

**A VIVÊNCIA DOS PROFISSIONAIS COM TRANSTORNO DE ANSIEDADE
GENERALIZADA NO AMBIENTE HOSPITALAR
THE EXPERIENCE OF PROFESSIONALS WITH GENERALIZED ANXIETY
DISORDER IN THE HOSPITAL ENVIROMENT**

Ana Clara Santos da Silva

Graduanda do Curso de Enfermagem do Centro Universitário São José.

Brenda Silva de Barros

Graduanda do Curso de Enfermagem do Centro Universitário São José.

Lylían Carneiro de Oliveira

Graduanda do Curso de Enfermagem do Centro Universitário São José.

Bruno Leal Barbosa

Prof. Me. Enfermeiro

RESUMO

Introdução: Considerada uma emoção humana natural, a ansiedade nos acompanha por toda a vida podendo ou não trazer malefícios para nós, neste caso causando danos físicos e mentais. Neste trabalho abordaremos um tipo específico de ansiedade chamado Transtorno de Ansiedade Generalizada que tem como sua maior característica a preocupação excessiva e crônica sobre diferentes temas, associada a tensão aumentada. **Objetivo:** O intuito do trabalho é trazer notoriedade sobre a quantidade de profissionais que sofrem do transtorno e os malefícios disso no ambiente hospitalar. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura de caráter exploratório, com abordagem qualitativa. **Resultados:** Dos 573 artigos encontrados foram selecionados 10 artigos que atendem todos os critérios para constituir essa revisão integrativa. **Discussão:** a maioria dos autores selecionados, utilizam fatores estressores como referência da causa dos malefícios aos profissionais de saúde. E relacionam principalmente a ansiedade como gatilho para outros problemas como depressão e distúrbios do sono. **Conclusão:** No presente estudo, analisamos que os profissionais de enfermagem estão expostos a fatores estressores que levam ao adoecimento psíquico e físico. Queremos destacar também os desafios para estes, profissionais que diariamente, enfrentam abusos de diferentes naturezas, tanto físicos quanto psicológicos. Mas mesmo neste contexto, tentam oferecer o melhor tratamento para seus pacientes.

Palavras-chave: Transtornos de Ansiedade, Enfermagem e Profissionais de Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Considered a natural human emotion, anxiety accompanies us throughout our lives and may or may not bring harm to us, in this case causing physical and mental damage. In this work we will address a specific type of anxiety called Generalized Anxiety Disorder, which has as its greatest characteristic the excessive and chronic concern about different topics, associated with increased tension. **Objective:** The purpose of the work is to bring notoriety about the number of professionals who suffer from the disorder and the harms of this in the hospital environment. **Methodology:** This is an integrative review of exploratory literature, with a qualitative approach. **Results:** Of the 573 articles found, 10 articles were selected to meet all the criteria to constitute this integrative review. **Discussion:** most of the selected authors use stressors as a reference for the cause of harm to health professionals. And they mainly relate anxiety as a trigger for other problems such as depression and sleep disorders. **Conclusion:** In the present study, we analyzed that nursing professionals are exposed to stressors that lead to mental and physical illness. We also want to highlight the challenges for these professionals who daily face abuses of different natures, both physical and psychological. But even in this context, they try to offer the best treatment for their patients.

Keywords: Anxiety Disorders, Nursing and Health Professionals

INTRODUÇÃO:

De acordo com a (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA, 2008) a ansiedade é considerada uma emoção naturalmente humana, presente em nossas vidas desde o início da evolução e está descrita no dicionário como desconforto físico e psíquico que pode causar agonia, aflição e angústia. Ela serve como alerta para situações que podem levar ao perigo, mas nem sempre é um alerta por conta do ser humano se encontrar ansioso para muitas situações da vida, podendo ser de formas benéficas ou que causam prejuízo ao nosso funcionamento psíquico e somático.

A ansiedade está presente em nossa rotina, estando evidente o aumento de casos de pessoas com ansiedade em nossa sociedade. De acordo com dados apurados pela (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2022) cerca de 10% da população brasileira,

convivem com ansiedade, tornando o Brasil o país com maior taxa de incidência da doença em todo o mundo. Esta condição pode se tornar uma patologia se os sintomas se tornarem excessivos podendo trazer dificuldade em realizar atividades simples da vida cotidiana.

