**UNIVERSIDADE BRASIL**
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**
**CAMPUS DESCALVADO**

**JAQUELINE GUETH GONÇALVES MOROTTI**

# FATORES QUE INFLUENCIAM NO PROCESSO DE ADOECIMENTO MENTAL DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

DESCALVADO – SP
2021

UNIVERSIDADE BRASIL

CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

JAQUELINE GUETH GONÇALVES MOROTTI

# FATORES QUE INFLUENCIAM NO PROCESSO DE ADOECIMENTO MENTAL DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação apresentado à Universidade Brasil, como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Bacharel em enfermagem.

Prof(a). Me(a) Rosangela Katia de Carvalho
**Orientador(a)**

Descalvado– SP
2021

Morotti, Jaqueline Gueth Gonçalves
M855f Fatores que influenciam no processo de adoecimento mental do profissional de enfermagem / Jaqueline Gueth Gonçalves Morotti. – Descalvado: Universidade Brasil, 2021.
25f. ; 29,5cm.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Brasil, como complementação dos créditos necessários para obtenção do título de Graduação em Enfermagem.
Orientadora: Profa. Me Rosangela Katia de Carvalho

1. Adoecimento mental. 2. Enfermagem. 3. Estresse ocupacional. 4. Síndrome de Burnout. I. Título.

CDD 610.73

UNIVERSIDADE BRASIL
CAMPUS DESCALVADO

**UNIVERSIDADE BRASIL**
**CURSO DE ENFERMAGEM**

## CERTIFICADO DE APROVAÇÃO

**Acadêmico (a):** JAQUELINE GUETH GONÇALVES MOROTTI

**Título do Trabalho:** FATORES QUE INFLUENCIAM NO PROCESSO DE ADOECIMENTO MENTAL DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

**Data da avaliação pela Banca Examinadora:** 23 de junho de 2021.

**Orientador (a):** _____
Profª. Mª Rosangela Katia de Carvalho

**Examinador 1:** _____
Profª. Dra. Cilene Barbalho Girotti

**Examinador 2:** _____
Profª Esp. Ingrid Cristina Reis Stefani

APROVADA em 23/06/2021 .

## DEDICATÓRIA

Dedico o presente trabalho a Maria Amélia Tacon, que, com seu esforço, competência e dedicação, possibilitou que não só o meu sonho mas o de várias pessoas se tornasse realidade.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por me dar forças para chegar até aqui.

Quero agradecer à minha mãe Conceição que sempre me ajudou e apoiou quando eu mais precisei, agradeço ao meu pai Valentim pelos momentos em que eu tive vontade de desistir e ele me motivava a persistir no meu sonho e por tanto me ajudar a estudar para as provas, já que mesmo não sabendo do assunto desprendia de seu tempo para estudar comigo.

Agradeço ao meu marido Washington que me incentivou a estudar, me ajudou ao longo desses anos e teve paciência e carinho nos momentos difíceis.

Ao meu filho Vinícius, agradeço por compreender a minha ausência nesses anos para que eu pudesse estudar e por me ajudar nos momentos de dificuldades.

Agradeço à minha orientadora Rosangela Katia de Carvalho por me ajudar desde o início do curso e me incentivar a cada etapa deste trabalho.

