

TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS ENTRE TRABALHADORES DA SAÚDE

COMMON MENTAL DISORDERS AMONG HEALTH WORKERS

ADALBERTO FERREIRA DE CARVALHO¹, MARIANA SOUZA SANTOS², MARIA FERNANDA PEREIRA GOMES^{2*}, DAIANE SUELE BRAVO³, VANESSA RAMOS LOPES VALVERDE⁴, JOSÉ APARECIDO ALVES DE OLIVEIRA⁵

1. Acadêmico do curso de Enfermagem da Universidade Paulista campus Assis-SP; 2. Professora Doutora, Docente do curso de Enfermagem da Universidade Paulista campus Assis-SP; 3. Professora Doutora, Coordenadora Auxiliar do Curso de Enfermagem da Universidade Paulista campus Assis-SP; 4. Professora Mestra, Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Paulista campus Assis-SP; 5. Professor Especialista, Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Paulista campus Assis-SP.

* Rua Myrtes Spera Conceição, 301, Conjunto Nelson Marcondes, Assis, São Paulo, Brasil. CEP: 19813-550. m.fernanda_pgomes@hotmail.com

Recebido em 05/06/2023. Aceito para publicação em 01/07/2023

RESUMO

Os objetivos deste estudo foram identificar os transtornos mentais mais comuns entre os profissionais de saúde, analisar a forma com que os profissionais lidam com os transtornos mentais e verificar na literatura o que tem sido feito para ajudar esses profissionais. Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura realizada na base de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (B.V.S) com a utilização dos descritores: “Transtornos mentais”, “Profissionais de saúde” e “Saúde Mental”. Um total de 842 artigos foram previamente encontrados a partir da consulta às bases de dados, após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 37 estudos para a leitura na íntegra, assim 09 publicações foram incluídas. Pode-se concluir que os transtornos mentais comuns entre os trabalhadores da saúde são: a depressão e os episódios depressivos, transtornos ansiosos, síndrome de Burnout e estresse. Verificou-se que as causas desses transtornos mentais são em sua grande maioria relacionadas ao trabalho, principalmente a carga elevada de trabalho e a dupla jornada, onde ambas poderiam ser minimizadas se houvesse um piso salarial que garantisse mais estabilidade financeira e emocional aos profissionais, e o dimensionamento correto de profissionais, proporcionando uma distribuição melhor do trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: Transtornos mentais; profissionais de saúde; saúde mental.

ABSTRACT

The objectives of this study were to identify the most common mental disorders among health professionals, to analyze the way in which professionals deal with mental disorders and to verify in the literature what has been done to help these professionals. This is an integrative literature review study carried out in the database: Virtual Health Library (B.V.S) with the use of the descriptors: “Mental disorders”, “Health professionals” and “Mental Health”. A total of 842 articles were previously found by consulting the databases, after reading the titles and abstracts, 37 studies were selected for full reading, thus 09 publications were included. It can be concluded that the

common mental disorders among health workers are depression and depressive episodes, anxiety disorders, Burnout syndrome and stress. It was found that the causes of these mental disorders are mostly work-related, especially the high workload and double shifts, where both could be minimized if there was a salary floor that would guarantee more financial and emotional stability to professionals, and also the correct dimensioning of professionals, providing a better distribution of work.

KEYWORDS: Mental disorders; health professionals; mental health.

1. INTRODUÇÃO

Conforme a Organização Mundial da Saúde, a saúde mental é um “estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade”¹.

Nessa perspectiva a saúde mental impacta diretamente na qualidade de vida e bem-estar regulando as relações. No campo do trabalho as alterações psíquicas ou doenças mentais surgem quando o trabalho gera demandas que impedem a adaptação do trabalhador².

Na área da saúde os transtornos mentais nos trabalhadores podem ser decorrentes de vários fatores como: carga horária elevada, baixa remuneração, múltiplos vínculos empregatícios, falta de recursos materiais e falta de estabilidade e benefícios no trabalho³.

Outrossim, atender diariamente pacientes com diferentes doenças, enfrentara dor, o sofrimento, a morte, o excesso de trabalho, a elevada responsabilidade e atividades de plantão também podem corresponder às causas desses problemas. Para os profissionais que lidam diretamente com o atendimento em saúde mental, a vulnerabilidade à sobrecarga emocional, bem como o medo em ser agredido e o cansaço ao final do expediente podem favorecer o estresse, a ansiedade, a depressão, dentre

outros transtornos, contudo, isso não necessariamente irá ocorrer com todos os profissionais que lidam com pacientes psiquiátricos diariamente³.

