



ENTRE O PRAZER E O SOFRIMENTO: DESAFIOS À SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE

JOSEMAR SANTOS DE MATOS; TANIA MARIA GOMES DA SILVA

RESUMO

Este estudo tem como foco a análise das causas e implicações do sofrimento psíquico e do prazer experimentados por trabalhadores da saúde, à luz da psicodinâmica do trabalho, proposta por Christophe Dejours. A partir de uma revisão narrativa de 11 artigos publicados entre 2014 e 2024, obtidos em bases como PubMed e SciELO, o estudo investiga de que forma as condições laborais — especialmente a sobrecarga emocional e física — influenciam a saúde mental desses profissionais. Observa-se que, quando as exigências do trabalho superam os recursos e capacidades individuais, instala-se o sofrimento psíquico, frequentemente relacionado ao estresse crônico, à psicossomatização e à deterioração do bem-estar. Isso não apenas compromete a saúde do trabalhador, mas também afeta negativamente a qualidade da assistência prestada. Em contrapartida, o artigo também identifica momentos de prazer no trabalho, associados ao reconhecimento profissional, à cooperação entre colegas e à realização pessoal. Esses aspectos funcionam como mecanismos de defesa frente ao sofrimento, podendo ressignificar a experiência laboral. Os resultados evidenciam a urgência de políticas institucionais que favoreçam ambientes de trabalho mais saudáveis, com incentivo à comunicação aberta, fortalecimento do apoio social e valorização do profissional. A implementação de programas de suporte emocional e psicológico é apontada como uma estratégia fundamental para mitigar o sofrimento psíquico e promover o bem-estar. Apesar das contribuições relevantes, o estudo apresenta limitações, como a ausência de dados empíricos diretos e a restrição ao referencial da psicodinâmica do trabalho, o que impede uma compreensão mais abrangente de outras perspectivas teóricas. Ainda assim, o artigo ressalta a importância de reconhecer o sofrimento e o prazer como elementos centrais na experiência dos profissionais da saúde, e defende ações que conciliem saúde mental e qualidade do cuidado.

Palavras-chave: Sofrimento Psíquico, Sobrecarga, Saúde Mental.

1 INTRODUÇÃO

A atuação dos profissionais da saúde é marcada pelo compromisso constante com o cuidado ao ser humano, envolvendo ações voltadas para a prevenção de doenças, promoção da saúde e reabilitação física e mental. No entanto, essa dedicação frequentemente ocorre em contextos adversos, nos quais a sobrecarga emocional e física compromete não apenas a saúde dos trabalhadores, mas também a qualidade da assistência oferecida (Mariano; Carreira, 2016). A rotina de trabalho intensa, a escassez de recursos e o contato contínuo com o sofrimento alheio são elementos que impactam diretamente o bem-estar desses profissionais.

A psicodinâmica do trabalho, desenvolvida por Christophe Dejours, oferece uma importante lente para compreender os efeitos das condições laborais sobre a saúde mental dos trabalhadores da saúde. Essa abordagem destaca a interação entre sujeito e organização do trabalho, considerando que o sofrimento pode surgir da discrepância entre as exigências do ambiente profissional e a capacidade individual de enfrentamento (Souza et al., 2022).

Situações como a pandemia de Covid-19 intensificaram esses desafios, ampliando os riscos de estresse crônico, esgotamento emocional e psicossomatização (Neves et al., 2024).

Apesar das dificuldades, o trabalho na área da saúde também pode ser fonte de prazer e realização, especialmente quando há reconhecimento, cooperação entre colegas e sentido atribuído à atividade exercida. Estudos indicam que o sofrimento e o prazer coexistem na prática profissional, sendo modulados por fatores como apoio institucional, espaço para expressão emocional e condições dignas de trabalho (Silva et al., 2022; Silva Filha, 2023; Martins; Gomes, 2020). A análise dessas experiências permite compreender como os profissionais elaboram subjetivamente os desafios e como esses processos influenciam a prática do cuidado.