*“...qualquer um sabe como cuidar de uma dor, menos quem a sente.”*

*(*William Shakespeare*)*

## RESUMO

O trabalho desempenha um papel fundamental para a construção da identidade social do ser humano e, infelizmente, começou a ser visto como objeto, ou seja, o trabalhador deixa de ser visto como um ser atuante e passa a ser um instrumento de trabalho por ser irrelevante à exposição de situações que causam sofrimento, tanto físico como mental, influenciando sua saúde. O presente artigo teve como objetivo evidenciar os principais fatores de adoecimento mental pelos profissionais de enfermagem em seu ambiente de trabalho, mediante uma revisão bibliografia integrativa realizada por meio da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando base de dados da LILACS, MEDLINE e BDENF, com uso da palavra-chave: adoecimento mental e do descritor: Enfermagem, apresentando no total de 13 artigos e 04 dissertações que abordam o tema. Evidenciando como principais fatores de adoecimento: sobrecarga de trabalho déficit de dimensionamento, dificuldade no relacionamento entre equipe e enfermagem/pacientes e pressões do cotidiano laboral; como consequências aponta-se a incidência de: estresse ocupacional, síndrome de Burnout e distúrbios psíquicos menores, como depressão e ansiedade. O estudo demonstrou que condutas como programas de relacionamentos que estimulam a comunicação, ofertar ambiente seguro laboral, diagnosticar vulnerabilidade do ambiente de trabalho e criar planos para gerenciar esses riscos identificando profissionais que apresentam sinais de adoecimento mental e oferecer apoio para esses são medidas de prevenção e manejo eficazes que visam a saúde do trabalhador.



**Palavras-chave**: Adoecimento Mental; Enfermagem; Estresse Ocupacional; Síndrome de Burnout

## ABSTRACT

This work plays a fundamental role in the construction of the human being's social identity and, unfortunately, began to be seen as an object, that is, the worker is no longer seen as an active being and becomes a work tool for being irrelevant exposure to situations that cause suffering, both physical and mental, influencing their health. This article aimed to highlight the main factors of mental illness by nursing professionals in their work environment, through an integrative bibliography review carried out through the Virtual Health Library (VHL), using databases from LILACS, MEDLINE and BDENF , using the keywords: mental illness and the descriptor: Nursing, presenting a total of 13 articles and 04 dissertation that address the topic. Evidencing as the main factors of illness: work overload, dimension deficit, difficulty in the relationship between the team and patients and daily work pressures; as consequences the incidence of: occupational stress, Burnout syndrome and minor psychological disorders such as depression and anxiety are pointed out. The study showed that behaviors such as relationship programs that encourage communication, offer a safe work environment, diagnose vulnerability of the work environment and create plans to manage these risks by identifying professionals who show signs of mental illness and offering support for these are preventive and effective management aimed at worker health.



**Keywords:** Mental Illness; Nursing; Occupational Stress; Burnout Syndrome

## SUMÁRIO

**1 INTRODUÇÃO..... 11**
**2 OBJETIVO(S)..... 13**
**3 METODOLOGIA..... 14**
**4. REVISÃO DE LITERATURA..... 15**
**4.1 RESULTADOS E DISCUSSÕES..... 15**
**4.2 FATORES DE ADOECIMENTO MENTAL ..... 17**
**4.3 PATOLOGIAS..... 18**
**4.4 INTERVENÇÕES..... 20**
**5 CONSIDERAÇÕES FINAIS..... 22**
**REFERÊNCIAS..... 23**

# 1 INTRODUÇÃO

O trabalho desempenha um papel fundamental para a construção da identidade social do ser humano, devido ao tempo gasto com ele durante a vida adulta e às experiências que são adquiridas durante o seu exercício. Com o decorrer do tempo, houve alteração da conexão homem-trabalho, seguindo as mudanças socioeconômicas da sociedade. Com isso, o trabalho tem sido visto como objeto, ou seja, o trabalhador deixa de ser visto como um ser atuante e passa a ser um instrumento de trabalho por ser irrelevante à exposição de situações que causam sofrimentos, tanto físicos como mentais, nas mais diversas ocupações, com destaque para trabalhadores de enfermagem (SOUSA, 2017).

A equipe de enfermagem é constituída por enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem. Durante as suas atividades, utilizam diversas tecnologias de serviço, as quais se dividem em duras (manipulação de equipamentos e dispositivos), leves-duras (conhecimento e técnicas profissionais) e leves (expressada pelo relacionamento paciente e profissional). Para haver a prestação do cuidado, utiliza-se as 3 tecnologias simultaneamente e, consequentemente, a equipe de enfermagem, que permanece em contato contínuo com o paciente, fica exposta a diversas condições, as quais podem comprometer a saúde direta ou indiretamente, pois existem fatores físicos, biológicos e emocionais que podem ter efeitos nocivos ao profissional, e, em decorrência disso, essas exposições danosas à saúde, juntamente com longas jornadas de trabalho, baixa remuneração e degastes diários, podem causar o adoecimento físico e mental. Ocasionalmente seus sinais e sintomas de comprometimento da saúde passam desapercebidos e os profissionais acabam adotando medidas de defesa no ambiente de trabalho frente às dificuldades, sendo um exemplo o enfrentamento da morte, no qual adotam mecanismos de defesa como o afastamento e é notada frieza no seu comportamento no ambiente de trabalho. O estresse psicológico é inerente ao cotidiano da enfermagem e o organismo tende a reagir naturalmente, porém, quando essa resposta é negativa, o adoecimento mental pode surgir (BARRETO, 2017)

