



FADIGA POR EMPATIA EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: IMPACTOS PSICOLÓGICOS E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

CAROLINA MONTEIRO DE MENDONÇA; MARJORIE LEÃO DE PAIVA DIAS; RAFAEL CRUZ MARIZ; MARIA EDUARDA PEREIRA DANTAS; JENYFER DA COSTA ANDRADE; RAINARA PEREIRA DOS ANJOS; LETICIA VILLAR MENESES SANTOS; BEATRIZ VILLAR MENESES SANTOS; CAMILLA SILVEIRA SILVA; LETICIA CHAPERMAN ARAUJO

Introdução: A fadiga por empatia, é uma condição emergente, caracterizada por um estado de exaustão emocional que resulta da exposição contínua ao sofrimento dos pacientes. Foi proposto que esse fenômeno afeta principalmente profissionais de saúde como médicos, enfermeiros e psicólogos. Adicionalmente, foi visto que a fadiga de empatia pode comprometer a saúde mental e a capacidade do cuidar, necessitando de maior visibilidade e estratégias de prevenção para essa condição. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo analisar o impacto psicológico da fadiga de empatia nos profissionais da saúde, bem como explorar estratégias de prevenção. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão da literatura em bases de dados como PubMed e BVS, com foco em artigos publicados entre 2019 e 2024. Foram utilizados os termos “fadiga”, “empatia”, “profissionais de saúde”. Foram selecionados estudos que abordam a fadiga por empatia, bem como suas implicações na saúde mental dos profissionais e estratégias de prevenção. Foram excluídos artigos desalinhados com o tema do resumo e artigos incompletos. **Resultados:** As evidências são claras sobre a importância da empatia no desenvolvimento de relacionamentos eficazes entre profissionais e pacientes, no entanto a empatia de forma demasiada, pode ter implicações direta na saúde mental do profissional. Entre os sintomas mais frequentes estão sentimentos de desesperança, distanciamento emocional, dificuldade na tomada de decisões e distúrbios do sono. Profissionais de saúde que atendem pacientes em estado crítico ou terminal são particularmente mais vulneráveis. Ademais, foi visto que a fadiga por empatia está fortemente associada à sobrecarga emocional e à falta de suporte psicológico no ambiente de trabalho. Dessa forma, estratégias de enfrentamento como desenvolvimento de habilidades de resiliência, incentivo ao autocuidado, exercícios de relaxamento e meditação, são estratégias essenciais na prevenção e tratamento dessa condição, além de acompanhamento psicológico. **Conclusão:** A fadiga por empatia é um transtorno emergente que afeta diretamente a qualidade de vida dos profissionais de saúde e a qualidade do atendimento oferecido aos pacientes. Medidas preventivas e interventivas, como o suporte psicológico e técnicas para gerenciar o estresse laboral, são essenciais para minimizar os impactos dessa condição. Além de maior visibilidade para esse fenômeno, que tem crescido cada vez mais.

Palavras-chave: **FADIGA; EMPATIA; SAÚDE MENTAL**