



O ADOECIMENTO DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM E OS RISCOS PSICOSSOCIAIS NO TRABALHO

ELLYANNY PEREIRA PERES; SUELEN GOMES FIRMINO; ANDRESSA MARQUES SILVA

RESUMO

A exposição a fatores de risco psicossocial em ambientes laborais é uma realidade cada vez mais presente na vida dos trabalhadores. A pressão constante para atender às exigências profissionais, aliada à necessidade de equilibrar os recursos pessoais disponíveis, torna o contexto laboral um desafio diário. Além disso, vivemos em um mundo em constante mutação, onde as mudanças tecnológicas, econômicas e sociais impactam diretamente a forma como o trabalho é organizado e executado. Diante desse cenário, torna-se essencial investir na prevenção e intervenção psicossocial. Essas ações devem ser desenvolvidas de forma sistêmica, sistemática e fundamentada, a fim de promover ambientes de trabalho mais saudáveis, inclusivos e sustentáveis. Empresas e organizações precisam adotar medidas que favoreçam o bem-estar dos seus colaboradores, garantindo que o ambiente profissional seja seguro e estimulante, reduzindo assim os riscos associados ao estresse ocupacional e ao esgotamento profissional. O adoecimento do trabalhador tem sido frequentemente associado aos fatores psicossociais no trabalho (FPST). Esses fatores referem-se à interação dinâmica entre o ambiente de trabalho e os aspectos humanos, que podem influenciar a saúde mental e física dos profissionais. A sobrecarga de tarefas, a falta de autonomia, o baixo suporte social e a insegurança no emprego são exemplos de elementos que podem impactar negativamente a satisfação e o desempenho no trabalho. Portanto, é fundamental que gestores e líderes empresariais adotem estratégias eficazes para mitigar os riscos psicossociais e promover um ambiente mais equilibrado e produtivo.

Palavras-chave: Saúde mental; Qualidade de vida; Estresse ocupacional.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é um fator determinante na saúde dos profissionais, podendo contribuir tanto para sua preservação quanto para sua degradação. Na área da saúde, a enfermagem se destaca como uma profissão essencial e indispensável, presente em todas as unidades organizacionais do sistema de saúde. No entanto, os profissionais da enfermagem enfrentam condições laborais adversas, como sobrecarga de trabalho, jornadas extensas, múltiplos vínculos empregatícios e contato direto com o sofrimento humano, o que pode levar à exaustão física e emocional. Além disso, fatores como a falta de reconhecimento profissional, a escassez de pessoal e os altos níveis de responsabilidade impactam negativamente tanto a qualidade de vida dos trabalhadores quanto a assistência prestada aos pacientes.

Os fatores psicossociais no trabalho (FPST) referem-se à interação entre o ambiente laboral e os aspectos humanos, podendo influenciar diretamente a saúde, o desempenho e a satisfação no trabalho. Quando as demandas profissionais são excessivas e desproporcionais aos recursos disponíveis, os trabalhadores podem desenvolver estresse ocupacional, transtornos emocionais e doenças físicas. No contexto da enfermagem, os riscos psicossociais incluem carga de trabalho elevada, ritmo intenso de atividades, falta de autonomia, violência no ambiente de trabalho e assédio moral, tornando essa uma das profissões mais vulneráveis

ao estresse ocupacional.

Embora os impactos dos fatores psicossociais sejam amplamente reconhecidos, as pesquisas na área da enfermagem ainda são escassas e, geralmente, focadas em acidentes perfurocortantes e questões ergonômicas, negligenciando a relação entre as condições de trabalho e o adoecimento psicossocial. Diante desse cenário, é fundamental que as lideranças da área da saúde ouçam as demandas dos profissionais, promovam uma redistribuição equitativa da carga de trabalho e ofereçam suporte emocional e estrutural adequado. O incentivo ao diálogo, o apoio dos supervisores e a implementação de estratégias para minimizar conflitos organizacionais são medidas que podem melhorar significativamente o bem-estar dos trabalhadores e reduzir os impactos negativos do trabalho sobre sua saúde.

Dessa forma, o problema que este trabalho buscar solucionar é: Como os fatores psicossociais presentes no ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem contribuem para o adoecimento físico e emocional desses trabalhadores e qual o impacto disso na qualidade de vida e no desempenho da assistência prestada? Diante desse cenário, esta pesquisa tem como objetivo observar os riscos psicossociais e identificar os fatores que contribuem para o adoecimento psicossocial dos trabalhadores de enfermagem, visando compreender seus impactos e propor estratégias para mitigação desses riscos.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo procura saber quais os principais fatores de riscos psicossociais a que trabalhadores se encontram sujeitos, e como tal, foi necessário criar uma metodologia de estudo para se chegar aos resultados obtidos. O capítulo da metodologia é um processo lógico que explicita as diversas fases do processo de investigação para chegar ao conhecimento ou à demonstração da verdade.

