



AANSIEDADE EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: DESAFIOS E CONSEQUÊNCIAS NO AMBIENTE DE TRABALHO

SUSY JENNIFER SILVA CARDOSO

RESUMO

Na atualidade a ansiedade é um problema vivenciado pelas pessoas e ultrapassam as barreiras do trabalho, mesmo os profissionais da Saúde são afetados direto ou indiretamente com problemas de ansiedade. O presente artigo aborda sobre os desafios e consequências que os profissionais de Enfermagem vivenciam no ambiente de trabalho. Dificuldades e anseios enfatizados em dados bibliográficos que abordam essa temática. O objetivo geral desta pesquisa consiste em refletir sobre a ansiedade que afetam os profissionais de Enfermagem. Tendo como objetivo específico: avaliar um dos principais problemas que vem atingindo os profissionais da saúde. A metodologia caracteriza-se por abordagem qualitativa do tipo descritiva e natureza exploratória, pesquisa bibliográfica de base de dados na Scientific Electronic Library Online (SciELO). Utilizou-se como critério de inclusão periódico com resultado de busca no escopo artigos disponíveis eletronicamente. Utilizamos as palavras chaves (Ansiedade, Desafios e consequências, Ambiente de trabalho (insalubridade), Impactos dos transtornos ansiosos na enfermagem). Os resultados sobre a ansiedade em profissionais da enfermagem é uma temática que vem sendo discutida e trouxe preocupações no contexto vivenciado no período da Pandemia do Coronavírus com o COVID-19, no entanto observou-se fatores recorrentes nos artigos lidos, pois mencionam informações sociodemográficas. Tendo em vista a relevância de intervenções, uma possibilidade de amenizar o problema é a divulgação nas redes sociais através de campanhas com objetivo de sensibilizar os trabalhadores da enfermagem durante todo o ano, pois é um problema silencioso e carrega preconceito.

Palavras-chave: ansiedade; profissionais da enfermagem; depressão; desafios.

1 INTRODUÇÃO

O tema “A Ansiedade em Profissionais de Enfermagem: Desafios e Consequências no Ambiente de Trabalho”, foi desenvolvido com base no atual cenário da saúde dos enfermeiros, com intuito de salientar a ocorrência desse transtorno e buscar soluções emergentes para essa problemática. Uma vez que a Enfermagem tem o “Cuidar” como principal objetivo, esta deve, portanto, possuir um olhar cauteloso voltado a seus colaboradores.

Diante de tantas informações referentes a essa condição, encontram-se ainda grandes desafios a serem derrubados, para que as pessoas que apresentam o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) possam ter a oportunidade de serem compreendidas e para que complicações mais severas não ocorram, como o suicídio. Assim, torna-se imprescindível a valorização do indivíduo em suas particularidades, pois não há em lugar algum alguém que seja igual ao outro na personalidade, nos sentimentos, nos aspectos pessoais e nas vivências que o levam para um caminho incerto e profundamente caótico.

Dessa forma, é necessária uma avaliação mais profunda por profissionais para que sejam conhecidas suas necessidades, que leve em consideração um protocolo sendo assim à orientação, o aconselhamento, a utilização de técnicas de relaxamento e/ou exercícios físicos, não se limitando a prescrever medicamentos (Zuardi, 2017).

O transtorno de ansiedade é um dos temas da psiquiatria mais subdiagnosticados na

atualidade, pois são raras às vezes em que um indivíduo procura por um atendimento completo e profissional dentro dos aspectos da saúde mental no Brasil. Com isso, são estabelecidos alguns sintomas que auxiliam na identificação do transtorno, porém esses, um tanto vagos e não claramente fonte de diagnóstico para a ansiedade, são sintomas físicos pouco aparentes e pouco definidos (Zuardi, 2017).

A utilização dos critérios diagnósticos do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DMS-V auxilia numa melhor classificação da ansiedade, identificando que, com o desenvolvimento da ansiedade, há um maior envolvimento nos inúmeros eventos das atividades cotidianas.

A ansiedade e a preocupação estão associadas a três ou mais sintomas, presentes na maioria dos dias, nos últimos seis meses, sendo os mais identificados à inquietação ou sensação de estar no limite, cansar-se facilmente, dificuldade de concentração; irritabilidade, tensão muscular e distúrbios do sono. Dessa forma, o transtorno não pode ser atribuído a apenas uma condição médica geral, mas também ao transtorno mental (Zuardi, 2017).

