



**INSTITUTO LATINO-AMERICANO DE
CIÊNCIAS, DA VIDA E DA NATUREZA
(ILACVN)**

MEDICINA

**ENTRE O CUIDAR E O ADOECER: REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE SAÚDE
MENTAL NA PRÁTICA PROFISSIONAL EM SAÚDE**

JULIA ADELAIDA IMLACH VILLALBA

Foz do Iguaçu
2025



**INSTITUTO LATINO-AMERICANO DE CIÊNCIAS,
DA VIDA E DA NATUREZA**

MEDICINA

**ENTRE O CUIDAR E O ADOECER: REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE SAÚDE MENTAL
NA PRÁTICA PROFISSIONAL EM SAÚDE**

MEDICINA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto Latino-Americano de Ciências, da vida e da natureza da Universidade Federal da Integração Latino-Americana, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Medicina.

Orientadora: Prof. Geiza Lemos Hein Sant'Anna

Foz do Iguaçu
2025

JULIA ADELAIDA IMLACH VILLALBA

**ENTRE O CUIDAR E ADOECER: REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE SAÚDE MENTAL NA PRÁTICA PROFISSIONAL EM
SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto Latino-Americano de Ciências, da vida e da natureza da Universidade Federal da Integração Latino-Americana, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Medicina.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Geiza Lemos Hein San´Anna
UNILA

Prof. Me. Rosana Alvarez Callejas
UNILA

Prof. Albert Luiz Costa da Costa
UNILA

Foz do Iguaçu, 05 de agosto de 2025

TERMO DE SUBMISSÃO DE TRABALHOS ACADÊMICOS

Nome completo do autor: Julia Adelaida Imlach Villalba

Curso: Medicina

Documento de identificação (RG, CPF, Passaporte, etc.): 104.320.071-13

E-mail: adelaidaimlach@hotmail.com

Tipo de Documento

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Graduação | <input type="checkbox"/> Artigo |
| <input type="checkbox"/> Especialização | <input checked="" type="checkbox"/> Trabalho de conclusão de curso |
| <input type="checkbox"/> Mestrado | <input type="checkbox"/> Monografia |
| <input type="checkbox"/> Doutorado | <input type="checkbox"/> Dissertação |
| <input type="checkbox"/> Tese | <input type="checkbox"/> CD/DVD – Obras audiovisuais |

Título do trabalho acadêmico: Entre o cuidar e adoecer: revisão integrativa sobre saúde mental na prática profissional em saúde.

Nome do orientador(a): Prof^a. Geíza Lemos Hein Sant'Anna.

Data da Defesa: 05/08/2025

Licença não-exclusiva de Distribuição

O referido autor(a):

a) Declara que o documento entregue é seu trabalho original, e que o detém o direito de conceder os direitos contidos nesta licença. Declara também que a entrega do documento não infringe, tanto quanto lhe é possível saber, os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade.

b) Se o documento entregue contém material do qual não detém os direitos de autor, declara que obteve autorização do detentor dos direitos de autor para conceder à UNILA – Universidade Federal da Integração Latino-Americana os direitos requeridos por esta licença, e que esse material cujos direitos são de terceiros está claramente identificado e reconhecido no texto ou conteúdo do documento entregue.

Se o documento entregue é baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não a Universidade Federal da Integração Latino-Americana, declara que cumpriu quaisquer obrigações exigidas pelo respectivo contrato ou acordo.

Na qualidade de titular dos direitos do conteúdo supracitado, o autor autoriza a Biblioteca Latino-Americana – BIUNILA a disponibilizar a obra gratuitamente e de acordo com a licença pública Creative Commons Licença 3.0 Unported.

Foz do Iguaçu, 05 de agosto de 2025.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus, por me sustentar em todos os momentos desta caminhada, iluminando meu caminho com fé, força e esperança, mesmo diante dos desafios.

Agradeço também, com profundo carinho e admiração, à minha professora orientadora Geíza Lemos Hein Sant'Anna, não só pela constante orientação neste trabalho, mas sobretudo pela sua amizade.

Tive a honra de aprender com uma profissional amorosa, amigável, paciente, responsável e profundamente comprometida com aquilo que faz. Mesmo diante da sobrecarga e das múltiplas demandas do dia a dia, sempre deu o melhor de si, oferecendo não apenas seu tempo, mas também seu coração.

Sua postura ética, seu senso de justiça e sua honestidade sempre se destacaram, servindo como exemplo constante. Por meio de suas atitudes, ensinou, com sensibilidade e coerência, o verdadeiro significado da empatia e da escuta atenta.

Levo comigo não apenas os conhecimentos técnicos que compartilhou, mas também os valores humanos que transmitiu com tanto carinho e generosidade. E é justamente esses valores — de respeito, responsabilidade, ética e cuidado genuíno com o outro — que espero aplicar quando eu mesma estiver atuando como profissional da área da saúde.