Apesar deste transtorno possuir diversas variantes e apresentações, neste trabalho será abordado o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). É caracterizada por preocupação excessiva e crônica sobre diferentes temas, associada a tensão aumentada. É um dos dez motivos mais frequentes de consulta, classificado como CID F41.1 e DSM-5.

Este transtorno apresenta sintomas físicos que podem afetar a normalidade da vida das pessoas que o possuem, como: inquietação, fadiga fácil e constante, tensão muscular, problemas de concentração e sono. Os sintomas devem persistir por pelo menos seis meses e causar desconforto ou prejuízo social. De acordo com (PRATTA; SANTOS, 2007), os fatores de risco são amplos, mas ainda não há como comprovar as chances de desenvolver uma doença psiquiátrica já presente na família e ainda, ambientes conturbados aumentam as chances de desencadear um transtorno de ansiedade.

Segundo a (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2022) o Brasil é o país mais ansioso do mundo com 18,6 milhões de pessoas acometidas pela ansiedade. Mesmo com tantas informações as questões de saúde mental não são levadas a sério na maior parte do tempo, por muito tempo as pessoas pertencentes ao escopo do transtorno foram tratadas a exima da sociedade.

Através deste trabalho queremos levar ao entendimento geral mais informações sobre o Transtorno de Ansiedade Generalizada e como pode afetar o rendimento e saúde dos profissionais da saúde no ambiente hospitalar.

Este estudo tem como motivação investigar os fatores que se tornam gatilho para o desenvolvimento e crise do Transtorno de Ansiedade Generalizada de acordo com a realidade do ambiente hospitalar com o objetivo de alertar sobre as limitações que o Transtorno de Ansiedade Generalizada pode causar no desenvolvimento e rendimento do profissional de saúde e buscar por métodos que facilitem o profissional a compreender e lidar com o transtorno a fim de não interferir no seu processo de trabalho.

O estudo tem a intenção de dar ênfase ao tema que cada dia afeta mais a vida dos profissionais e através da pesquisa ajudar na busca de tratamento e mecanismos que auxiliem no processo de melhora.

Utilizar como contribuição não só a investigação dos profissionais como indivíduos que necessitam de métodos facilitadores da atenção, foco e concentração sem gerar vantagem sobre o restante dos profissionais como também do corpo administrativo que não está excluído do escopo desta pesquisa.

Baseado nessa problemática modelamos a seguinte questão norteadora: Considerando o aumento exagerado da incidência de alterações comportamentais entre os profissionais de saúde, qual seria o principal fator motivador na referida alteração comportamental?

METODOLOGIA

O trabalho em questão, trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com enfoque nas vivências de profissionais com ansiedade generalizada no ambiente hospitalar. Nesse sentido, buscamos a lógica da abordagem qualitativa procurando descrever os achados de maneira lógica e orientada.

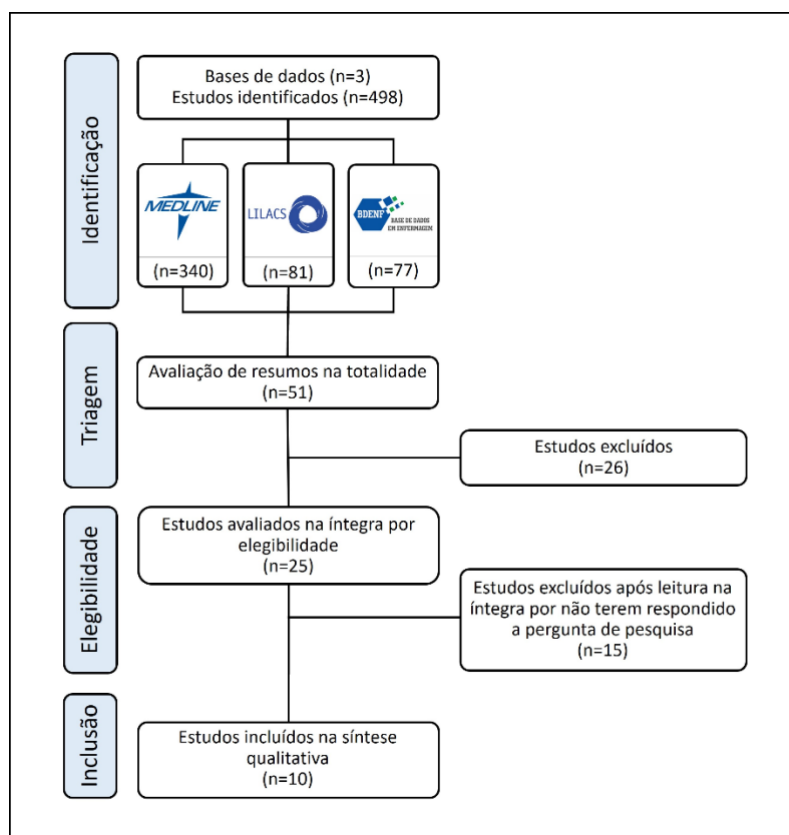
A coleta de dados foi realizada no período de julho a outubro do ano de 2024. Foram utilizadas três bases de dados: Public/Publisher MEDLINE (PubMed) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), as quais foram listadas na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) utilizando como estratégia de pesquisa a sentença “enfermagem AND transtornos de ansiedade”.

Foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos originais disponibilizados na íntegra, publicados nos idiomas português e inglês no período compreendido entre os anos de 2015 e 2024 que tenham relação com a temática proposta. Como critérios de exclusão foram considerados: artigos de pesquisa bibliográfica, artigos duplicados em diferentes bases de dados, artigos de revisão, teses, dissertações, artigos

Idiomas estrangeiros diversos com exceção do inglês e literatura cinzenta de maneira geral.

Através da execução da estratégia e pesquisa chegamos ao resultado primário de 498 artigos na fase de identificação, considerando as bases de dados Medline, LILACS e BDENF. Utilizando refinamento pela leitura de títulos na etapa de triagem chegamos ao quantitativo de 51 artigos, os quais tiveram seus resumos lidos na íntegra, sendo excluídos 26 artigos após leitura, restando 25 estudos que foram analisados na íntegra. Na etapa de definição de elegibilidade foram excluídos outros 15 artigos, restando ao fim, 10 artigos selecionados para composição da revisão integrativa. O fluxograma representativo da estratificação de busca dos artigos segue exibida abaixo na figura 1:

Figura 1 – Fluxograma PRISMA adaptado. Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2024



Fonte: adaptação do fluxograma PRISMA descrito por MOHER *et al.* elaborada pelos autores.

RESULTADOS

Considerando a segmentação, seleção e análise aprofundada dos artigos, foi elaborado o quadro sinóptico contendo a síntese dos estudos selecionados, sendo dividido e explicitado na tabela 1 exibida abaixo, contendo cinco categorias: autor/ano, título, objetivos, métodos e resultado principal. Estes dados foram compilados utilizando uma planilha do software Microsoft office Excel versão 2020.

Tabela 1 – Quadro sinóptico com artigos selecionados e categorização, Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2024

AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVOS	MÉTODOS	RESULTADO PRINCIPAL
Rafiei et al. 2024	O papel moderador da autoeficácia na relação entre estresse ocupacional e problemas de saúde mental.	Correlacionar a relação entre estresse ocupacional, problemas de saúde mental e autoeficácia entre a população de enfermagem.	Desenho analítico transversal que teve como alvo um enfermeiro em hospitais de treinamento afiliados a Qazvin University of medical Sciences. Coleta de dados entre Jun e Set 2022	Os resultados analisados indicam relação significativa entre autoeficácia e estresse ocupacional; autoeficácia e saúde mental; estresse ocupacional e saúde mental; entre os participantes, sugerindo que está descoberta a relação entre a autoeficácia e estresse ocupacional com a saúde mental do profissional da saúde.
Tsaras et al. 2017	Fatores preditivos de depressão e ansiedade em enfermeiros de saúde mental: um estudo transversal quantitativo	Neste estudo foram avaliados a prevalência e os fatores associados à depressão e ansiedade entre enfermeiros de saúde mental que trabalham em hospitais psiquiátricos públicos, a fim de identificar preditores independentes de risco de	estudo descritivo e transversal foi conduzido no qual participaram 110 enfermeiros de saúde mental que trabalhavam em hospitais psiquiátricos públicos da Grécia.	A idade média dos enfermeiros foi de 42, 64 anos (PD= 5,64 anos) e a experiência de trabalho em enfermagem de 15,73 anos (PD= 5,64 anos) . A maioria dos participantes eram mulheres 64,5%, casadas 59,1% e auxiliares de enfermagem 53,6%, enquanto 48,2% delas possuem diploma de nível superior. Uma porcentagem muito grande foi classificada