Organismos internacionais e órgãos oficiais nacionais têm demonstrado crescente preocupação com a questão do atendimento à saúde do trabalhador, considerando-se irrefutável, hoje, a relação entre atividade ocupacional e adoecimento. A morbimortalidade tendencial da população trabalhadora aponta para uma prevalência cada vez mais constante de agravos caracterizados por um mal-estar difuso. Os transtornos mentais refletem quatro das dez principais causas de incapacidade em todo o mundo e afetam 25% da população em alguma fase de sua vida⁴.

Os transtornos mentais apontam complexos diagnósticos precoces, sendo capazes de ocasionar perturbações psicoemocionais, orgânicas, sociais e culturais. Em razão de sua natureza subjetiva e ao estigma social que a patologia representa, este quadro resulta em déficit de assistência adequada a maioria da população em sofrimento mental. Aproximadamente 90% das manifestações psiquiátricas envolvem distúrbios não-psicóticos, incluindo depressão, ansiedade e sintomas como insônia, fadiga, estresse, dificuldade de memória e queixas somáticas⁵.

A partir da confirmação do diagnóstico da doença e do estabelecimento de sua relação com o trabalho, devem ser desenvolvidas ações direcionadas ao (à) trabalhador(a) doente ou em sofrimento e ações coletivas⁵.

Dentre as unidades de assistência em saúde mental, estão os CAPS que se estabelecem como serviços de complexidade diferenciada, conforme Portaria GM/MS nº 336, de 19 de fevereiro de 2002. Nesta Portaria constam como atividades comuns a todos os níveis de complexidade: atendimento individual (medicamentoso, psicoterápico, de orientação, entre outros); atendimento em grupos (psicoterapia, grupo operativo, atividades de suporte social, entre outras); atendimento em oficinas terapêuticas executadas por profissional de nível superior ou nível médio; visitas domiciliares; atendimento à família; atividades comunitárias enfocando a integração do paciente na comunidade e sua inserção familiar e social⁶.

Diante do exposto, surge a seguinte questão: Quais os transtornos mentais mais comuns entre os profissionais da área da saúde e como lidam com isso?

Esta pesquisa justifica-se na importância de reconhecer como anda a saúde mental dos profissionais de saúde, tendo em vista sua rotina extensa de trabalho e como isso tem afetado esses profissionais. Os transtornos mentais constituem 12% do total de doenças e incapacidades no mundo, sendo que um quarto das pessoas será afetada por um transtorno mental em alguma fase da vida, devido à natureza crônica que produz incapacitação são considerados um problema de saúde pública, pois causam estigmas e outros problemas⁷.

A hipótese da pesquisa é de que a literatura evidenciará que os transtornos mentais mais comuns

presentes entre os profissionais de saúde, são a depressão, síndrome de burnout, transtornos de ansiedade entre outros, devido a carga elevada de trabalho.

Os objetivos deste estudo foram identificar os transtornos mentais mais comuns entre os profissionais de saúde, analisar a forma com que os profissionais lidam com os transtornos mentais e verificar na literatura o que tem sido feito para ajudar esses profissionais.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de revisão integrativa da literatura. A revisão integrativa inclui a análise de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e a melhoria da prática clínica, possibilitando a síntese do estado do conhecimento de um determinado assunto, além de apontar lacunas do conhecimento que precisam ser preenchidas com a realização de novos estudos. Este método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo⁸.

Foi realizado uma busca na base de dados da BVS com os descritores: Transtornos mentais, profissionais de saúde, saúde mental e o operador booleano “AND”, onde foram encontradas 7.546 publicações e aplicando os filtros disponível e língua portuguesa, restaram 842 artigos. Após leitura do título e resumo selecionou-se 37 artigos para leitura na íntegra. Foram excluídos artigos duplicados e que não respondiam a questão norteadora, totalizando assim 09 artigos selecionados para a síntese teórica.

3. RESULTADOS

A partir da análise das 09 referências bibliográficas selecionadas, construiu-se o quadro 1 que mostra as informações relacionadas ao título, autoria, ano de publicação e objetivos.