Minha eterna gratidão por cada ensinamento, cada palavra de incentivo e cada gesto de apoio ao longo dessa jornada.

*“Quando a gente cuida de alguém, a gente se
transforma.”*

Ana Cláudia Quintana Arantes

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar a produção científica nacional publicada entre 2015 e 2024 acerca da prevalência, fatores de risco e repercussões dos principais transtornos mentais (especialmente ansiedade, depressão e síndrome de burnout) entre profissionais da saúde no Brasil. Para isso, realizou-se uma revisão integrativa da literatura, utilizando a estratégia PICO adaptada à realidade do tema. A busca foi realizada nas bases SciELO, PubMed, LILACS e revistas de divulgação científica, com descritores controlados e operadores booleanos, considerando artigos originais, estudos transversais e revisões integrativas ou sistemáticas que abordassem a saúde mental de trabalhadores da saúde no país. Dos 98 estudos inicialmente encontrados, 17 atenderam integralmente aos critérios de inclusão e foram analisados de forma descritiva e categorizada. Os resultados revelaram que ansiedade, depressão e burnout são os transtornos psíquicos mais prevalentes entre esses profissionais, sendo agravados por fatores como carga horária excessiva, sobrecarga emocional, precariedade das condições de trabalho e impactos da pandemia de COVID-19. Profissionais da enfermagem, técnicos, agentes comunitários e médicos que atuam em contextos de alta complexidade aparecem como os mais vulneráveis ao sofrimento psíquico. O adoecimento mental nesses grupos compromete a qualidade da assistência, gera absenteísmo, aumenta a rotatividade e prejudica a saúde ocupacional. A pandemia intensificou esses problemas ao expor fragilidades institucionais e aumentar a sobrecarga emocional. Apesar da existência de medidas preventivas descritas na literatura, como apoio psicológico, reorganização do trabalho, capacitação em resiliência e fortalecimento das redes de apoio, observou-se uma carência de estudos que avaliem sua efetividade. Também foram identificadas lacunas na literatura, como a ausência de análises comparativas entre diferentes categorias profissionais e a escassez de revisões que articulem os efeitos da pandemia às estratégias institucionais de enfrentamento. Conclui-se que há necessidade urgente de ações intersetoriais e políticas públicas mais eficazes, bem como de estudos futuros que investiguem a efetividade das intervenções e proponham abordagens integradas e contextualizadas para a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho em saúde.

Palavras-chave: Saúde mental; Profissionais de saúde; Ansiedade; Transtornos depressivos; Esgotamento psicológico.

RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo analizar la producción científica nacional publicada entre 2015 y 2024 sobre la prevalencia, factores de riesgo y repercusiones de los principales trastornos mentales (especialmente ansiedad, depresión y síndrome de burnout) entre profesionales de la salud en Brasil. Para ello, se realizó una revisión integradora de la literatura utilizando la estrategia PICO adaptada a la realidad del tema. La búsqueda se llevó a cabo en las bases SciELO, PubMed, LILACS y revistas de divulgación científica, con descriptores controlados y operadores booleanos, considerando artículos originales, estudios transversales y revisiones integradoras o sistemáticas que abordaran la salud mental de trabajadores de la salud en el país. De los 98 estudios inicialmente encontrados, 17 cumplieron íntegramente con los criterios de inclusión y fueron analizados de forma descriptiva y categorizada. Los resultados revelaron que la ansiedad, la depresión y el burnout son los trastornos psíquicos más prevalentes entre estos profesionales, agravados por factores como la carga horaria excesiva, la sobrecarga emocional, la precariedad de las condiciones laborales y los impactos de la pandemia de COVID-19. Profesionales de enfermería, técnicos, agentes comunitarios y médicos que trabajan en contextos de alta complejidad aparecen como los más vulnerables al sufrimiento psíquico. El deterioro de la salud mental en estos grupos compromete la calidad de la atención, genera ausentismo, incrementa la rotación y perjudica la salud ocupacional. La pandemia intensificó estos problemas al evidenciar fragilidades institucionales y aumentar la sobrecarga emocional. A pesar de la existencia de medidas preventivas descritas en la literatura, como el apoyo psicológico, la reorganización del trabajo, la capacitación en resiliencia y el fortalecimiento de las redes de apoyo, se observó una escasez de estudios que evalúen su efectividad. También se identificaron lagunas en la literatura, como la ausencia de análisis comparativos entre diferentes categorías profesionales y la falta de revisiones que articulen los efectos de la pandemia con las estrategias institucionales de afrontamiento. Se concluye que existe una necesidad urgente de acciones intersectoriales y políticas públicas más eficaces, así como de estudios futuros que investiguen la efectividad de las intervenciones y propongan enfoques integrados y contextualizados para la promoción de la salud mental en el entorno laboral en salud.