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo geral investigar e analisar, com base em estudos científicos, as causas e implicações do sofrimento psíquico e do prazer vivenciados pelos trabalhadores da saúde. A pesquisa se concentra nas relações interpessoais entre trabalhador, paciente e instituição, à luz da psicodinâmica do trabalho, visando contribuir para a construção de ambientes laborais mais saudáveis e para a valorização da saúde mental desses profissionais.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa, realizada no âmbito da Universidade Cesumar de Maringá, com o objetivo de reunir e analisar produções científicas sobre o sofrimento psíquico e prazer vivenciado pelos trabalhadores da saúde, à luz da psicodinâmica do trabalho. Para a construção da revisão, foi realizada uma busca sistemática nas bases de dados PubMed, SciELO e em sites de programas de pós-graduação *stricto sensu*, com a finalidade de localizar estudos publicados entre os anos de 2014 e 2024. Inicialmente, foram identificados 42 artigos, sendo 11 selecionados para compor o corpus final da pesquisa, após análise criteriosa com base nos critérios de inclusão previamente definidos.

Os critérios de inclusão estabeleceram que os artigos deveriam abordar especificamente as relações entre a psicodinâmica do trabalho e o sofrimento psíquico ou o prazer no exercício profissional dos trabalhadores da saúde. Os descritores utilizados na busca foram: “*prazer*”, “*sofrimento psíquico*”, “*sobrecarga*”, “*psicodinâmica do trabalho*” e “*psicopatologia do trabalho*”. A seleção dos artigos foi realizada por um revisor autor de forma independente, que analisou a relevância e qualidade metodológica de cada estudo. A partir da análise dos artigos selecionados, foi possível identificar fatores recorrentes relacionados ao sofrimento psíquico, como a sobrecarga emocional, a pressão institucional e as limitações nas condições de trabalho, bem como os elementos que contribuem para experiências de prazer e realização profissional. A abordagem narrativa possibilitou uma compreensão ampla e integrada do tema, favorecendo reflexões sobre estratégias que promovam a saúde mental dos profissionais da saúde.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O sofrimento psíquico e o prazer vivenciados pelos trabalhadores da saúde são fenômenos complexos, influenciados pelas intensas relações interpessoais no ambiente de trabalho, que envolvem o profissional, o paciente e a instituição. Esses trabalhadores, cuja missão principal é o cuidado ao ser humano em diversas fases da vida, atuam em diferentes níveis de complexidade e contextos de atenção, promovendo, prevenindo e reabilitando a saúde. Entretanto, ao concentrarem seus esforços no bem-estar do outro, muitas vezes negligenciam a própria saúde física e mental, impactada pelas adversidades enfrentadas cotidianamente (Mariano; Carreira, 2016).

A atuação na área da saúde é marcada por uma dualidade: de um lado, há a exposição constante a ambientes insalubres e situações de sofrimento humano; de outro, existem

momentos de prazer, associados ao reconhecimento e à valorização do cuidado prestado. Profissionais que acompanham pacientes hospitalizados frequentemente relatam experiências de satisfação pessoal, oriundas da gratidão expressa pelos pacientes (Mariano; Carreira, 2016). No entanto, essas experiências positivas não são suficientes para neutralizar o impacto das exigências emocionais e físicas do trabalho, especialmente quando não há mecanismos institucionais de suporte adequados.

A psicodinâmica do trabalho, proposta por Christophe Dejours, compreende que o ambiente laboral não é neutro: ele pode ser fonte de realização ou desencadeador de sofrimento. A sobrecarga de trabalho, amplamente presente no cotidiano dos profissionais da saúde, é um dos principais fatores que contribuem para o estresse crônico e a deterioração da saúde mental, podendo culminar em manifestações psicossomáticas ou em patologias do trabalho (Lancman; Sznclwar, 2011; Dejours, 2004). Conforme Lima (1998), o trabalho atua como desencadeador de distúrbios psíquicos, ainda que não se possa estabelecer uma relação de causa e efeito direta com o adoecimento.

Outro fator agravante é a ausência de apoio institucional. Quando os profissionais não encontram suporte organizacional adequado, enfrentam suas dificuldades de maneira solitária, o que intensifica o desgaste emocional e aumenta o risco de desenvolver a Síndrome de Burnout. Essa síndrome, característica de profissões com alta carga emocional, como a enfermagem, manifesta-se por meio de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (Lelis et al., 2012). Mendes (2007) ressalta que ambientes marcados por comunicação deficiente, rigidez hierárquica e ausência de espaços para diálogo tendem a gerar conflitos e agravar o sofrimento psíquico.