Quadro 1. Características das referências bibliográficas selecionadas.

TÍTULO	ANO	OBJETIVOS
Absenteísmo dos profissionais de enfermagem de um hospital universitário do estado de São Paulo, Brasil	2014	Descrever as causas do absenteísmo entre os profissionais de enfermagem de um hospital público universitário de Campinas – São Paulo
Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar	2015	Identificar sintomas relacionados ao estresse e ansiedade de profissionais de enfermagem que atuam em setor de clínica médica de um hospital público.
Absenteísmo por transtornos mentais em trabalhadores de saúde em um hospital no sul do	2016	Descrever o perfil de adoecimento por transtornos mentais e comportamentais em trabalhadores de saúde de um hospital de ensino no

Brasil		sul do Brasil
Esgotamento profissional e transtornos mentais comuns em enfermeiros oncológicos	2018	Investigar a existência de Síndrome do Esgotamento Profissional e Transtornos Mentais Comuns em enfermeiros oncologistas.
Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira	2018	Levantar estudos brasileiros com vistas a identificar a relação causal entre os transtornos mentais e o trabalho dos profissionais da enfermagem
Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde	2019	Identificar o impacto da Síndrome de Burnout (SB) na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da Atenção Básica à Saúde.
Repercussões para saúde mental de profissionais de enfermagem atuantes no enfrentamento à Covid-19: revisão integrativa	2021	Identificar as repercussões na saúde mental de profissionais de enfermagem atuantes no enfrentamento da Covid-19 no primeiro ano do contexto pandêmico.
Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19	2021	Analisar a prevalência de sintomas depressão, ansiedade e fatores associados em profissionais da equipe de enfermagem durante a pandemia da Covid-19
Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência	2022	Analisar as variáveis sociodemográficas e de trabalho quanto ao risco de transtorno mental comum em profissionais de enfermagem que atuam em serviços de atenção às urgências e emergências

Fonte: Elaboração própria, 2022.

4. DISCUSSÃO

Os trabalhadores da área da saúde, especificamente da enfermagem apresentam maior predisposição para sofrimento mental, sendo a depressão uma das três doenças que mais os acometem. Isto se deve não só a natureza da atividade que desenvolvem; que está diretamente relacionada a sofrimentos físicos e emocionais daqueles a quem estes prestam seus serviços, mas também as condições de trabalho e falta de reconhecimento profissional.⁹

O outro fator relacionado que se destacou em relação depressão foi a renda mensal dos profissionais, onde os profissionais com renda mensal de 3 a 4 salários-mínimos obtiveram uma prevalência de sintomas de depressão moderadamente severa ou severa 41% maior que profissionais com renda mensal igual ou maior a 5 salários-mínimos.⁹

No que diz respeito à renda, analisou-se que quanto menor a renda maior é a prevalência de depressão, podendo relacionar-se essa prevalência em profissionais com apenas um vínculo empregatício. Todavia, quanto mais vínculos de trabalho, maior o aumento da renda e consequentemente maior impacto na saúde mental, em virtude do desgaste profissional.⁹

O aumento de vínculos empregatícios em grande parte, está relacionado à baixos salários, ausência de piso salarial e dupla ou tripla jornada, fatores que agravam ou provocam desgaste físico e psicológico.⁹

Questões relacionadas com os fatores psicossociais e organizacionais poderiam contribuir para o absenteísmo relacionado com os transtornos mentais. Um estudo realizado no Sul do Brasil verificou que se referindo ao risco de adoecimento, há um maior risco por episódios depressivos, ansiedade e estresse. Ao avaliar o índice de dias de afastamento, observou-se que entre os enfermeiros os transtornos que geraram mais dias de afastamentos foram os ansiosos^{10,11}.

Outro estudo também observou que 12% dos profissionais já tiveram afastamento com atestado médico em algum momento da vida profissional por motivo de estresse ou ansiedade. É importante ressaltar que a prevalência de ansiedade entre os profissionais de enfermagem é superior aos índices observados em outras categorias^{12,13}.