Palabras clave: Salud mental; Profesionales de la salud; Ansiedad; Trastornos depresivos; Agotamiento psicológico.

ABSTRACT

This study aims to analyze national scientific production published between 2015 and 2024 regarding the prevalence, risk factors, and repercussions of major mental disorders—especially anxiety, depression, and burnout syndrome—among healthcare professionals in Brazil. To achieve this, an integrative literature review was conducted using a PICO strategy adapted to the study topic. The search was carried out in the SciELO, PubMed, LILACS and scientific outreach journals databases, using controlled descriptors and Boolean operators. Original articles, cross-sectional studies, and integrative or systematic reviews addressing the mental health of healthcare workers in Brazil were considered. Of the 98 studies initially retrieved, 17 fully met the inclusion criteria and were analyzed descriptively and categorically. The results revealed that anxiety, depression, and burnout are the most prevalent mental disorders among these professionals, exacerbated by factors such as excessive working hours, emotional overload, poor working conditions, and the impacts of the COVID-19 pandemic. Nurses, technicians, community health workers, and physicians working in high-complexity settings were found to be the most vulnerable to psychological distress. Mental illness in these groups compromises the quality of care, leads to absenteeism, increases staff turnover, and harms occupational health. The pandemic intensified these issues by exposing institutional weaknesses and increasing emotional strain. Although preventive measures such as psychological support, work reorganization, resilience training, and the strengthening of support networks are described in the literature, there is a lack of studies evaluating their effectiveness. Gaps were also identified, including the absence of comparative analyses across different professional categories and the scarcity of reviews linking pandemic-related effects to institutional coping strategies. It is concluded that there is an urgent need for intersectoral actions and more effective public policies, as well as future studies that investigate the effectiveness of interventions and propose integrated and context-sensitive approaches to promoting mental health in the healthcare work environment.

Key words: Mental health; Healthcare professionals; Anxiety; Depressive disorders; Burnout.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 METODOLOGIA	14
3 RESULTADOS	16
3.1 Principais transtornos psíquicos entre profissionais da saúde no Brasil	18
3.2 Índices de prevalência e fatores associados	18
3.3 Categorias profissionais mais vulneráveis e contextos de atuação	19
3.4 Implicações do adoecimento mental para a prática profissional e saúde ocupacional	19
3.5 Impactos da pandemia COVID-19 sobre a saúde mental dos profissionais	20
3.6 Medidas de prevenção e suporte à saúde mental dos profissionais descritas	20
3.7 Lacunas na literatura e contribuição do estudo	21
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

O adoecimento mental entre profissionais da saúde tem se constituído como uma preocupação crescente no Brasil, especialmente diante das condições laborais que impactam diretamente o bem-estar psicológico desses trabalhadores. Profissionais submetidos a jornadas exaustivas, sobrecarga emocional, escassez de recursos e contato constante com o sofrimento humano figuram entre os grupos mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos psíquicos, como ansiedade, depressão e síndrome de burnout (SILVA et al., 2021; BECKER et al., 2021; BARBOSA et al., 2024).

Estudos nacionais recentes apontam que as demandas emocionais e estruturais da prática em saúde resultam em elevados índices de sofrimento psíquico, afetando tanto a qualidade de vida e produtividade dos profissionais quanto a segurança e a qualidade da assistência à população (JULIO et al., 2022; OLIVEIRA et al., 2022; CARVALHO et al., 2022). Revisões de literatura e sistemáticas indicam prevalência significativa desses transtornos, especialmente em ambientes marcados por precariedade institucional e sobrecarga (CARVALHO et al., 2022; OLIVEIRA et al., 2022).

A pandemia de COVID-19 exacerbou esse quadro, evidenciando fragilidades nos sistemas de apoio psicológico e políticas institucionais direcionadas à saúde mental dos profissionais na linha de frente (SOUZA et al., 2023; SERPA et al., 2022). Estudos realizados com trabalhadores brasileiros da saúde relataram níveis alarmantes de estresse, depressão e risco psicológico, com destaque para profissionais da enfermagem e técnicos (SOUZA et al., 2023; MOURA et al., 2022).

Embora os agravos mentais estejam entre as principais causas de afastamentos e perdas de produtividade, observa-se ainda uma lacuna na implementação de estratégias efetivas de prevenção, acolhimento e suporte psicossocial nas instituições públicas e privadas (BARBOSA et al., 2024; BRASIL, 2024). O Ministério da Saúde destaca a saúde mental como eixo prioritário da atenção ao trabalhador, demandando ações intersetoriais e dispositivos institucionais permanentes (BRASIL, 2024).