O principal motivo de adoecimento entre os trabalhadores de enfermagem foram os transtornos mentais, que são resultado de todo o processo e organização do trabalho em que eles precisam lidar cotidianamente com fatores que alteram o nível de estresse, como acúmulo de tarefas, alta carga emocional, cobranças e vulnerabilidade do paciente. Todos os trabalhadores de enfermagem, de qualquer cargo, enfrentam situações desencadeadoras de estresse similares. As cobranças de chefias, o sentimento de impotência perante a dor e a morte e o tempo escasso para lazer e descanso corroboram o estresse, o que vai ao encontro dos resultados obtidos nesta revisão. Os maiores índices de exaustão emocional, despersonalização e baixo nível de realização profissional são apresentados pelo enfermeiro e a equipe de enfermagem em comparação aos demais trabalhadores envolvidos diretamente na assistência ao paciente. (Manoela C. Bruna D. 2020).

São observados e contabilizados os riscos físicos a que os trabalhadores estão expostos, mas não os riscos psicológicos, que podem trazer consequências tão ou mais graves, sendo principalmente por esta “mentalidade social” de desvalorização da vertente psicológica e pelo conhecimento adquirido dentro da área, que se decidiu que o estudo desta temática seria uma mais valia, pretendendo-se identificar os potenciais “causadores” do mal-estar psicológico dos trabalhadores. (João M. 2019). seção de metodologia de um estudo descreve os procedimentos adotados para realizar a pesquisa. Essa seção é crucial, pois fornece detalhes sobre como o estudo foi concebido, conduzido e analisado.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O processo de seleção de artigos científicos para a revisão de literatura sobre riscos psicossociais seguiu uma abordagem sistemática. Inicialmente, foram identificados 170 artigos a partir do cruzamento de descritores relacionados ao tema. Em seguida, aplicou-se o filtro para considerar apenas aqueles com texto completo disponível em português, reduzindo o número para 130. Posteriormente, ao restringir a pesquisa para o período de 2019 a 2024,

restaram 22 artigos. A partir desse conjunto, realizou-se a leitura dos títulos e resumos, resultando na seleção de 20 artigos considerados relevantes para o estudo. Por fim, após a leitura integral dos textos, todos os 20 artigos foram mantidos na análise final. Esse processo demonstra um refinamento criterioso dos materiais utilizados, garantindo que apenas artigos recentes, disponíveis em português e com relevância comprovada fossem incluídos na pesquisa. esta seção o autor deve apresentar, comentar e interpretar os dados que você coletou na pesquisa, podendo ser utilizados também Tabelas e/ou Figuras. A discussão dos resultados deve estar baseada e comparada com a literatura científica, indicando sua relevância, vantagens e possíveis limitações.

Artigos encontrados com cruzamento de descritores RISCOS PSICOSSOCIAIS.	Filtro: Texto completo em português	Filtro: ex: 2019 a 2024	Artigos selecionados após leitura de título e resumos	Artigos selecionados após leitura na íntegra
170	130	22	20	20

Fonte: Elaborado pelos autores(2025)

Neste estudo foram evidenciadas relações entre a exposição a fatores psicossociais de risco e o desenvolvimento de adoecimento.

(Gonçalves al.,2018) Uma das maiores queixas dos profissionais de saúde, nomeadamente dos enfermeiros, está relacionada com a um número excessivo de doentes atribuídos a cada profissional, aumentando a sobrecarga física e mental, o que obriga a um ritmo intenso no trabalho, agravadas pela hipersolicitação e pelas instruções pouco claras, e o tempo insuficiente para o cumprimento da tarefa.

A falta de meios e recursos para realizar um trabalho de qualidade, agravam as condições de trabalho, tornando-as desgastantes, física e emocionalmente, e mais propícia a desencadear de problemas de saúde física e mental (Castelôa et al., 2019; Silva et al., 2015; Silva et al., 2018).