Segundo BARRETO (2017, p.26):

> A Enfermagem enfrenta uma sobrecarga de trabalho tanto quantitativa, evidenciada pela responsabilidade por mais de um setor hospitalar, quanto qualitativa, verificada na complexidade das relações humanas, por exemplo, enfermeiro/cliente, enfermeiro/profissional de saúde; enfermeiro/familiares, e enfermeiro/equipe.

A saúde mental do profissional de enfermagem em seu ambiente de trabalho pode ser influenciada pelos aspectos de planejamento, organização e gerenciamento do trabalho. A consequência do adoecimento mental do profissional não se limita apenas à qualidade de vida do mesmo, mas se estende a todas as pessoas do seu convívio, em razão da exaustão emocional, mental e a insatisfação profissional, além de causar o declínio da produtividade e da eficácia no trabalho (ARAUJO, 2016)

Atualmente existe um teste chamado WART (Work Addiction Risk Test), que avalia a influência do trabalho na saúde mental do indivíduo, analisando cinco fatores: tendência compulsiva (sensação de pressa, imposição de prazos a si, não socialização, dificuldade de relaxar, sentimento de culpa se não trabalhar); controle (impaciência, irritação, raiva consigo e com outros quando não atinge determinado padrão de trabalho, ações perfeccionistas); comunicação prejudicada (não atenta ao dizeres dos outros, inicia outra atividade antes de terminar uma, demonstra apatia em relação a outras pessoas); incapacidade de delegar (não confia nas outras pessoas no apoio e na realização de atividades, mesmo quando necessário); e por último, autoestima (sente culpa quando não está trabalhando, é implacável com erros e contratempos) (ARAUJO, 2016).

Quando as exigências do meio e do trabalho ultrapassam a capacidade do indivíduo de se adaptar, pode surgir o adoecimento mental, e ao conhecer as condições de trabalho e fatores de desgaste, é possível direcionar as ações para identificar problemas no ambiente de trabalho (FERNANDES et al., 2018).

Nessa perspectiva, o presente artigo tem como tema o adoecimento mental do profissional de enfermagem. Tendo como justificativa a importância de compreender o processo de adoecimento mental para auxiliar nas possíveis medidas preventivas, contribuindo para melhorar a qualidade de vida dos profissionais.

## 2 OBJETIVO(S)

Conhecer a produção teórica sobre os fatores que influenciam no adoecimento mental do profissional de enfermagem.

## 3 METODOLOGIA

O presente estudo utiliza como método de pesquisa uma revisão integrativa que consiste em recapitular e reunir informações em pesquisas já realizadas, a fim de direcionar resultados a partir de diversos estudos (SCHMOELLER et al., 2011).

A busca de artigo foi realizada por meio da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando base de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval Sistem (MEDLINE) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), com uso da palavra-chave: adoecimento mental e do descritor: enfermagem; nas bases de dados foram encontrados 14 artigos e 4 dissertações, tendo como critérios de inclusão: dissertações e artigos completos em português e publicados nos últimos cinco anos (2016 a 2021).

Após leitura criteriosa, foi excluído um artigo por não tratar do público-alvo do presente estudo, restando 13 artigos e 4 dissertações.