Profissões que envolvem contato direto e contínuo com os usuários, como enfermagem, agentes comunitários e técnicos, são as mais expostas ao esgotamento emocional e estresse crônico (VALIM et al., 2024; PIRES SANT'ANA et al., 2023). O

impacto do sofrimento psíquico nestes trabalhadores compromete tanto sua saúde quanto a efetividade dos sistemas de saúde (ALIM et al., 2024; SOARES et al., 2022).

Esse sofrimento pode desencadear absenteísmo, afastamentos prolongados, redução da empatia, falhas assistenciais e até abandono da profissão (SOARES et al., 2022; VALIM et al., 2024). Por isso, compreender os fatores associados ao adoecimento psíquico no trabalho em saúde é fundamental para embasar práticas institucionais e políticas públicas mais humanas e eficazes.

Diante deste contexto, torna-se essencial sistematizar as evidências científicas nacionais sobre a prevalência, fatores de risco e repercussões dos principais transtornos mentais — especialmente ansiedade, depressão e burnout — entre profissionais da saúde no Brasil. Essa análise contribui para o avanço da saúde ocupacional e subsidia a formulação de estratégias institucionais e políticas públicas voltadas à promoção do bem-estar mental desses trabalhadores.

Assim, esta revisão integrativa tem como objetivo analisar a produção científica nacional dos últimos dez anos, identificando contextos de maior vulnerabilidade e caminhos para a promoção da saúde mental ocupacional entre profissionais da saúde brasileiros.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que permite sintetizar resultados de pesquisas sobre um tema de forma sistemática, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento científico e apoio à prática baseada em evidências (SOARES et al., 2014).

A elaboração da revisão seguiu seis etapas metodológicas: formulação da questão de pesquisa; definição dos critérios de inclusão e exclusão; busca na literatura; seleção dos estudos; análise crítica e categorização dos dados; e apresentação dos resultados. Esse processo foi estruturado com base no modelo metodológico proposto por Soares et al. (2014).

Para guiar a presente revisão integrativa, utilizou-se a estratégia PICO, que auxilia na delimitação dos principais elementos da pergunta de pesquisa. Embora tradicionalmente utilizada em estudos de intervenção, sua aplicação foi adaptada ao contexto de uma revisão integrativa, visando organizar os critérios de busca e seleção de estudos. Assim, a delimitação do estudo foi realizada da seguinte maneira:

- P (população): Profissionais da saúde atuantes no Brasil.
- I (Intervenção/Exposição): Fatores ocupacionais, emocionais e contextuais associados ao sofrimento psíquico, como carga horária excessiva, contato com o sofrimento humano, precariedade das condições de trabalho e a pandemia da COVID-19.
- C (Comparador): Não aplicável.
- O (desfechos): Ansiedade, depressão e síndrome de burnout; índices de prevalência; categorias profissionais mais vulneráveis; impactos na saúde ocupacional e assistência prestada; medidas de prevenção e suporte descritas na literatura.
- T (tempo): Estudos publicados entre 2015 e 2024.

Foram considerados artigos publicados no período de janeiro de 2015 a junho de 2024, nos idiomas português, inglês ou espanhol, com texto completo disponível gratuitamente. As bases de dados utilizadas foram: SciELO, PubMed e LILACS, assim como revistas de divulgação científica como Brazilian Journal of Health Review, Frontiers

in Health Services, Belitung Nursing Journal e HU Revista, por serem relevantes para a área da saúde e ciências humanas.

Os descritores utilizados foram extraídos do DeCS/MeSH e incluíram: “transtornos mentais”, “ansiedade”, “transtornos depressivos”, “esgotamento psicológico”, “estresse ocupacional”, “profissionais da saúde”, “saúde do trabalhador”. Os termos foram combinados com operadores booleanos AND e OR, utilizando o vocabulário estruturado do DeCS e MeSH para garantir precisão terminológica.

Os critérios de inclusão foram: artigos originais, estudos transversais, revisões sistemáticas e integrativas, com abordagem quantitativa ou qualitativa, publicados em periódicos científicos revisados por pares, que abordassem a prevalência, fatores associados ou implicações da ansiedade, depressão ou síndrome de burnout entre profissionais da saúde no Brasil. Foram excluídas cartas ao editor, dissertações, teses, relatos de experiência, editoriais, e artigos com amostra exclusivamente de estudantes ou residentes.

3 RESULTADOS

A busca resultou inicialmente em 98 estudos. Após a leitura dos títulos e remoção de duplicatas, 52 foram pré-selecionados para leitura de resumos. Destes, 25 artigos atenderam aos critérios para leitura na íntegra. Ao final, foram selecionados 17 artigos que atenderam integralmente aos critérios da presente revisão.

Os dados extraídos dos artigos foram organizados em um quadro-síntese contendo: autor, ano, base de indexação, tipo de estudo, categoria profissional estudada e principais achados. A análise dos dados foi realizada de forma descritiva e categorizada, buscando identificar padrões, convergências e lacunas na produção científica sobre saúde mental de profissionais da saúde no Brasil.