O sentimento de ansiedade é observado com certa frequência no cotidiano dos profissionais de saúde, entretanto, a aproximação de situações como a morte iminente de pacientes pode apontar a existência de níveis de ansiedade até 40% maiores que os normais.¹³

Os sintomas da ansiedade e estresse decorrentes de atividades laborais encontrados na literatura foram cefaleia, irritabilidade, perda de concentração, fadiga, alterações do sono, alterações de apetite, preocupações excessivas, sensação de desgaste físico constante, problemas de memória, mal-estar generalizado sem causa específica¹².

Há inúmeras condições que favorecem para que aconteçam transtornos mentais relacionados ao trabalho, entre eles: sobrecarga e jornadas demasiadas de trabalho, padrão de sono e vigília comprometidos, baixa remuneração e mais de um vínculo e processos de trabalho¹⁴.

O trabalhador com transtorno mental apresenta sintomas variados como irritabilidade, insônia, estafa, esquecimento, perda da concentração, baixo desempenho físico e intelectual, queixas algicas e somáticas, sendo a organização ocupacional e as condições de vida os aspectos motivadores para o surgimento do adoecimento psíquico. Essa sintomatologia pode ser duradoura ou transitória,

recorrente ou não, pouco fatais, mas incapacitantes¹⁴.

O esgotamento físico, emocional e mental motivado pelo emprego pode produzir apatia, abatimento, enraivecimento, irritabilidade e ansiedade. Provoca ainda despersonalização e estagnação, ocasionando declínio na produtividade, na atuação e na satisfação do trabalhador¹⁴.

Em um estudo realizado com enfermeiros oncologistas, percebeu-se que muitos experimentam exaustão emocional, insatisfação no trabalho e intenção de deixar seu trabalho¹⁵.

A exaustão emocional é manifestada pelo esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo, sendo considerada a característica inicial da Síndrome de *Burnout*, e decorre principalmente da sobrecarga e conflito pessoal nas relações interpessoais¹⁶.

A síndrome de *Burnout* relaciona-se ao trabalho e gera danos pessoais e coletivos, pois compromete não só a saúde do indivíduo, mas também interfere negativamente no cuidado oferecido pelo profissional. O profissional acometido por essa síndrome tende a apresentar diminuição em seu rendimento de trabalho e dificuldades na relação com a equipe de trabalho refletindo o impacto negativo que a síndrome traz para a qualidade de vida¹⁶.

Em virtude da natureza do trabalho, que não pode ser modificada, existe a possibilidade de prover recursos tanto materiais quanto organizacionais, de modo que facilite o desenvolvimento do trabalho dos profissionais de saúde. E em função do impacto negativo dos transtornos mentais comuns na qualidade de vida e na saúde, propõe-se que sejam implementados espaços de escuta, reflexões e apoio psicológico a esses trabalhadores¹⁷.

5. CONCLUSÃO

Pode-se concluir que os transtornos mentais comuns entre os trabalhadores da saúde são: a depressão e os episódios depressivos, transtornos ansiosos, síndrome de *Burnout* e estresse.

Verificou-se que as causas desses transtornos mentais são em sua grande maioria relacionadas ao trabalho, principalmente a carga elevada de trabalho e a dupla jornada, onde ambas poderiam ser minimizadas se houvesse um piso salarial que garantisse mais estabilidade financeira e emocional aos profissionais, e o dimensionamento correto de profissionais, proporcionando uma distribuição melhor do trabalho.

Além disso, propõe-se que os empregadores invistam na saúde mental dos trabalhadores, proporcionando uma escuta ativa e apoio psicológico aos profissionais, tendo em vista reestabelecer a saúde sua mental.

