Guimaraes MF, et al. Transtornos mentais comuns entre profissionais da saúde. HRJ. 2022; 3(14):1072-90.

22. Marques DO, Pereira MS, Souza ACS, Vila VSC, Almeida CCOF, Oliveira EC. Absenteeism - illness of the nursing staff of a university hospital. Rev Bras Enferm. 2015; 68(5):594-600.

23. Nascimento DSS, Barbosa GB, Santos CLC, Martins Júnior DF, Nascimento Sobrinho CL. Prevalence of Minor Psychic Disorders and factors associated with intensive nurses. Rev Baiana Enferm. 2019; 33:e28091.

24. Carvalho CN, Melo-Filho DA, Carvalho JAG, Amorim AAG. Prevalência e fatores associados aos transtornos mentais comuns em residentes médicos e da área multiprofissional. J Bras Psiquiatr. 2013; 62(1):38-45.

25. Carvalho TM, Lourenção LG, Pinto MH, Viana RAPP, Moreira ANBSG, Mello LP, et al. Quality of life and work engagement among nursing staff at the start of the COVID-19 pandemic. Ciênc Saúde Coletiva. 2023; 28(10):2903-13.

26. Pereira MD, Torres EC, Pereira MD, Antunes PFS, Costa CFT. Emotional distress of Nurses in the hospital setting in the face of the COVID-19 pandemic. RSD. 2020; 9(8):e67985121.

27. Silva OB, Nascimento CA, Pereira MMS, Silva JL, Batista MHJ, Rocha MA. Mental health of the nurse in front of coping-covid-19. Braz J Develop. 2021; 7(8):76100-11.

28. Lopes FQRS, Rocha SV, Teixeira JRB, Cerqueira SSB, Araújo TM. Leisure physical inactivity and common mental disorders in Primary Health Care workers. RSD. 2021; 10(5):26110514690.

29. Campos FM, Araújo TM, Viola DN, Oliveira PCS, Sousa CC. Estresse ocupacional e saúde mental no trabalho em saúde: desigualdades de gênero e raça. Cad Saúde Colet. 2020; 28(4):579-89.

30. Oliveira N, Silva Júnior O, Moraes A, Venditti Júnior R. Saúde mental dos profissionais da saúde mental: um estudo exploratório. Rev Psicologia, Saúde & Doenças. 2023; 24(1):176-88.

31. Pereira GP, Silva CMGD. Practice of physical activity and quality of life at work of professors: bibliographic review. Braz J Develop. 2020; 6(10):74997-5013.

32. Abrao KR, Quixabeira APS, Ferreira MVN. Atividade física no lazer: uma análise acerca da promoção da saúde dos profissionais das unidades básicas de saúde de Miracema do Tocantins. Rev Humanidades e Inovação. 2022; 9(9):352-74.

33. Gomes CFM, Pereira Junior RJ, Cardoso JV, Silva DA. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. SMAD - Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2020; 16(1):1-8.

34. Silva DA, Marcolan JF. Eventos de risco associados ao comportamento suicida. Medicina (Ribeirão Preto) [Internet]. 2023; 56(1):e-198213.

35. Silva DA, Marcolan JF. Fatores de risco para reincidência da tentativa de suicídio. Rev Pesqui (Univ Fed Estado Rio J. Online). 2022; 14:e-11929.

36. Silva DA, Marcolan JF. Tendência da taxa de mortalidade por suicídio no Brasil. Rev Baiana Enferm. 2022; 36:e45174.

37. Silva J, Silva DB, Nascimento LC, Gomes RA, Freire GG, Gondim ALM, et al. Promoção da saúde mental dos trabalhadores da saúde: as práticas integrativas e complementares como estratégias de cuidado. Rev Ciênc Plural. 2022; 8(3):1-16.

38. Teixeira G, Gaspar F, Lucas P. Nurse manager's role in promoting culturally competent work environments in nursing: an integrative review. NTQR. 2022; 13:e664.