O transtorno de ansiedade, para além de acometer à saúde individual do trabalhador, atrapalha o desenvolvimento deste em seu ambiente de trabalho e, consequentemente, afeta seu convívio sadio em sociedade. Diante disso, discorrer sobre os malefícios do transtorno de ansiedade torna-se primordial para conhecer, compreender e sanar tal problemática.

Dentro do campo individual, este transtorno causa sofrimento, solidão e sensação de incapacidade/ insuficiência que acabam por trazer pensamentos e ações inertes, desenvolvendo assim não só problemas psíquicos, mas também dificuldades de livrar-se de um “poço sem fundo”.

Esse quadro fica ainda mais conturbado dentro do cenário da saúde do trabalhador, a qual os próprios profissionais de saúde são pouco assistidos quando se trata de transtornos como a ansiedade, estes que tem o “cuidar” como principal pilar de sua profissão, lamentavelmente não possuem o auxílio necessário para combater tal transtorno uma vez que, os seus principais gatilhos estão associados a rotinas exaustivas de trabalho, longos turnos, frustração profissional e baixa remuneração.

Como consequência, o rendimento e o nível de satisfação profissional despenham, atrapalhando o dia a dia do trabalhador. Portanto, nota-se que além de ser importantíssimo compreender o transtorno de ansiedade e seus afluentes na vida do trabalhador, é essencial desenvolver meios para solucioná-lo, bem como buscar promover o bem-estar do profissional através de benefícios como ofertar acompanhamento com profissionais nas áreas psíquicas, cargas horárias normais com prioridade para o descanso e, por fim, melhorar a remuneração.

Diante do exposto, nosso problema é: Quais medidas são necessárias para a manutenção da saúde mental de profissionais da saúde? Para dar conta de resolvê-lo temos como objetivo geral discorrer sobre como o transtorno de ansiedade (tag) atinge a rotina dos profissionais de Enfermagem. Os objetivos específicos são assim estruturados: Evidenciar os principais fatores que influenciam a recorrência da ansiedade na saúde do trabalhador da Enfermagem; identificar medidas para a promoção da saúde mental do trabalhador da Enfermagem; Reconhecer a importância do suporte psicológico para os profissionais de Enfermagem.

Partimos do pressuposto que tal temática traz elementos importante para discutir o fazer profissional da área de enfermagem, com foco na qualidade de vida desse sujeito.

A conscientização de tal problema se dá através do conhecimento do transtorno e do interesse em solucioná-lo, com isso a relevância do estudo desse tema pauta-se na promoção de um equilíbrio emocional direcionado aos agentes que promovem a saúde de nossa sociedade, já que sem seus cuidados a sociedade é incapaz de curar suas enfermidades.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia caracteriza-se por abordagem qualitativa do tipo descritiva e natureza exploratória, pesquisa bibliográfica de base de dados na Scientific Electronic Library Online

(SciELO). Utilizamos como critério de inclusão periódico com resultado de busca no escopo artigos disponíveis eletronicamente. Utilizamos as palavras chaves (Ansiedade, Desafios e consequências, Ambiente de trabalho (insalubridade), Impactos dos transtornos ansiosos na enfermagem). Como critério de inclusão pesquisas recentes Anos 2020 a 2022, nessa busca encontrou-se 7 artigos. Foi aplicado como critério de exclusão língua portuguesa, contexto brasileiro, assim, ficaram 6 artigos que após a leitura foram utilizados para

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O primeiro item a destacarmos são os elementos que compõe o recorte desta pesquisa, descrito no quadro de análise a seguir:

Artigos encontrados com cruzamento de descritores	Filtro: Texto completo em português	Filtro: 2020 a 2022	Artigos selecionados após leitura de títulos e resumos	Artigos selecionados após leitura na íntegra
Ansiedade, Desafios e consequências, Ambiente de trabalho (insalubridade), Impactos dos transtornos ansiosos na enfermagem.				
7	6	6	7	7

Utilizou-se as palavras chaves (Ansiedade, Desafios e consequências, Ambiente de trabalho (insalubridade), Impactos dos transtornos ansiosos na enfermagem) Como critério de exclusão pesquisas recentes Anos 2020 a 2022, nessa busca encontrou-se 7 artigos. O quadro 2 apresenta um panorama dos artigos que possuem aderência com presente pesquisa, a ansiedade em profissionais da enfermagem é uma temática que vem sendo discutida e trouxe preocupações no contexto vivenciado no período da Pandemia do Coronavírus, no entanto observou-se fatores recorrentes nos artigos lidos, pois mencionam informações sociodemográficas.

Quadro 2: Artigos selecionados referentes a pesquisa.