Quadro 1 - Classificação dos artigos selecionados.

Autor (Ano)	Base de Dados	Tipo de Estudo	Categoria Profissional	Foco Principal	Indexação
SILVA et al. (2021)	SciELO	Revisão sistemática com metanálise	Profissionais de saúde em geral	Prevalência de ansiedade na COVID-19	PubMed / LILACS
SOUZA et al. (2023)	SciELO	Estudo transversal	Profissionais de enfermagem	Resiliência, depressão e autoeficácia na pandemia	PubMed / LILACS
CARVALHO et al. (2022)	Brazilian Journal of Health Review	Revisão de literatura	Profissionais de saúde em geral	Prevalência e impacto da Síndrome de Burnout	Não indexado
JARRUCHE; MUCCI (2021)	SciELO	Revisão integrativa	Profissionais de saúde em geral	Síndrome de burnout	PubMed / LILACS
DE MEDEIROS et al. (2022)	SciELO	Estudo transversal	Trabalhadores da saúde hospitalar	Prevalência de síndrome de burnout em hospitais	PubMed

GARCIA; MARZIALE (2018)	SciELO	Revisão integrativa	Trabalhadores da Atenção Primária	Indicadores de burnout na Atenção Primária	LILACS
ALIM et al. (2024)	Belitung Nursing Journal	Estudo transversal	Trabalhadores de enfermagem	Transtornos musculoesqueléticos, burnout e sofrimento	Não indexado
MOURA et al. (2022)	SciELO	Estudo transversal	Profissionais de enfermagem	Transtornos mentais comuns em enfermagem de emergência	PubMed / LILACS
BARBOSA et al. (2024)	SciELO	Revisão integrativa	Enfermeiros	Fatores associados ao workaholism e saúde mental	PubMed / LILACS
OLIVEIRA et al. (2022)	SciELO	Revisão sistemática	Profissionais de saúde	Prevalência de transtornos mentais na pandemia	PubMed / LILACS
JULIO et al. (2022)	SciELO	Estudo transversal	Trabalhadores da Atenção Primária	Prevalência de ansiedade e depressão	LILACS
SERPA et al. (2022)	SciELO	Estudo longitudinal	Profissionais de saúde	Saúde mental durante a pandemia COVID-19	PubMed
BECKER et al. (2021)	Frontier s in Health Services	Estudo transversal	Médicos	Fatores de risco e proteção para burnout	PubMed
VALIM et al. (2024)	Belitung Nursing Journal	Estudo transversal	Trabalhadores de enfermagem	Transtornos musculoesqueléticos, burnout e sofrimento	Não indexado
IBEIRO et al. (2018)	SciELO	Estudo transversal	Trabalhadores de saúde hospitalar	Estresse ocupacional em hospital universitário	PubMed / LILACS
SANTOS et al. (2019)	HU Revista	Revisão de literatura	Profissionais de saúde	Estresse nos profissionais de saúde	Não indexado

FERREIRA et al. (2022)	SciELO Preprints	Revisão integrativa	Profissionais de saúde	Adoecimento psíquico e impactos na vida	Não indexado
------------------------	------------------	---------------------	------------------------	---	--------------

Fonte: elaboração própria.

A seguir, serão apresentados os principais achados do trabalho, relacionados aos objetivos estabelecidos para esta revisão.

3.1 Principais transtornos psíquicos entre profissionais da saúde no Brasil (2015–2024)

A literatura brasileira recente mostra que os transtornos psíquicos mais frequentes entre profissionais da saúde são a ansiedade, depressão e a síndrome de burnout. Esses quadros são caracterizados por sintomas que comprometem a saúde mental e a qualidade de vida desses trabalhadores.

- Ansiedade é descrita como um estado de apreensão, medo e inquietação que pode afetar a capacidade de concentração e o desempenho no trabalho (SILVA et al., 2021; JULIO et al., 2022).
- Depressão envolve sentimentos persistentes de tristeza, perda de interesse e motivação, podendo levar a isolamento social e comprometimento funcional (OLIVEIRA et al., 2022).
- Burnout é uma síndrome relacionada ao estresse crônico no trabalho, que inclui exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (CARVALHO et al., 2022; JARRUCHE; MUCCI, 2021).

Esses transtornos são frequentemente inter-relacionados, agravando-se mutuamente e impactando a saúde geral do profissional.

3.2 Índices de prevalência e fatores associados

Os estudos apontam que a prevalência desses transtornos é alta:

- A ansiedade e a síndrome de burnout são encontradas em cerca de 30% a 50% dos profissionais avaliados em diferentes contextos (SILVA et al., 2021; DE MEDEIROS et al., 2022).