		transtornos de saúde mental.		como deprimida (52,9%) e ansioso (48,2%) e os fatores que se mostram associados foram idade, estado civil e nível educacional (para depressão e ansiedade) e experiência de trabalho (apenas para depressão).
D.Weaver et al 2019	Distúrbios do sono, depressão e ansiedade estão associados a resultados adversos de segurança em profissionais de Saúde: um estudo de corte prospectivo.	Determinar se o status de triagem de transtorno do sono, depressão ou ansiedade estava associado a resultados de segurança em uma população diversa de trabalhadores hospitalares.	Foram estudados trabalhadores de turnos de saúde em quatro hospitais acadêmicos em um estudo de corte prospectivo.	Quase um quarto da amostra de estudo (n= 96,23,1%) relatou sonolência diurna excessiva (>10 na escala de sonolência de Epworth); setenta participantes (16%) já havia sido diagnosticado com distúrbio de sono e 6,0% (n= 25) estavam recebendo tratamento para um distúrbio do sono no início do estudo. Dois em cada cinco participantes apresentaram resultados positivos para pelo menos um distúrbio do sono (40%). A insônia foi a mais comum (20%), seguida pela apneia obstrutiva do sono (9,4%) . Um em cada cinco apresenta o resultado positivo para aumento dos sintomas de depressão ou ansiedade e a proporção com depressão ou ansiedade foi maior no grupo de transtorno do sono o aumento da idade e do IMC também foram

				associados ao status de triagem de distúrbios do sono entre aqueles que tiveram resultados positivos para um distúrbio de sono 88%, não tinham diagnóstico e tratamento prévio e 19% tiveram resultados positivos para múltiplos estudos.
Barbosa et al 2020	Depressão e ansiedade na enfermagem em unidade de terapia intensiva	Identificar a prevalência de depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem que atuam em unidade de terapia intensiva adulto.	Trata-se de uma pesquisa descritiva, transversal com abordagem qualitativa.	A média de idade dos profissionais foi de 35 anos, onde 86% são do gênero feminino e sua maioria são casados (46%). E refere que 85% apresentam um grau mínimo de ansiedade. No geral, esta amostra evidência baixa as taxas de prevalência de ansiedade e depressão.
Eberhardt et al 2024	Condições de trabalho e do vencimento mental entre trabalhadores de enfermagem.	Este estudo, tem como objetivo, identificar os processos de adoecimento e sofrimento mental mais frequente entre profissionais de enfermagem no Brasil e relacioná-los as condições de trabalho e estratégias de enfrentamento descritos na literatura científica recente.	Trata-se de uma revisão integrativa da literatura incluindo seis etapas. Os dados foram coletados da biblioteca virtual de saúde bvs em 2020.	Após reunir em torno de 17 publicações tem-se como resultado que as condições de trabalho em enfermagem são um dos maiores fatores de risco para, além disso participantes dos estudos selecionados apresentam sinais e sintomas de fadiga mental.
Riedel et al. / 2021	Transtornos de saúde mental em enfermeiros durante a	Avaliar os transtornos de saúde mental encontrados por	Foi realizada uma revisão da literatura médica para encontrar	Implementação de habilidades de enfrentamento saudáveis e intervenção