Artigo	Revista	Ano
O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo.	Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2018 Abr-Jun.;14(2): 108-116.	2018
Professional safety constructs in the context of Primary Health Care.	Rev Bras Enferm. 2020;73(Suppl 6)	2020
Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. Ver enferm UERJ, Rio de Janeiro, 2020	Rev enferm UERJ, Rio de Janeiro, 2020	2020
A saúde mental: foco nos profissionais de saúde.	Rev Bras Enferm. 2020;73(Suppl 1):e73supl01.	2020
Fatores associados aos riscos de adoecimento da equipe de enfermagem no trabalho em instituição psiquiátrica	Rev. Latino-Am. Enfermagem 28.2020.	2020
Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19	Espaço aberto.Interface (Botucatu) 25(suppl1).2021	2021
Factors associated with stress, anxiety and depression in nursing professionals in the hospital context.	Rev Bras Enferm. 2022;75 (Suppl 3)	2022
Prevalência de transtornos mentais em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19: revisão sistemática	Review • J. bras. psiquiatr. 71 (4)	2022

Os fatores de acordo com a literatura podem desencadear ansiedade, depressão e estresse. Dentre os fatores recorrentes Assis, *et al.*(2003) enfatiza que “o sexo, o estado civil, a idade, o sono, o suporte familiar e social, o relacionamento multiprofissional e a satisfação profissional podem estar associadas as estresse”. Tais fatores externos vivenciados pelo profissional da enfermagem afetam o desempenho do trabalho que executa.

Outros fatores evidenciam as condições de trabalho sendo a falta de estrutura física um dos problemas a ser melhorada com políticas públicas, também a exaustiva rotina de trabalho com horários e tarefas que não são agradáveis ao trabalhador que podem ser repensadas a partir de um gerenciamento humanizado da equipe.

A conduta moral é outro aspecto que revela os assédios por parte dos colegas e de quem gerencia os locais de trabalho, sendo fatores que interferem no equilíbrio emocional. Os fatores são recorrentes nos artigos citados e direcionam para a medidas que busquem contribuir com o ambiente de trabalho e com o bem estar do trabalhador da enfermagem.

Sendo esse um problema que vem gradativamente aumentando, torna-se necessário intervenções Assis, *et al.*(2021) menciona que “ o monitoramento dessas ordens emocionais e fatores associados poderá subsidiar mudanças sociais, políticas e assistências na atenção da saúde do trabalhador no cenário brasileiro”. Assim como medidas deverão ser adotadas no ambiente de trabalho que acolha e reconheça os pedidos de socorro mais sutis.

4 CONCLUSÃO

A temática acerca da ansiedade que tem afetado os trabalhadores da enfermagem vem sendo discutida ainda de forma restrita no diz respeito às pesquisas, no entanto a necessidade de ações é uma evidência que se revela na voz de um grupo que vislumbra melhores condições de trabalho e uma acolhida receptiva.

Cuidar de pessoas exige um ser equilibrado emocionalmente, sabe-se que são muitos os fatores que desencadeiam a ansiedade e a depressão, mas um olhar além da aparência pode revelar um pedido de socorro. Medidas e protocolos deverão ajudar nos casos mais difíceis de serem diagnosticados ou percebidos.

Nesse sentido, o cuidado com a equipe de trabalho também deverá ser vista como prioridade, ao mesmo tempo em que o respeito aos valores ético deverão ser manifestados de um para com o outro. A reciprocidade e a resiliência devem ser vivenciados no ambiente para que ocorra a harmonia no local de trabalho.

Por fim, tendo em vista a relevância de intervenções, uma possibilidade de amenizar o problema é a divulgação nas redes sociais através de campanhas com objetivo de sensibilizar os trabalhadores da enfermagem durante todo o ano, pois é um problema silencioso e carrega preconceito.

REFERÊNCIAS

Amaral, G. G., Silva, L. S., Oliveira, J. V., Machado, N. M., Teixeira, J. S. & Passos, H. R. (2022). Suporte ético-emocional Á profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID19: Relato de experiência. Escola Anna Nery, 26, e20210234. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0234>. Acesso em 25/09/2023.