# 4. REVISÃO DE LITERATURA

## 4.1 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O resultado da pesquisa totalizou 17 artigos, os quais evidenciaram os principais fatores de adoecimento mental, que são sobrecarga de trabalho (64,70%), déficit de dimensionamento (58,82%), dificuldade no relacionamento entre equipe e enfermagem/pacientes (58,82%) e sujeição às pressões do cotidiano laboral (52,94%), como consequências apontaram a incidência das patologias estresse ocupacional (58,82%), síndrome de Burnout (52,94%) e distúrbios psíquicos menores, como depressão e ansiedade (41,17%).

Por meio desta revisão integrativa evidencia-se que dois (12%) artigos foram publicados em 2016, quatro (23,5%) artigos foram publicados em 2017, seis (35%) artigos foram publicados em 2018, um (6%) artigo foi publicado em 2019 e 4 (23,5%) artigos foram publicados em 2020. Portanto, o ano que teve mais publicação desta temática foi de 2018 e em 2021 não foi encontrado nenhuma publicação como pode ser evidenciado na tabela:

| **Título** | **Autores** | **Ano** | **Origem de publicação** |
|---|---|---|---|
| Consequências do sofrimento moral em enfermeiros: Revisão integrativa | Ramos, Barth, Schneider, Cabral, Reinaldo | 2016 | Cogitare Enferm |
| O trabalho em serviço de emergência e os riscos psicossociais: repercussões para a saúde mental do enfermeiro | Priscilla Moutella Barroso Araujo | 2016 | Universidade do Estado do Rio de Janeiro (Dissertação) |
| Burnout e tecnologias em saúde no contexto da enfermagem na atenção primaria à saúde | Silva, Lira, Feijão, Costa, Medeiros | 2017 | Escola Anna Nery |
| Diagnóstico situacional de Hardiness em profissionais de enfermagem de um hospital universitário: Estudo quantitativo | Valéria Paes de castro Barreto | 2017 | Escola de Enfermagem Aurora Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense (Dissertação) |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Fatores associados aos transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem em um hospital psiquiátrico | Kayo Henrique Jardel Feitosa Sousa | 2017 | Universidade Federal do Rio de Janeiro (Dissertação) |
| Sofrimento psíquico no trabalhador de enfermagem: Uma revisão integrativa | Ferreira Medeiros Carvalho | 2017 | Revista Online de Pesquisa – Cuidado é Fundamnetal |
| Adoecimento de trabalhadores de enfermagem no contexto hospitalar | Baptista, Souza, Gallasch, Varella, Noronha, Noronha | 2018 | Rev enferm UERJ |
| Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas | Fabri, Noronha, Oliveira, Kestenberg, Harbache, Noronha | 2018 | Rev baiana enferm |
| Fatores psicossociais e o trabalho com o dependente químico na concepção da enfermagem | Fernandes, Sousa, Lima, Olveira, Ribeiro | 2018 | Rev Bras Med Trab. |
| Risco de adoecimento e custo humano no trabalho em um hospital psiquiátrico | Sousa, Lopes, Nogueira, Tracera, Moraes, Zeitoune | 2018 | Escola Anna Nery |
| O trabalho da enfermeiras em prestadores privados de serviços de saúde | Chrystina da Silva Barros | 2018 | Universidade do Estado do Rio de Janeiro (Dissertação) |
| Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira | Fernandes, Soares, Silva | 2018 | Rev Bras Med Trab |
| O psicólogo no hospital: relato de experiência de intervenção na enfermaria pediátrica | Surjus, Cordeiro, Psicchio | 2019 | Revista do NESME |
| Configurações do mundo do trabalho e o processo saúde-doença dos trabalhadores docentes de enfermagem | D'Oliveira, Souza, Barella, Almeida | 2020 | Rev enferm UERJ |
| Estresse psicossocial e resiliência: um estudo em profissionais da enfermagem | Macedo, Antoniolli, Dornelles, Hansel, Tavares, Souza | 2020 | Rev. Enferm. UFSM |
| Repercussões da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem | Luz, Munhoz, Moraes, Greco, Camponogara, Magnago | 2020 | Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem | Costa, Cerqueira, Peixoto, Barros, Silva, Sales | 2020 | Rev enferm UFPE |

Após a leitura de todo material de pesquisa, este estudo foi organizado nas temáticas que mais apareceram nos artigos analisados que foram fatores de adoecimento mental, patologias e intervenções.