- A depressão apresenta taxas variáveis, mas significativa, especialmente em períodos de sobrecarga, como durante a pandemia (OLIVEIRA et al., 2022).

Fatores de risco principais:

- Carga horária excessiva: Longas jornadas e turnos irregulares prejudicam o descanso e a recuperação emocional (SOUZA et al., 2023).
- Sobrecarga emocional: Contato constante com sofrimento e morte, além do impacto do sofrimento dos pacientes, sobrecarrega psicologicamente (MOURA et al., 2022).
- Precariedade das condições de trabalho: Falta de recursos, equipamentos insuficientes e ambiente instável aumentam a pressão sobre os profissionais (BARBOSA et al., 2024).
- Isolamento social e medo durante a pandemia: A exposição ao risco de contágio e o distanciamento social impactaram a saúde mental (SERPA et al., 2022).

Esses fatores potencializam o estresse crônico e aumentam a vulnerabilidade aos transtornos psíquicos.

3.3 Categorias profissionais mais vulneráveis e contextos de atuação

Dentre os profissionais da saúde, algumas categorias são mais expostas:

- Enfermeiros, técnicos de enfermagem e agentes comunitários de saúde: Pela proximidade diária e maior tempo de contato com pacientes, frequentemente em contextos de alta demanda e recursos limitados (VALIM et al., 2024; ALIM et al., 2024).
- Médicos, especialmente os que atuam em unidades de terapia intensiva (UTI), emergências e oncologia, também apresentam altas taxas de burnout e transtornos (BECKER et al., 2021).
- Contextos de atuação vulneráveis incluem a atenção primária à saúde, unidades de alta complexidade (UTI, emergências) e serviços especializados onde o impacto emocional é maior (PIRES SANT'ANA et al., 2023; JULIO et al., 2022).

Essas categorias e contextos expõem os trabalhadores a uma intensa carga emocional e física, contribuindo para o adoecimento psíquico.

3.4 Implicações do adoecimento mental para a prática profissional e saúde ocupacional

O adoecimento mental tem impactos diretos na assistência e no sistema de saúde:

- Redução da qualidade do cuidado: Profissionais adoecidos apresentam diminuição da empatia, aumento de erros e falhas assistenciais (SOARES et al., 2022).
- Absenteísmo e rotatividade: O adoecimento leva a afastamentos frequentes e até abandono da profissão, aumentando a rotatividade e desorganizando equipes (BARBOSA et al., 2024).
- Queda na produtividade: O comprometimento da saúde mental prejudica o desempenho profissional, o que afeta o atendimento e a satisfação do paciente (OLIVEIRA et al., 2022).
- Prejuízos para a saúde ocupacional: O desgaste emocional agrava outras condições clínicas e compromete a qualidade de vida dos trabalhadores (JARRUCHE; MUCCI, 2021).

Portanto, o adoecimento psíquico não afeta apenas o indivíduo, mas toda a rede assistencial.

3.5 Impactos da pandemia COVID-19 sobre a saúde mental dos profissionais

A pandemia representou um fator de agravamento do quadro:

- Intensificação do estresse e ansiedade: A insegurança, a alta demanda e o medo da contaminação ampliaram os sintomas (SOUZA et al., 2023; SERPA et al., 2022).
- Fragilidades institucionais evidenciadas: Falta de apoio psicológico estruturado, insuficiência de recursos e ausência de políticas preventivas agravaram o adoecimento (BECKER et al., 2021).
- Aumento da sobrecarga emocional: Exposição constante ao sofrimento, perdas e dilemas éticos intensificaram o desgaste emocional (MOURA et al., 2022).
- Mudanças nos modelos de trabalho: Isolamento social, afastamentos e alterações nas rotinas impactaram negativamente a saúde mental (SERPA et al., 2022).

Assim, o cenário pandêmico revelou a urgência de estratégias eficazes para proteção dos profissionais.

3.6 Medidas de prevenção e suporte à saúde mental dos profissionais descritas

A literatura nacional aponta várias estratégias para minimizar o adoecimento mental:

- Programas de apoio psicológico contínuo: Supervisão clínica, grupos de suporte e aconselhamento (BARBOSA et al., 2024; MOURA et al., 2022).
- Redução da carga horária e reorganização do trabalho: Ajustes na jornada para melhorar o descanso e reduzir a exaustão (BRASIL, 2022).
- Capacitação em manejo do estresse e resiliência: Treinamentos para desenvolver habilidades emocionais e estratégias de enfrentamento (SOUZA et al., 2023).
- Fortalecimento da rede de atenção psicossocial: Integração entre serviços e políticas institucionais que valorizem o cuidado à saúde mental dos trabalhadores (BRASIL, 2024).
- Valorização do trabalho em equipe e comunicação: Incentivar ambientes colaborativos e diálogo aberto para reduzir o isolamento e o sofrimento (BARBOSA et al., 2024).