	pandemia de COVID-19: implicações e estratégias de enfrentamento.	enfermeiros na era da COVID-19 com base na literatura médica atual e visa fornecer estratégias práticas de enfrentamento.	artigos que proponham estratégias para lidar com problemas relacionados à saúde mental que podem ocorrer no contexto de uma pandemia.	terapêutica, os enfermeiros poderão deixar de lado os impactos negativos que a pandemia de COVID-19 causou e se reintegrar em suas funções como prestadores de cuidados de saúde atenciosos e confiáveis apresentam fatores de risco e desafios a alta prevalência de traumas significativos no aumento de cargas de trabalho de enfermeiros durante a pandemia de COVID-19.
Lemes et al. 2015	Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar	Identificar sintomas relacionados ao estresse e ansiedade de profissionais de enfermagem que atuam em setor de clínica médica de um hospital público.	Estudo descritivo, exploratório e quantitativo. Participaram 16 profissionais da enfermagem de um município da região do Vale do Araguaia em Mato Grosso. A coleta de dados ocorreu por meio de questionário estruturado e para análise dos dados, utilizou-se a análise temática.	Os resultados apontam que 88% dos profissionais consideraram o trabalho como estressante, 94% acreditam que o ritmo de trabalho é acelerado. Houve a presença de sintomas clássicos de estresse e ansiedade como, cefaleia, irritabilidade, perda da concentração.
Sousa et al. 2022	Saúde mental da equipe de enfermagem na pandemia da COVID-19	Analisar os fatores estressores e de prevenção percebidos pela equipe de enfermagem durante a pandemia da COVID-19 em uma unidade hospitalar da rede pública de Fortaleza, Ceará	Trata-se de uma pesquisa com abordagem qualitativa e transversal, de caráter descritivo com exposição de dados coletados em campo. Composta pelas duas categorias principais na enfermagem	Identificou-se inúmeras formas de definir o adoecimento psíquico e que houve a presença de fatores estressores no período da pandemia do COVID-19: medo, ansiedade, cenário de guerra, mortes e privações. Os participantes relataram o choro como manifestação física do sofrimento e que

		no ano de 2021.	(quatro técnicos de enfermagem e quatro enfermeiros), os participantes responderam a um questionário semiestruturado através de uma entrevista realizada ainda no período da pandemia.	a pandemia interferiu na saúde mental. Por outro lado, os fatores protetivos ao adoecimento psíquico apresentados foram: o apoio da família, dos amigos e da própria equipe de trabalho, o apoio espiritual e o acompanhamento terapêutico com psicólogo. Destacaram-se ainda a organização e as estratégias de proteção no trabalho à saúde mental dos profissionais, dentre elas: a relação de trabalho na equipe, a relação pessoal com o paciente e a vacina contra a COVID-19.
Cruz et al 2019	Fatores relacionados a probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência	avaliar a influência exercida pelo Burnout e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelo pessoal de saúde do serviço de emergência hospitalar no estado de saúde mental, além de determinar as características sociodemográficas e laborais dos profissionais envolvidos.	estudo descritivo transversal, realizado com uma amostra de 235 profissionais de enfermagem e médicos que atuaram em quatro serviços de emergência hospitalar.	Os resultados do estudo indicaram que a dimensão de despersonalização, o enfrentamento centrado na evitação e a profissão de médico estavam relacionados à presença de sintomas somáticos, ansiedade, disfunção social e depressão. Além disso, o aumento da experiência profissional foi associado a uma maior disfunção social entre os profissionais de saúde, enquanto um maior número de pacientes atendidos diariamente foi relacionado à sintomatologia depressiva. Constatou-se também que as dimensões de exaustão emocional e despersonalização,

				juntamente com o enfrentamento centrado na evitação, o fato de ser médico e o consumo diário de tabaco, aumentam o risco de se constituir um caso psiquiátrico. Por outro lado, a prática de exercício físico diário foi identificada como um fator de proteção
Pollock et al 2020	Intervenções para apoiar a resiliência e a saúde mental dos profissionais de saúde e assistência social da linha de frente durante e após um surto de doença, epidemia ou pandemia: uma revisão sistemática de métodos mistos	Avaliar os efeitos das intervenções destinadas a apoiar a resiliência e a saúde mental dos profissionais de saúde e assistência social da linha de frente durante e após um surto de doença, epidemia ou pandemia e identificar barreiras e facilitadores que possam impactar a implementação de intervenções destinadas a apoiar a resiliência e a saúde mental dos profissionais de saúde e assistência social da linha de frente durante e após um surto de doença, epidemia ou pandemia.	Busca de Dados: A pesquisa foi realizada em várias bases de dados, incluindo Cochrane Database of Systematic Reviews, MEDLINE, Embase, Web of Science, PsycINFO, CINAHL, Global Index Medicus e WHO Institutional Repository for Information Sharing, abrangendo estudos a partir de 2002, sem restrições de idioma.	Número de Estudos: Foram identificados 16 estudos relevantes que abordaram intervenções para apoiar a resiliência e o bem-estar mental de profissionais de saúde na linha de frente durante surtos de doenças infecciosas, incluindo SARS, Ebola, MERS e COVID-19 [T2]. Tipos de Intervenções: As intervenções estudadas incluíram: - Intervenções no local de trabalho, como treinamento e mudanças de rotina (6 estudos). - Intervenções de apoio psicológico, como serviços de aconselhamento e psicologia (8 estudos). - Intervenções multifacetadas (2 estudos) [T5]. Eficácia das Intervenções: Para o objetivo de avaliar a eficácia das intervenções, um estudo específico investigou se o treinamento em primeiros socorros