ANVERS, Luana Veras; TEXEIRA, Natasha Diane dos Santos; VILA FLOR, Alcilea Barbosa de Andrade. Ansiedade e depressão em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa da Literatura. Epitaya | Rio de Janeiro-RJ | ISBN978-65-87809-90-8 | 2023

Assis BB, Azevedo C, Moura CC, Mendes PG, Rocha LL, Roncalli AA, et al. Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. Rev Bras

Enferm. 2022;75(Suppl 3):e20210263. <https://doi.org/10.1590/0034-71672021-0263>

BONAZZA, Dinorá Simone Santi;SCHUH, Camila. Avaliação dos níveis de ansiedade em profissionais da saúde: Plantonistas Diurnos e noturnos ConnectionLine – Revista Eletrônica do Univag – nº 22 (jul.2020)

Dantas ESO. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. Interface (Botucatu). 2021; 25(Supl. 1): e200203
<https://doi.org/10.1590/Interface.200203>

Esperidião E, Saidel MGB, Rodrigues J. A saúde mental: foco nos profissionais de saúde. Rev Bras Enferm. 2020;73(Suppl 1):e73supl01. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/00347167.202073supl01>

GAINO, Loraine Vivian; SOUZA, Jacqueline de; CIRINEU, Cleber Tiago; TULIMOSKY, Talissa Daniele. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2018 Abr.-Jun.;14(2): 108116. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449 www.revistas.usp.br/smad/

GOMES, Rosemeire Kuchiniski; OLIVEIRA Vera Barros de. Depressão, ansiedade e suporte social em profissionais de enfermagem. Boletim de Psicologia versão impressa ISSN 00065943 Bol. psicol vol.63 no.138 São Paulo jun. 2013

Gontijo MD, Viegas SMF, Freitas ATS, Maia AFF, Silveira EAA, Quites HFO. Professional safety constructs in the context of Primary Health Care. Rev Bras Enferm. 2020;73(Suppl 6):e20190529. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0529>

HUNTER ZJ, Marshall J, CORCORAN K, LEEDER S, PHELPS K. 2013) A positive concept of health - interviews with patients and practitioners in an integrative medicine clinic. Complement Ther Clin Pract. [Internet]. 2013;18(4):197-203. doi: 10.1016/j.ctcp.2013.07.001;).

LAI J; MA S; WANG Y, CAI Z, HU J, WEI N, *et al.* Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus Disease 2019. JAMA Netw Open [Internet], 2020.

OLIVEIRA, Fabrício Emanuel Soares de; COSTA, Samuel Trezena; DIAS Verônica Oliveira, JÚNIOR, Hercilio Martelli; MARTELLI, Daniella REIS BARBOSA. Prevalência de transtornos mentais em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19: revisão sistemática Review • J. bras. psiquiatr. 71 (4) • 2022 • <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000391>

OLIVEIRA, Vanessa; PEREIRA, Telmo Ansiedade, depressão e burnout em enfermeiros - Impacto do trabalho por turnos Referência - Revista de Enfermagem, vol. III, núm. 7, julho, 2012, pp. 43-54 Escola Superior de Enfermagem de Coimbra Coimbra, Portugal Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=388239966006>

Saidel MGB, Lima MH de M, Campos CJG, Loyola CMD, Espiridião E, Rodrigues J. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus [Mental health interventions for health professionals in the context of the Coronavirus pandemic] [Intervenciones de salud mental para profesionales de la salud ante la pandemia de Coronavírus]. Rev. enferm. UERJ [Internet]. 21º de maio de 2020 [citado 2º de dezembro de 2024];28:e49923. <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2020.49923> disponível em: <https://www.e->

publicacoes.uerj.br/enfermagemuerj/article/view/49923

SCHMIDT, Denise Rodrigues Costa; DANTAS, Rosana Aparecida Spadoti; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Ansiedade e depressão entre profissionais de enfermagem que atuam em blocos cirúrgicos. *Rev. esc. enferm. USP* 45 (2) • Abr 2011 • <https://doi.org/10.1590/S008062342011000200026>

SALLES MM; MATSUKURA TS. Do individual ao coletivo: perfil ocupacional de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo*. 2015;26(1):58- 65. doi: 10.11606/issn.2238-6149.v26i1p58-65.

SILVA, Poliana Francisca Nascimento da. Principais Transtornos Mentais que acometemos profissionais de enfermagem. Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC Curso de Enfermagem Trabalho de Conclusão de Curso Gama-DF 2019

SOUSA, Kayo Henrique Jardel Feitosa; ZEITOUNE, Regina Célia Gollner; PORTELA, Luciana Fernanda; TRACERA, Gisele Massante Peixoto. Fatores associados aos riscos de adoecimento da equipe de enfermagem no trabalho em instituição psiquiátrica. *Rev. Latino- Am. Enfermagem* 28 • 2020 • <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3454.3235>

SOUZA; HA, BERNARDO; MH. Prevenção de adoecimento mental relacionado ao trabalho: a práxis de profissionais do Sistema Único de Saúde comprometidos com a saúde do trabalhador. *Rev Bras Saúde Ocup*. 2019;44 e 26.