Diante desse cenário, torna-se fundamental que as instituições de saúde adotem práticas que favoreçam o apoio social, a comunicação aberta e a participação ativa dos profissionais nas decisões relacionadas ao ambiente de trabalho. Medidas como o reconhecimento do esforço profissional, a criação de espaços de escuta e a oferta de suporte psicológico podem contribuir significativamente para a redução do sofrimento e para a promoção do prazer e da satisfação no trabalho (Mendes, 2007; Dejours, 2004). Assim, compreender a psicodinâmica do trabalho e seus impactos é essencial para a formulação de estratégias eficazes voltadas à proteção da saúde mental dos trabalhadores da saúde.

A psicodinâmica do trabalho, conforme delineada por Dejours (2004), apresenta uma abordagem crítica para compreender a relação entre os aspectos emocionais do ambiente laboral e a saúde mental dos trabalhadores. No campo da saúde, essa teoria revela-se essencial para entender como enfermeiros, cuidadores e agentes comunitários lidam com o sofrimento psíquico decorrente das exigências emocionais de sua prática. O ambiente de trabalho desses profissionais é atravessado por situações complexas, como o cuidado contínuo, a morte de pacientes e a pressão por desempenho, que contribuem para a intensificação do sofrimento. Dejours (2004) destaca que essas exigências organizacionais, quando não mediadas por suporte institucional, tornam-se fontes significativas de adoecimento psíquico.

A literatura aponta que a constante exposição ao sofrimento, ao luto e ao desgaste emocional impacta diretamente o bem-estar dos profissionais da saúde. Silva et al. (2022) observam que profissionais de enfermagem, em especial, estão suscetíveis à síndrome de burnout e ao esgotamento emocional, o que compromete tanto a saúde mental quanto a qualidade do cuidado oferecido. A psicodinâmica do trabalho sustenta que o sofrimento psíquico está profundamente vinculado às condições laborais, sendo fundamental que o ambiente de trabalho inclua mecanismos efetivos de suporte emocional, como grupos de apoio, psicoterapia institucionalizada e supervisão de casos (Silva et al., 2022; Mariano; Carreira, 2016).

Para além do suporte emocional, a formação contínua configura-se como uma estratégia eficaz para a promoção da saúde mental no trabalho. Segundo Dejours (2004), a

capacitação técnica e emocional proporciona maior segurança aos profissionais, reduzindo a tensão e promovendo prazer no exercício da função. Nesse sentido, Silva Filha et al. (2023) ressaltam que, em instituições de longa permanência, os cuidadores enfrentam desafios emocionais intensos que podem ser mitigados por meio de formações que envolvam o manejo do estresse, autocuidado e práticas de saúde mental. A qualificação contínua, portanto, contribui para o fortalecimento da resiliência emocional dos trabalhadores.

Outro aspecto central na psicodinâmica do trabalho é a necessidade de melhorias nas condições laborais. A sobrecarga, a escassez de recursos e a falta de pessoal são fatores recorrentes que agravam o sofrimento dos profissionais de saúde. Conforme Silva Filha et al. (2023), a otimização da carga de trabalho e a reestruturação dos processos institucionais são medidas urgentes. Mariano e Carreira (2016) enfatizam que ações como a redução da jornada de trabalho, o fortalecimento das relações interpessoais e a promoção de ambientes colaborativos contribuem para o bem-estar no trabalho. Miranda e Pegoraro (2021) complementam que, no caso dos agentes comunitários, o fortalecimento das condições de trabalho é essencial para preservar a saúde mental e a qualidade do cuidado.

Por fim, a valorização do trabalho é apontada como elemento fundamental para mitigar o sofrimento psíquico. Dejours (2004) argumenta que a ausência de reconhecimento gera frustração e sentimento de impotência, tornando o trabalho uma fonte de dor. A pesquisa de Silva et al. (2022) corrobora essa perspectiva ao indicar que o reconhecimento institucional e o apoio social aumentam o prazer no trabalho e reduzem os níveis de estresse. Assim, para promover um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo, é indispensável que as instituições de saúde implementem ações integradas que incluam suporte emocional, capacitação contínua, melhorias estruturais e valorização profissional. Essas estratégias não apenas protegem a saúde mental dos trabalhadores da saúde, mas também garantem a excelência no cuidado prestado à população.