## 4.2 FATORES DE ADOECIMENTO MENTAL

A enfermagem, no exercício de sua função, é exposta a fatores que influenciam desfavoravelmente na saúde do profissional, comprometendo a sua atuação, bem como a sua competência laboral, refletindo na qualidade da assistência prestada (DA LUZ et al., 2020).

Entende-se por sobrecarga de trabalho a exigência extrema de desempenho e produtividade. Na enfermagem, é evidenciada mediante a polivalência de atividades, quando ocorre cobrança de disponibilidade para qualquer setor e sem limites para carga horária de trabalho. A exigência também pode ocorrer fora do horário de suas atividades, havendo como extensão a utilização de meios de comunicação, como celulares fora do horário de serviço. Consequentemente, a sobrecarga de trabalho influencia na qualidade do atendimento, uma vez que o serviço passa a ser mecânico, levando a sobrecarga física e mental da enfermagem (BARROS, 2018).

Dimensionamento é um método utilizado para determinar a quantidade de funcionários para cada setor, entretanto, quando realizado incorretamente, há uma distribuição desigual de atividades, o que propicia um ambiente inseguro, já que torna a atividade intensa, com alta exigência física e mental do profissional (SOUSA, 2017).

As pessoas passam grande parte do seu tempo no trabalho, os supervisores contribuem consideravelmente para a satisfação dos colaboradores, afetando diretamente a vida deles. Os vínculos que se formam no ambiente de trabalho intervêm no desempenho das atividades de cada um: quando é positivo, envolve o trabalhador e as atividades se tornam prazerosas, mas quando é desfavorável, pode

desmotivar a equipe contribuindo com o adoecimento mental (SURJUS, CORDEIRO, PISICCHIO, 2019).

Os empecilhos decorrentes do relacionamento interpessoal e do trabalho em equipe podem originar o estresse, devido à insatisfação laboral, modificando a vida na dimensão pessoal. Sentimentos de desvalorização originados de conflitos interpessoais, com chefias, colegas, clientes e familiares, podem ocorrer em consequência da forma a qual o serviço é gerenciado (RAMOS et al., 2016).

Durante as atividades laborais, existe grande demanda, baixos rendimentos, déficit de reconhecimento e intensos ritmos de trabalho. Essas condições, inerentes à enfermagem, são fatores que podem desencadear o desgaste da saúde do profissional, podendo causar desordens emocionais e psíquicas com sinais de angústia, ansiedade, depressão, medo e desmotivação. A enfermagem tem como rotina a exposição a riscos ocupacionais diversos, como biológicos, físicos, químicos e ergonômicos, espoliando a integridade do profissional. No requisito saúde mental, atualmente há uma crescente preocupação graças à multifuncionalidade e à polivalência de atuação ao vínculo incerto de trabalho, salário defasado, pressões de diversas ordens na prestação do cuidado de enfermagem (BAPTISTA et al., 2017)

## 4.3 PATOLOGIAS

A natureza da atuação da enfermagem, sobrecarga emocional, condições e natureza das atividades laborais e excesso de tarefas podem resultar em seu adoecimento mental, comprometendo tanto a sua produtividade como a própria saúde e seus sentimentos, evidenciando que o profissional não consegue se adaptar às consequências do processo de trabalho, tornando rotineiros os sentimentos de insatisfação, inutilidade, indignidade, improdutividade, causando ansiedade e depressão, fazendo com que os profissionais de enfermagem tenha uma atenção maior com a sua saúde (FERNANDES et al., 2018).

Segundo Sousa (2017, p.18):

> Entende-se por transtornos mentais comuns aqueles distúrbios caracterizados por sintomas depressivos, ansiosos e somatomorfes, que

> desencadeiam igual ou pior incapacidade funcional que as doenças psiquiátricas crônicas já bem conceituadas e conhecidas.