				psicológicos reduziu o esgotamento entre os profissionais de saúde. No entanto, a certeza das evidências foi considerada muito baixa, o que significa que não foi possível afirmar com segurança se a intervenção foi eficaz [T3]. Barreiras e Facilitadores: Todos os 16 estudos forneceram evidências sobre barreiras e facilitadores para a implementação das intervenções. Foram identificadas 17 descobertas principais, com confiança moderada em seis delas e baixa a muito baixa confiança em 11. As barreiras identificadas incluíram: - Falta de conscientização dos trabalhadores da linha de frente e das organizações sobre o que era necessário para apoiar seu bem-estar mental. - Falta de equipamentos, tempo da equipe ou habilidades necessárias para implementar as intervenções [T4][T6]. Esses resultados destacam a necessidade de mais estudos e intervenções direcionadas para apoiar a saúde mental dos
--	--	--	--	---

				profissionais de saúde em situações de crise.
--	--	--	--	---

Fonte: produzido pelos autores, 2024.

DISCUSSÃO

Lemes et al. (2015) destacam sobre os problemas evidenciados de enfermeiros expostos ao estresse, ansiedade e alto nível de pressão no ambiente hospitalar. Apresentaram um perfil epidemiológico de profissionais de enfermagem com sintomas de ansiedade e estresse decorrentes a insalubridade, sobrecarga de trabalho e falta de recursos. Desse modo, mostra-se que a função dos profissionais de enfermagem traz um impacto negativo para a saúde mental e física. Portanto, é importante reconhecer os problemas estressores que causam esgotamento físico, estabelecer melhorias no ambiente hospitalar para que seja minimizado transtornos mentais nos profissionais de saúde.

Além disso Pereira, et al. (2024) Acrescentam que por conta de representar o maior contingente de força de trabalho da saúde a enfermagem está em constante exposição a inúmeros estressores, apresentam aumento significativo de adoecimento mental e físico relacionado ao trabalho. Os processos de adoecimento e sofrimento psíquico mais frequentes envolvem as consequências do estresse, tais como: ansiedade, desmotivação, mau humor, dores no corpo, distúrbios osteomusculares, irritabilidade, alteração do fluxo menstrual, insônia, déficit de atenção e concentração, úlceras gástricas, entre outras causas. Os autores destacam que o relacionamento conflitante com a equipe e os usuários constitui o principal cenário dos estudos sobre adoecimento e sofrimento psíquico dos trabalhadores de enfermagem.

Sousa et al., (2022) descrevem fatores estressores que levam ao adoecimento psíquico diante da pandemia COVID-19, os profissionais de enfermagem tiveram uma alta sobrecarga de trabalho devido ao período da pandemia, que foi a principal causa de mortes no Brasil no ano de 2020. A principal dificuldade para os enfermeiros e a equipe de enfermagem foram fatores como medo, sobrecarga, ansiedade, síndrome de burnout e a dificuldade de enfrentar um vírus que ameaça a vida. Enfermeiros e a equipe de enfermagem enfrentaram diversos desafios durante o período pandêmico como a falta

de recursos, cenários de guerra, mortes e o tempo de espera para prestar os cuidados qualificados para os pacientes. Assim, foi estabelecido cuidados protetivos com a saúde mental dos profissionais de enfermagem diante de um cenário amplo desencadeado da COVID-19.