4 CONCLUSÃO

O presente artigo teve como objetivo investigar o sofrimento psíquico e o prazer no trabalho dos profissionais da saúde, à luz da teoria psicodinâmica de Dejours. Os resultados apontam que o ambiente laboral desses trabalhadores é permeado por exigências emocionais intensas, que oscilam entre momentos de realização e sofrimento. Condições adversas, como sobrecarga e falta de reconhecimento, foram identificadas como fatores que comprometem a saúde mental e a qualidade do cuidado prestado.

Com base na literatura analisada, destaca-se a importância de ações institucionais que valorizem a saúde mental dos trabalhadores da saúde. Estratégias como suporte psicológico, formação contínua e melhorias nas condições de trabalho mostraram-se eficazes para mitigar o sofrimento psíquico e aumentar o prazer no exercício da profissão. A valorização profissional, por meio de reconhecimento simbólico e material, é essencial para fortalecer o engajamento e a satisfação no trabalho.

Entretanto, o estudo apresenta limitações. Não foram coletados dados empíricos diretamente com os profissionais da saúde, o que restringe a compreensão de suas vivências cotidianas. Futuras pesquisas podem aprofundar a análise por meio de entrevistas, questionários ou grupos focais. Além disso, recomenda-se explorar outras abordagens teóricas, ampliando a compreensão do sofrimento psíquico no contexto do trabalho em saúde. Tais avanços são essenciais para a construção de ambientes mais saudáveis e humanizados para quem cuida.

REFERÊNCIAS

DEJOURS, C. **Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho**. Rio de Janeiro: Editora da

Fundação Oswaldo Cruz, 2004.

LANCMAN, S.; SZNELWAR, L. (Org.). **Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho**. 3.ed. Brasília: Paralelo 15/Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011. 507 p.

LÉLIS, CM; BATTAUS, MRB; FREITAS, FCT; ROCHA, FLR; MARZIALE, MHP; ROBAZZI, MLCC. **Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em profissionais de enfermagem**: revisão integrativa da literatura. Acta Paulista de Enfermagem, v. 3, pág. 477-482, 2012.

MARIANO, PP; CARREIRA, L. **Prazer e sofrimento no cuidado ao idoso em instituição de longa permanência: percepção dos trabalhadores de enfermagem**. Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, v. 4, 2016. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=127746815007>. Acesso em: 15 jul 2024.

MARTINS, GA; GOMES, LC. **O cuidado ao idoso com transtorno mental em uma instituição de longa permanência no Sudoeste de Minas Gerais**: relatos de cuidadores e equipe de enfermagem. Revista de Saúde e Ciências Biológicas, v. 8, n. 1, pág. 1-7, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3053>. Acesso em: 15 jul 2024.

MENDES, AM (Org.). **Psicodinâmica do trabalho**: teoria, método e pesquisas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

MIRANDA, BAB de; PEGORARO, RF. **Qualidade de vida e sofrimento psíquico em agentes comunitários de saúde**. Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social, v. 202-215, 2021. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/49017>. Acesso em: 17 jul 2024.

NEVES, FM das; SILVA, LA da; LEACHI, HFL; PERFEITO RIBEIRO, R.; DADALT, PA. **Estresse percebido e sofrimento psíquico em gestores de saúde na pandemia da Covid-19**. Seminários de Ciências Biológicas e da Saúde, v. 1, pág. 3-12, 2024. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/49017>. Acesso em: 17 jul 2024.

SILVA, C. da; SILVA, et al. **Percepções e desafios dos cuidadores de idosos em uma instituição de longa permanência**. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 4, e11818, 2023. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/49017>. Acesso em: 17 jul 2024.

SILVEIRA, M.H.; CIAMPONE, MHT; GUTIERREZ, BAO **Percepção da equipe multiprofissional sobre cuidados paliativos**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 1, pág. 7 a 16, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232014000100002>. Acesso em: 18 jul 2024.

SOUZA DUARTE, F.; SILVA, S.; MARTINEZ, MJ; MENDES, AM. **Da psicodinâmica à psicopatologia do trabalho no Brasil**: (in)definições e possibilidades. Psicologia em Estudo, v. 27, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/CqtHPgYkvZ4mN9JWVn9dYqF/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 jul 2024.