A ruptura do equilíbrio interno do indivíduo por conta de alguma tensão é denominada estresse e, durante as atividades profissionais da enfermagem, há constante convivência com fatores causadores de estresse, como contato do clientes e familiares, proximidade com a morte, riscos ocupacionais, ansiedades, angustias, entre outros fatores. A exposição prolongada aos fatores estressores pode causar o estresse ocupacional, que se manifesta na forma de problemas de memória, sensação desgaste físico, alteração do sono, problemas dermatológicos, cansaço excessivo, sensibilidade emotiva, irritabilidade excessiva, vontade de fugir de tudo e angustia/ansiedade diária, incidindo na saúde do profissional (FABRI et al., 2018).

A cronificação do estresse pode causar a síndrome de *Burnout,* caracterizada principalmente pela exaustão emocional e a despersonalização (considerado elemento-chave), influenciando na qualidade da vida profissional e da relação interpessoal do trabalhador. Entende-se como exaustão emocional quando o profissional tem o sentimento de não conseguir dar mais de si e estar no limite de suas possibilidades, sente-se pressionado, excessivamente envolvido emocionalmente com as atividades, sobrecarregado. A despersonalização são as atitudes e sentimentos negativos, como, por exemplo, impaciência, desejo de abandono de serviço, distanciamento afetivo profissional e cinismo com outras pessoas envolvidas com as atividades, funcionando como forma de mecanismo de defesa, influenciando na atuação profissional, dada a importância da interação social de enfermagem (COSTA et al., 2020).

Há fatores que contribuem para o surgimento da síndrome de Burnout. Na prática da enfermagem, inevitavelmente ocorre o acúmulo de responsabilidade, sobrecarga de trabalho, defasagem do trabalho em equipe, pressão para alcançar objetivos, repetitividade de práticas, questões administrativas, ambientais e de relacionamento e atribuições de complexidade variada, exigindo atributos físicos e psíquicos além do tolerado pelo profissional e contribuindo para seu surgimento (SILVA et al., 2017)

Atualmente, em virtude do cenário causado pela pandemia, os atuantes nos cuidados diretos aos acometidos pela COVID-19 sofrem risco de adoecimento mental intensificado, devido ao déficit de dimensionamento, aumento da complexidade da

assistência, sobrecarga (com a necessidade de longos períodos de paramentação, a retenção urinaria se torna inevitável), medo de contaminação em decorrência da necessidade da utilização constante de equipamentos de proteção individuais (como as máscaras N95, tendo como frequente consequência lesões de pele pelo seu uso prolongado) e precariedade de condições e estrutura para enfrentar a doença, acrescido ao ato de realizar o isolamento social e familiar, a diminuição do convivo social e o aumento da mortalidade de colegas de serviço. Tal cenário possibilita o agravo de algumas patologias ocupacionais, como estresse ocupacional, distúrbios psíquicos menores e a síndrome de *Burnout* (DA LUZ et al., 2020).

## 4.4 INTERVENÇÕES

Algumas condutas podem ser adotadas com o objetivo de preservar a saúde do trabalhador, como medidas profiláticas individuais e coletivas. A instituição pode desenvolver programas de relacionamentos que visam estimular a comunicação, com o intuito de identificar fatores estressantes para, assim, adotar medidas de redução, tendo como meta promover um ambiente laboral acolhedor, contribuindo para o bem-estar e satisfação do profissional, condições que influenciam no seu desempenho (FABRI et al., 2018).

A implementação de estratégias que contribuem para a saúde do trabalhador não depende exclusivamente do gestor, mas de todos envolvidos. Em relação à gestão cabe: garantir segurança no trabalho por intermédio de mapas de riscos ocupacionais, identificando fatores que podem colocar a segurança dos profissionais em risco, e ofertar um ambiente seguro; diagnosticar vulnerabilidade do ambiente de trabalho e criar planos para gerenciar esses riscos; identificar profissionais que apresentam sinais de adoecimento mental e realizar o seu devido acompanhamento. Aos colaboradores cabe: identificar e comunicar condições inadequadas no ambiente de trabalho; quando necessário, reportar aos órgãos de classe; realizar atividades que são pertinentes à sua classe; reconhecer quando necessita e procurar ajuda profissional; participar de atividades oferecidas pela instituição, a fim de melhorar o relacionamento interpessoal (SOUSA, 2017).