Ademais Riedel et al. (2021) apresentaram fatores de risco e desafios a alta prevalência de traumas significativos no aumento de cargas de trabalho de enfermeiros durante a pandemia de COVID-19. Durante a pandemia os enfermeiros foram solicitados a assumir turnos extras, trabalhar até tarde e pular intervalos, tudo em ambientes continuamente de alto estresse. Esse cenário pode impactar a saúde mental dos enfermeiros e levar ao desenvolvimento de depressão, ansiedade, sintomas de estresse pós-traumático (PTSS), transtorno de estresse pós-traumático (PTSD) e outros transtornos de saúde mental. Compreender sobre saúde mental é fundamental, pois fatores estressores geralmente afeta o desenvolvimento no ambiente de trabalho.

Riedel et al., (2021) mostram que dessa forma, desenvolveram-se estratégias para o enfrentamento para transtornos de saúde mental para os enfermeiros. Com a implementação de habilidades como: atenção plena e resiliência moral, terapia cognitiva-comportamental (TCC), terapia de processamento cognitivo, técnicas de liberação emocional (EFT) e terapia de interferência motora e memórias traumáticas. Com essas ferramentas e por meio da coleta de informações, os profissionais de saúde garantem que a saúde mental esteja sendo considerada com alta prioridade.

Pollock et al. (2020) também menciona que profissionais de saúde correm maior risco de desenvolver problemas de saúde mental a curto e longo prazo e alertou sobre o potencial impacto negativo no período pré e pós-covid com sintomas de depressão, ansiedade, estresse e problemas cognitivos que podem impactar na função do local de trabalho. A saúde mental e a resiliência dos profissionais de saúde e assistência social podem ser apoiadas durante epidemias de doenças futuras.

Segundo a afirmativa de Bhenson et al., (2020), é importante ressaltar que 23% de profissionais possuem sintomatologia de depressão, assim como 85% deles apresentam grau mínimo de ansiedade e 15% apresentam ansiedade de leve a severa. A literatura demonstra que fatores internos e processos de trabalho podem estar associados aos surgimentos desses transtornos como: sobrecarga de serviço, relações

interpessoais e desgaste suporte emocional. Mesmo sendo comum, a dupla jornada de trabalho pode intervir nos aspectos da qualidade de vida do trabalho. E relativo a ansiedade, os entrevistados indicaram que a renda e a quantidade de vínculos empregatícios influenciam no surgimento do transtorno.

Tsaras et al. (2018) afirmam que depressão e ansiedade são consideradas os transtornos mentais mais frequentes na vida humana. A enfermagem é caracterizada como uma das profissões mais estressantes e emocionalmente demenciais, com isso é comum que profissionais dessa área sofram de ansiedade e depressão. E quando falamos de enfermeiros em saúde mental este quadro é piorado, este estudo revela que a alta porcentagem de enfermeiros de saúde mental com risco de transtornos psiquiátrico tem prevalência de 52,7% para depressão e 48% para ansiedade.

Weaver et al. (2018) determinam que dois em cada cinco profissionais (40,6%) tem resultado positivo para transtorno do sono assim como 21,6% tem resultado positivo para depressão e ansiedade. A triagem positiva para depressão e ansiedade aumenta em 63% o risco de acidentes. Quando observamos o trabalho descrito por Rafiei et al. (2024), que teve achados com alta prevalência de estresse ocupacional e baixo nível de saúde mental indicando a natureza desafiadora do trabalho de enfermagem e enfatizando a necessidade de intervenções para melhorar as condições de trabalho, fica claro que existe necessidade urgente de intervenções que visem melhorar o estado de saúde mental dos enfermeiros com atenção especial ao tratamento dos sintomas somáticos e de ansiedade, distúrbios do sono e disfunção social.

Cruz et al. (2019) informa que a incidência de burnout tem aumentado nos últimos anos e que é mais prevalente em mulheres tendo as maiores taxas dos profissionais no serviço de urgência. Na equipe de enfermagem isto gera distúrbios músculo esqueléticos, lesões ocupacionais, insatisfação no trabalho e abuso de álcool e drogas afetando a qualidade do atendimento recebido pelo paciente podendo causar depressão, ansiedade, baixa autoestima e sentimento de culpa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os aspectos observados, podemos considerar que os profissionais da Saúde, estão constantemente mais expostos a fatores estressores que levam ao adoecimento psíquico e mental. Para nós este fato foi visto de forma alarmante e a nossa intenção com esse trabalho foi trazer à tona o que para muitos é ainda desconhecido.