Por isso, nesse sentido, essas medidas visam não apenas tratar, mas sobretudo prevenir o adoecimento mental e promover o bem-estar dos profissionais.

3.7 Lacunas na literatura e contribuição do estudo

Apesar do crescente número de estudos sobre sofrimento psíquico entre profissionais da saúde no Brasil, ainda são escassas as revisões integrativas que realizem uma síntese atualizada, ampla e crítica das evidências científicas nacionais produzidas nos últimos dez anos. A literatura existente, em geral, concentra-se em populações e contextos específicos, carecendo de uma visão panorâmica que integre os principais transtornos mentais (especialmente ansiedade, depressão e síndrome de burnout) às condições laborais, categorias profissionais e implicações para a saúde ocupacional e para a qualidade da assistência prestada.

Além disso, poucos estudos analisam de forma articulada a prevalência desses transtornos, seus fatores ocupacionais e emocionais associados, e os impactos gerados tanto na vida dos trabalhadores quanto no funcionamento dos serviços de saúde. Embora sejam amplamente reconhecidos os efeitos adversos de jornadas exaustivas, sobrecarga

emocional e precariedade das condições de trabalho, a maioria das publicações limita-se a descrever tais fatores, sem avançar em uma análise crítica comparativa entre diferentes categorias profissionais e ambientes assistenciais, como atenção primária, unidades de terapia intensiva, urgências e serviços especializados.

Outro ponto crítico é que, mesmo após a pandemia da COVID-19, há carência de revisões que abordem especificamente seus efeitos sobre a saúde mental dos profissionais da linha de frente, considerando o agravamento do sofrimento psíquico em contextos de risco ampliado. Também se observa uma lacuna importante no levantamento e sistematização das estratégias preventivas, dispositivos institucionais e políticas públicas voltadas à saúde mental dos trabalhadores da saúde, especialmente nas redes públicas brasileiras.

Portanto, este estudo busca preencher essas lacunas ao propor uma revisão integrativa da literatura nacional (2015–2024), que identifique os transtornos mais prevalentes entre os profissionais da saúde, seus fatores associados, categorias mais vulneráveis, efeitos sobre a prática profissional, e as respostas institucionais e políticas relatadas ou recomendadas nos estudos. Ao realizar essa análise crítica e abrangente, a presente pesquisa visa não apenas contribuir para o avanço do conhecimento científico, mas também subsidiar decisões em saúde pública, práticas institucionais e ações intersetoriais mais efetivas voltadas à promoção do bem-estar mental desses trabalhadores.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa permitiu reunir e analisar a produção científica nacional, publicada entre 2015 e 2024, acerca da saúde mental de profissionais da saúde no Brasil, com foco nos transtornos de ansiedade, depressão e síndrome de burnout. Os achados confirmam que esses transtornos psíquicos estão entre os mais prevalentes na literatura, afetando de maneira significativa trabalhadores da linha de frente, sobretudo enfermeiros, técnicos de enfermagem e agentes comunitários de saúde.

Foram identificados índices elevados de prevalência para os três agravos, especialmente em contextos como Atenção Primária, Unidades de Terapia Intensiva, serviços de emergência e oncologia. Dentre os principais fatores associados ao adoecimento mental destacam-se a sobrecarga emocional, a precariedade das condições de trabalho, as longas jornadas, o contato constante com o sofrimento humano e, mais recentemente, os impactos diretos da pandemia da COVID-19. A pandemia intensificou sintomas de estresse, ansiedade e depressão, além de evidenciar a fragilidade dos dispositivos institucionais voltados ao cuidado psicossocial desses trabalhadores.

Os estudos também revelam que o sofrimento psíquico compromete não apenas a saúde dos profissionais, mas também a qualidade da assistência prestada, gerando consequências como absenteísmo, falhas no cuidado, esgotamento emocional e abandono da profissão. Apesar disso, há escassez de estratégias efetivas e permanentes de prevenção e suporte descritas na literatura. As recomendações encontradas envolvem programas de apoio psicológico, reorganização das jornadas, capacitação emocional, fortalecimento da rede psicossocial e promoção de ambientes de trabalho mais acolhedores e colaborativos.

Dessa forma, este estudo respondeu às perguntas de pesquisa ao identificar os principais transtornos psíquicos descritos na literatura, suas prevalências e fatores associados, às categorias profissionais e contextos mais vulneráveis, os impactos da pandemia e as medidas de suporte propostas. A revisão também destacou lacunas importantes na literatura, como a ausência de análises integradas entre diferentes categorias profissionais e a escassez de estudos que avaliem a efetividade de intervenções institucionais.