Com relação ao enfrentamento da COVID-19, as medidas a serem adotadas de prevenção do adoecimento são: reestruturar o ambiente de trabalho para que se torne mais seguro, atentar-se ao dimensionamento para que não ocorra sobrecarga, oferecer apoio psicológico e criar grupos de discussões que busquem melhorar o relacionamento interpessoal (DA LUZ et al., 2020).

Além de estratégias laborais perante os fatores de adoecimento, práticas realizadas fora do ambiente de trabalho contribuem de modo significativo para prevenção do adoecimento mental do profissional, estratégias como leitura, religião, atividades de lazer com amigos e familiares e atividades físicas que favorecem a qualidade de vida auxiliam na redução do estresse, ajudando a esquecer fatos ocorridos no ambiente de trabalho, aumentando a sensação de bem-estar, reduzindo suas necessidades afetivas, melhorando a autoestima e a saúde mental, ajudando a diminuir risco de desenvolver depressão e ansiedade em curto prazo e agindo, assim, de forma efetiva na prevenção (ARAUJO, 2016).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os 13 artigos e 04 dissertações apontaram como principais fatores de adoecimento sobrecarga de trabalho, déficit de dimensionamento, dificuldade no relacionamento entre equipe de enfermagem/pacientes e às pressões do cotidiano laboral, denegrindo de forma significativa a saúde do trabalhador, causando prejuízos na sua atuação profissional e na sua qualidade de vida. A exposição a esses fatores predispõe aos surgimentos de patologias decorrentes de suas atividades, como estresse ocupacional, síndrome de Burnout e distúrbios psíquicos menores, como depressão e ansiedade, normalmente uma decorrente da outra. Com advento da pandemia causada pela COVID-19, fatores de estresse profissional que até então não eram relevantes, como o fato de estar usando de forma adequada os dispositivos de segurança pessoal e de poder ser um vetor da patologia e transmitir para entes queridos, ganharam enormes proporções, aumentando significativamente o estresse ocupacional.

Condutas de proteção e prevenção que podem ser adotadas, como diagnosticar vulnerabilidade do ambiente de trabalho e criar planos para gerenciar esses riscos laborais, fornecer apoio e diagnosticar profissionais que apresentam sinais de adoecimento, estimular a comunicação, garantir ambiente laboral seguro, auxiliam na prevenção e visam a saúde do trabalhador. Porém, na maioria das instituições, essas condutas ainda não são seguidas, carecendo de uma atenção maior com a saúde dos profissionais de enfermagem, que possuem em suas rotinas enormes pressões, com grandes inclinações para desenvolverem diversas patologias, necessitando de um olhar mais atento dos gestores neste sentido, pois quando profissional de enfermagem adoece, reflete negativamente na prestação de cuidados.

Este trabalho também evidenciou a necessidade do desenvolvimento de mais pesquisas sobre as intervenções de promoção, prevenção e tratamento para os profissionais de saúde nos seus diversos locais de trabalho.

# REFERÊNCIAS

ARAUJO, P. M. B. **O trabalho em serviço de emergência e os riscos psicossociais: repercussões para a saúde mental do enfermeiro.** 2016. Dissertação (Mestre em Enfermagem) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2016. Disponível em: Disponível em: http://www.bdtd.uerj.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=12984. Acesso em: 14 abr. 2021..

BAPTISTA, A. T. P. et al. Adoecimento de trabalhadores de enfermagem no contexto hospitalar. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 26, p. 31170, 2018. Disponível em: https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/31170. DOI: https://doi.org/10.12957/reuerj.2018.31170. Acessado em; 18 abr. 2021.

BARRETO, V. P. C. **Diagnóstico situacional de hardiness em profissionais de enfermagem de um hospital universitário: estudo quantitativo**. 2017. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal Fluminense, 2017. Disponível em: https://app.uff.br/riuff/bitstream/1/3641/1/Valeria%20Paes%20de%20Castro%20Barreto.pdf. Acessado em: 18 abr. 2021.