Com o avanço sobre o estudo pudemos perceber o quão impactante é para estes profissionais, interagir com um ambiente laboral onde além do desgaste físico, muitas vezes temos situações de abusos diversos, inclusive mentais. Esses mesmos profissionais que estão à frente dos cuidados ao paciente, presentes à beira-leito durante a maior parte do tempo em uma internação, são expostos a uma carga intensa de pressão, que no fim das contas é tratada como se a responsabilidade fosse unicamente dele.

Além disso, o que nós consideramos que é altamente prejudicial para a saúde mental é a desvalorização somada a sobrecarga de trabalho, que vai adoecendo a “alma do profissional” de saúde levando a outros males como ansiedade e depressão que se mostram em números alarmantes na nossa categoria profissional.

Todo estresse e responsabilidade a que somos obrigados a lidar sendo profissionais de saúde pesa sobre os nossos ombros e nos faz adoecer vagarosamente, o que em diversos casos não é visível a olho nu, até que se chegue a um ponto crítico.

Com esse trabalho procuramos alertar ao público que aquilo que para alguns parece ser apenas um episódio de cansaço, pode na verdade ser apenas a ponta de um iceberg muito maior. O Transtorno de Ansiedade Generalizada não deve ser resumido a poucas palavras, onde observamos que o tema deve ser pesquisado mais a fundo, para que possamos elaborar estratégias sólidas de combate a ambientes e situações nocivas que atualmente agridem profissionais de saúde em todo território nacional.

Este estudo busca fazer com que profissionais de saúde olhem para si, olhem para dentro e se enxerguem com qualidade sem estar acima de tudo, resumido a um diagnóstico e que tenham a capacidade de procurar ajuda e tratamento quando necessário, porque precisamos passar por nossos momentos de fragilidade e dificuldade para estarmos bem de saúde física e mental para prestar assistência ao outro.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. 11 - Transtornos de Ansiedade. **Transtornos de Ansiedade: Diagnóstico e Tratamento**, 24 jan. 2008.

BHENSON TAVARES BARBOSA, M. et al. DEPRESSÃO E ANSIEDADE NA ENFERMAGEM EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA. **Revista Ciência Plural**, v. 6, n. 3, p. 93–107, 23 set. 2020.

CRUZ, S. P. D. L. et al. Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, p. e3144, 2019.

LEMES, A. G. et al. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar. **Journal of Nursing and Health**, v. 5, n. 1, p. 27–37, 2 set. 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All**. 1st ed ed. Geneva: World Health Organization, 2022.

PEREIRA, M. C.; EBERHARDT, L. D.; CARVALHO, M. D. Working conditions and mental illness among nursing workers. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 22, n. 01, p. 01–10, 2024.

POLLOCK, A. et al. Interventions to support the resilience and mental health of frontline health and social care professionals during and after a disease outbreak, epidemic or pandemic: a mixed methods systematic review. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, v. 2020, n. 11, 5 nov. 2020.

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. D. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Psicologia em Estudo**, v. 12, n. 2, p. 247–256, ago. 2007.

RAFIEI, S. et al. The moderating role of self-efficacy in the relationship between occupational stress and mental health issues among nurses. **Scientific Reports**, v. 14, n. 1, p. 15913, 10 jul. 2024.

RIEDEL, B. et al. Mental Health Disorders in Nurses During the COVID-19 Pandemic: Implications and Coping Strategies. **Frontiers in Public Health**, v. 9, p. 707358, 26 out. 2021.

SOUSA, A. K. S. D. et al. SAÚDE MENTAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NA PANDEMIA DA COVID–19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 96, n. 39, 10 ago. 2022.

TSARAS, K. et al. Predicting Factors of Depression and Anxiety in Mental Health Nurses: A Quantitative Cross-Sectional Study. **Medical Archives**, v. 72, n. 1, p. 62, 2018.

WEAVER, M. D. et al. Sleep disorders, depression and anxiety are associated with adverse safety outcomes in healthcare workers: A prospective cohort study. **Journal of Sleep Research**, v. 27, n. 6, p. e12722, dez. 2018.