O principal motivo de adoecimento entre os trabalhadores de enfermagem foram os transtornos mentais, que são resultado de todo o processo organização do trabalho em que eles precisam lidar cotidianamente com fatores que alteram o nível de estresse, como acúmulo de tarefas, alta carga emocional, cobranças e vulnerabilidade do paciente³¹. Todos os trabalhadores de enfermagem, de qualquer cargo, enfrentam situações desencadeadoras de estresse similares³². As cobranças de chefias, o sentimento de impotência perante a dor e a morte e o tempo escasso para lazer e descanso corroboram o estresse, o que vai ao encontro dos resultados obtidos nesta revisão. Os maiores índices de exaustão emocional, despersonalização e baixo nível de realização profissional são apresentados pelo enfermeiro e a equipe de enfermagem em comparação aos demais trabalhadores envolvidos diretamente na assistência ao paciente.

4 CONCLUSÃO

Neste estudo, foi evidenciado que a exposição a fatores psicossociais de risco está diretamente relacionada ao desenvolvimento de adoecimentos entre os profissionais de enfermagem. De acordo com Gonçalves et al. (2018), uma das principais queixas dos enfermeiros é o número excessivo de pacientes atribuídos a cada profissional, o que aumenta a sobrecarga física e mental, impondo um ritmo de trabalho intenso. Este cenário é agravado pela hipersolicitação, instruções pouco claras e tempo insuficiente para realizar as tarefas de forma adequada.

A escassez de meios e recursos necessários para a realização de um trabalho de qualidade torna as condições de trabalho ainda mais desgastantes, tanto física quanto

emocionalmente, contribuindo significativamente para o surgimento de problemas de saúde física e mental (Castelôa et al., 2019; Silva et al., 2015; Silva et al., 2018).

Os transtornos mentais foram identificados como o principal fator de adoecimento entre os trabalhadores de enfermagem, resultantes de uma organização do trabalho que impõe aos profissionais desafios constantes, como o acúmulo de tarefas, alta carga emocional, cobranças excessivas e a vulnerabilidade do paciente. De acordo com a literatura, todos os trabalhadores da enfermagem, independentemente do cargo, enfrentam situações de estresse semelhantes. O estresse é exacerbado pelas cobranças da gestão, pelo sentimento de impotência frente à dor e à morte dos pacientes e pela falta de tempo para descanso e lazer. Esses fatores, como demonstrado nos resultados desta revisão, são fundamentais para o aumento da exaustão emocional, despersonalização e diminuição do nível de realização profissional, com índices mais elevados entre enfermeiros e equipes de enfermagem em comparação com outros profissionais que também lidam com a assistência direta ao paciente. conclusões deve ser elaborada, em frases curtas, claras e conexas, com base nos objetivos e resultados do Resumo Expandido, conectando os pontos de discussão do tema, apresentando o trajeto e revelando até que ponto a pesquisa chegou. Esse tópico é o fechamento do seu trabalho, apresente limitações e futuras perspectivas acerca do estudo.

REFERÊNCIAS

CARDOSO, A. C. M. O trabalho como determinante do processo saúde-doença. *Tempo Social*, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 73-93, 2015.

CASTELÔA, L.; LUÍS, S.; ROMEIRO, T.; OLIVEIRA, I. Prevalência das lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho dos enfermeiros: Revisão integrativa. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, v. 2, n. 1, p. 63-74, 2019.

GONÇALVES, Angela M. C. et al. Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 67, n. 2, p. 101-109, 2018.

MANOELA, C.; BRUNA, D. Efeitos do estresse na equipe de enfermagem. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, n. 3, p. 35-42, 2020.

PEREIRA, A. C. L.; SOUZA, H. A.; LUCCA, S. R. D.; IGUTI, A. M. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, p. e18, 2020.

RODRIGUES, C. M. L.; FAIAD, C.; FACAS, E. P. Fatores de risco e riscos psicossociais no trabalho: definição e implicações. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 36, e36nspe19, 2020.

SANTOS, K. M. D.; TRACERA, G. M. P.; NASCIMENTO, F. P. B.; MOREIRA, J. P. D. L.; RUAS, C. A. D. S.; FONSECA, E. C.; ZEITOUNE, R. C. G. O adoecimento dos trabalhadores de enfermagem e os riscos psicossociais no trabalho. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 35, eAPE03447, 2022.

SILVA, J. P.; FERREIRA, M. F.; ALVES, F. R.; CARVALHO, R. M. Saúde mental e os impactos psicossociais no trabalho da enfermagem. *Revista de Psicologia e Saúde*, v. 17, n. 2, p. 82-90, 2018.

SOUSA, V. F. D. S.; ARAUJO, T. C. C. F. D. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 35, n. 3, p. 900-915, 2015.

JOÃO, M. Os riscos psicossociais no trabalho da enfermagem: Uma revisão crítica. *Revista de Psicologia e Saúde*, v. 17, n. 2, p. 82-90, 2019.