BARROS, C. S. **O trabalho das enfermeiras em prestadores privados de serviços de saúde.** 2018. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade do Estado de Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: http://www.bdtd.uerj.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=13046. Acessado em: 18 abr.2021.

Costa S.M.S. et al. Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem. **Rev enferm UFPE online**. v.14, 2020. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243351/34428. DOI: 10.5205/1981-8963.2020.243351. Acesso em: 18 abr. 2021.

DA LUZ, E. M. F. et al. Repercussões da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 10, 2020. Disponível em:

http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3824. DOI: 10.19175. Acessado em: 18 abr. 2021.

D'OLIVEIRA, C. A. F. B. et al. Configurações do mundo do trabalho e o processo saúde-doença dos trabalhadores docentes de enfermagem. **Rev. enferm. UERJ**, p. 33123-33123, 2020. Disponível em: https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/33123/33833. DOI: https://doi.org/10.12957/reuerj.2020.33123. Acessado em: 18 abr. 2021.

FABRI, J. M. G. et al. Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 32, 2018. Disponível em: https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/25070. DOI: http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v32.25070. Acessado 18 abr. 2021.

FERNANDES, M. A. et al. Fatores psicossociais e o trabalho com o dependente químico na concepção da enfermagem. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 16, n. 3, p. 297-304, 2018. Disponível em: http://www.rbmt.org.br/details/363/en-US/fatores-psicossociais-e-o-trabalho-com-o-dependente-quimico-na-concepcao-da-enfermagem. DOI: 10.5327/Z1679443520180252. Acessado em: 18 abr. 2021.

FERNANDES, M. A. et al. Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira. **Revista brasileira de medicina do trabalho**, v. 16, n. 2, p. 218-224, 2018. Disponível em: http://www.rbmt.org.br/details/318/en-US/work-related-mental-disorders-among-nursing-professionals--a-brazilian-integrative-review. DOI: 10.5327/Z1679443520180228. Acessado em: 18 abr. 2021.

FERREIRA, D. K. S.; DE MEDEIROS, S. M.; DE CARVALHO, I. M. Sofrimento psíquico no trabalhador de enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental online**, v. 9, n. 1, p. 253-258, 2017. Disponível: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3912/pdf.

DOI: 10.9789/2175-5361.2017.v9i1.253-258. Acessado em:18 abr. 2021

MACEDO, A. B. T. et al. Estresse psicossocial e resiliência: um estudo em profissionais da enfermagem. **Revista de Enfermagem da UFSM. Santa Maria: UFSM, 2010-. Vol. 10, e25 (2020), p. 1-17**, 2. Disponível em: https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/212391. DOI: 10.5902/2179769235174. Acessado em; 18 abr. 2021.

RAMOS, Flavia Regina et al. Consequências do sofrimento moral em enfermeiros: revisão integrativa. **Cogitare Enfermagem**, v. 21, n. 2, 2016. Disponível em: https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/45247. Acessado em; 18 abr. 2021.

SCHMOELLER, R. et al. Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 32, n. 2, p. 368-377, 2011. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/18828. Acessado em; 18 abr. 2021

SILVA, C. C. S. et al. Burnout e tecnologias em saúde no contexto da enfermagem na Atenção Primária à Saúde. **Escola Anna Nery**, v. 21, n. 2, 2017. Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-840470. DOI: 10.5935/1414-8145.20170031. Acessado em: 18 abr. 2021.

SOUSA, K. H. J. F**. Fatores associados aos transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem em um hospital psiquiátrico**. 2017. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: http://objdig.ufrj.br/51/teses/856914.pdf. Acessado em: 18 abr. 2021

SOUSA, K. H. J. F. et al. Risco de adoecimento e custo humano no trabalho em um hospital psiquiátrico. **Escola Anna Nery**, v. 22, n. 2, 2018. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452018000200212. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2017-0288. Acessado em: 18 abr. 2021.

SHAKESPEARE, W. **Muito barulho por nada**: tradução de Beatriz Viégas-Faria. L&PM Porto Alegre, 2013. p.33.