6. REFERÊNCIAS

- [1] Fundação Osvaldo Cruz [Internet]. Saúde Mental. Rio de Janeiro; 2022. [citado 2022 jan 7]. Disponível em: <https://pensesus.fiocruz.br/saude-mental>.
- [2] Gomes A, Bem-Haja P, Alberty A, Brito-Costa S, Fernández MIR, Silva C, et al. Capacidade para o trabalho e fatores psicossociais de saúde mental: uma amostra de profissionais de saúde portugueses. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* [Internet]. 2015 [citado 2022 jan 7];1(2):95-114. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851793009.pdf>.
- [3] Fernandes MA, Soares LMD, Silva JS. Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira. *Rev Bras Med Trab*. [Internet]. 2018; [citado 2022 jan 7];16(2):218-24. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v16n2a13.pdf>.
- [4] Carlotto MS, Amazarray MR, Chinazzo I, Taborda L. Transtornos Mentais Comuns e fatores associados em trabalhadores: uma análise na perspectiva de gênero. *Cad. Saúde Colet*. [Internet]. 2011 [citado 2022 jan 7];19(2):172-8. Disponível em: http://www.cadernos.iesc.ufrj.br/cadernos/images/csc/2011_2/artigos/csc_v19n2_172-178.pdf.
- [5] Alves AP, Pedrosa LAK, Coimbra MAR, Miranzi MAS, Hass VJ. Prevalência de transtornos mentais comuns entre profissionais de saúde. *Rev enferm UERJ* [Internet]. 2015;23(1):64-9. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/8150/1233>.
- [6] Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Saúde do trabalhador e da trabalhadora. Brasília: Ministério da Saúde; 2018.
- [7] Bahia. Secretaria da Saúde do Estado. Superintendência de Vigilância e Proteção da Saúde. Diretoria de Vigilância e Atenção à Saúde do Trabalhador. Centro Estadual de Referência em Saúde do Trabalhador. Protocolo de atenção à saúde mental e trabalho. Salvador: DIVAST; 2014.
- [8] Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm* [Internet]. 2008 [citado 2022 mar 21];17(4):758-64. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt>.
- [9] Santos KMR, Galvão MHR, Gomes SM, Souza TA, Medeiros AA, Barbosa IR. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Esc Anna Nery* [Internet]. 2021 [citado 2022 mar 21];25(spe): e20200370. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/DfmDPNnHcwnVymcDsHDc6hp/>.
- [10] Santana LL, Sarquis LMM, Brey C, Miranda FMA, Felli VEA. Absenteísmo por transtornos mentais em trabalhadores de saúde em um hospital no sul do Brasil. *Rev Gaúcha Enferm*. [Internet]. 2016 [citado 2022 mar 21];37(1). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/BBYRqmqBKw6HGmGgpPgNjk6D/?lang=pt>.
- [11] Lucca SR, Rodrigues MSD. Absenteísmo dos profissionais de enfermagem de um hospital universitário do estado de São Paulo, Brasil. *Rev Bras Med Trab*. [Internet]. 2015 [citado 2022 mar 21];13(2):76-82. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/7/pt-BR/absenteismo-dos-profissionais-de-enfermagem-de-um-hospital-universitario-do-estado-de-sao-paulo-brasil>.
- [12] Sena AFJ, Lemes AG, Nascimento VF, Rocha EM. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem

- no âmbito hospitalar. J Nurs Health. [Internet]. 2015 [citado 2022 maio 10];5(1):27-37. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/bdenf/2015/bde-31697/bde-31697-538.pdf>.
- [13] Faria MGA, França KCFG, Guedes FC, Soares MS, Gallasch CH, Alves LVV. Repercussões para saúde mental de profissionais de enfermagem atuantes no enfrentamento à Covid-19: revisão integrativa. Rev. Enferm. UFSM. [Internet]. 2021 [citado 2022 maio 10];11, e70. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/64313>.
- [14] Fernandes MA, Soares LMD, Silva JS. Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira. Rev Bras Med Trab. [Internet]. 2018 [citado 2022 maio 10];16(2). Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/318/pt-BR/transtornos-mentais-associados-ao-trabalho-em-profissionais-de-enfermagem--uma-revisao-integrativa-brasileira>.
- [15] Ramos CEB, Farias JA, Costa MBS, Fonseca LCT. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. Revista Brasileira de Ciências da Saúde. [Internet]. 2019 [citado 2022 maio 10];23(3). Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/article/view/P4-43595/27686>.
- [16] Oliveira PP, Amaral JG, Silva LS, Fonseca DF, Silveira EAA, Amaral RA, Santos LA. Esgotamento profissional e transtornos mentais comuns em enfermeiros oncológicos. Rev enferm UFPE on line [Internet]. 2018 [citado 2022 maio 10]; 12(9). Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234712>.
- [17] Moura RCD, Chavaglia SRR, Coimbra MAR, Araújo APA, Scardua AS, Ferreira LA, et al. Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. Acta Paul Enferm. [Internet]. 2022 [citado 2022 maio 10];35:eAPE03032. Disponível em: <https://acta-ape.org/article/transtornos-mentais-comuns-em-profissionais-de-enfermagem-de-servicos-de-emergencia/>.