Recomenda-se que futuras pesquisas aprofundem a comparação entre diferentes contextos assistenciais, explorem os efeitos de estratégias institucionais de prevenção e acolhimento, e ampliem o enfoque qualitativo sobre as experiências vividas por esses profissionais. Também se sugere a realização de estudos longitudinais que acompanhem a evolução do sofrimento psíquico no pós-pandemia, bem como o impacto de políticas públicas na promoção da saúde mental ocupacional.

REFERÊNCIAS

- ALIM, M.D. *et al.* Occurrence of musculoskeletal disorders, burnout, and psychological suffering in Brazilian nursing workers: a cross-sectional study. **Belitung Nursing Journal**, Belitung, v. 10, n. 2, p. 143–151, abr. 2024. DOI: 10.33546/bnj.3054.
- BARBOSA, N.S., *et al.* Factors associated with workaholism in nurses' mental health: integrative review. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, v. 32, e4218, jul. 2024. DOI: 10.1590/1518-8345.7046.4218.
- BECKER, N.D. *et al.* Burnout Syndrome in Brazilian Medical Doctors: a cross-sectional examination of risk and protective factors. **Frontiers in Health Services**, v. 1, art. 760034, 16 nov. 2021. DOI: 10.3389/frhs.2021.760034.
- BRASIL. Ministério da Saúde; FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental dos trabalhadores dos serviços de saúde: diretrizes para formulação de políticas públicas em emergências em saúde pública** [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/saude-do-trabalhador/saude-mental-dos-trabalhadores-dos-servicos-de-saude.pdf>.
- CARVALHO, A.S. *et al.* A prevalência e o impacto dos casos de Síndrome de Burnout entre os profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 5, n. 2, p. 5198–5206, maio 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n2-102.
- FERREIRA, T. *et al.* Adoecimento psíquico dos profissionais de saúde na rede de atenção a saúde e seus impactos na vida: revisão integrativa. **SciELO Preprints**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.11266>.
- GARCIA, G.P.A.; MARZIALE, M. H. P. Indicators of burnout in Primary Health Care workers: integrative review of the literature published from 2000 to 2016. **Revista Brasileira de Enfermagem**, São Paulo, v. 71, supl. 5, p. 2334–2342, 2018. DOI: 10.1590/0034-7167-2017-0530.
- IBEIRO, R. P. *et al.* Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 39, e65127, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2018.65127>.
- JARRUCHE, L.T.; MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 162–173, jan./mar. 2021. DOI: 10.1590/1983-80422021291456.
- JULIO, R.S. *et al.* Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, e2997, 2022. DOI: 10.1590/2526-8910.ctoAO22712997.
- MEDEIROS, A. I. C., *et al.* Prevalência da síndrome de burnout entre trabalhadores da saúde em seis hospitais de referência públicos do Nordeste do Brasil durante a pandemia de COVID-19: estudo transversal. **São Paulo Medical Journal**, São Paulo, v. 140, n. 4, p. 553–558, jul./ago. 2022. DOI: 10.1590/1516-3180.2021.0287.R1.291021.

MOURA, R.C.D. *et al.* Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 35, eAPE03032, 2022. DOI: 10.37689/acta-ape/2022AO03032.

OLIVEIRA, F.E.S. *et al.* Prevalência de transtornos mentais em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19: revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 71, n. 4, p. 311–320, 2022. DOI: 10.1590/0047-2085000000391.

SANTOS, É. *et al.* O estresse nos profissionais de saúde: uma revisão de literatura. **HU Revista**, Barbacena, v. 45, p. 203–211, 2019. DOI: 10.34019/1982-8047.2019.v45.25645.

SERPA, A.L.O. *et al.* The mental health of Brazilian healthcare professionals during the COVID-19 pandemic: a longitudinal study. **Brazilian Journal of Psychiatry**, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 401–408, 2022. DOI: 10.47626/1516-4446-2021-2347.

SILVA, D.F.O. *et al.* Prevalência de ansiedade em profissionais da saúde em tempos de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, p. 693–710, fev. 2021. DOI: 10.1590/1413-81232021262.38732020.

SOARES, C. B. *et al.* Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 48, n. 2, p. 335–345, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/3ZZqKB9pVhmMtCnsvVW5Zhc/?lang=pt>

SOUZA, L. R. M. *et al.* Resilience, depression and self-efficacy among Brazilian nursing professionals during the COVID-19 pandemic. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 10, p. 2941–2950, out. 2023. DOI: 10.1590/1413-812320232810.09852023.

VALIM, M.D. *et al.* Occurrence of musculoskeletal disorders, burnout, and psychological suffering in Brazilian nursing workers: a cross-sectional study. **Belitung Nursing Journal**, Belitung, v. 10, n. 2, p. 143–151, mar./abr. 2024. DOI: 10.33546/bnj.3054.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, [S.I.], v. 52, n. 5, p. 546–553, dez. 2005. DOI: 10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x.