

## CAPÍTULO 3

### ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM PROFISSIONAIS DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

**Luana Veras Anvers**

Graduanda em Enfermagem - Centro Universitário Augusto Motta  
UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil  
luana.anvers@gmail.com

**Natasha Diane dos Santos Texeira**

Graduanda em Enfermagem - Centro Universitário Augusto Motta  
UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil  
natasha.diane2013@gmail.com

**Alcilea Barbosa de Andrade Vila Flor**

Mestre em Enfermagem – Professora- Centro Universitário  
Augusto Motta  
UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil  
alcileasora@souunisuam.com.br

---

## RESUMO

Introdução: A profissão de enfermagem está predisposta a vários riscos físicos e psicológicos, que acarretam o absenteísmo e afastamento no trabalho, esses riscos levam os profissionais ao ápice da ansiedade e depressão acarretando o esgotamento profissional. Objetivo: Discutir os conceitos de depressão e ansiedade, bem como, correlacionar e refletir as patologias com a prática de enfermagem. Método: Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, classificada como método de pesquisa qualitativa. Os dados foram coletados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de dados de Enfermagem (BDENF) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO). O levantamento dos manuscritos foi realizado com associação de descritores: “Depressão”; “Ansiedade”; “Enfermagem”; “Saúde Mental”. Como critérios de inclusão foram selecionados artigos científicos completos online, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol publicados entre os anos de 2013 a 2023, com vistas a identificar as evidências da temática em questão. Após leitura e análise crítica das autoras foram selecionados 10 artigos para compor a presente revisão.

**Resultados:** Foram identificados dez estudos, entre 2018 a 2022 que apresentaram conteúdos sobre depressão e ansiedade no âmbito dos profissionais de enfermagem, com significativos dados no Brasil e que esta pode ser influenciada por fatores internos e externos ao trabalho. **Conclusão:** Os profissionais de enfermagem são vulneráveis à depressão e ansiedade quando realizam trabalho noturno e possuem vários empregos, baixa renda familiar, sobrecarga de trabalho, estresse elevado, autonomia insuficiente e sentimento de insegurança profissional, conflitos no relacionamento familiar e no trabalho.

**Palavra- chave:** Depressão, Ansiedade, Enfermagem, Saúde Mental.

## **INTRODUÇÃO**

Esta pesquisa faz parte do trabalho de conclusão do curso de Enfermagem do Centro Universitário Augusto Motta. Traz como temática a ansiedade e a depressão em profissionais de enfermagem, juntas formam a dupla do mal do século, acometendo uma série de profissionais. Quando falamos nos profissionais de saúde, mais especificamente os de enfermagem, enxergamos ainda mais desdobramentos para essa problemática, onde aqueles que se põem na linha de frente para curar doenças têm vivências que trazem o próprio adoecimento (OLIVEIRA et al; 2020).

A Depressão é uma condição mental que hoje é felizmente mais debatida e menos relativizada. Ela, unida à ansiedade são capazes de fazer o mundo ter cores e teores muito mais negativos que a realidade. É aqui que está o grande perigo! Por serem doenças silenciosas e pelo padrão de subestimar o quanto de ansiedade e estresse sofremos, o combo de Ansiedade e Depressão são capazes de se aglutinarem, piorando as consequências daquele que as têm, assim como afetando o desempenho do profissional. Atualmente, tem-se observado um crescimento preocupante nas taxas de depressão e ansiedade entre os profissionais da saúde (OLIVEIRA et al; 2020).

O cuidado exercido na Enfermagem requer a consciência do bem e do mal, o desejo de servir com amor o ser humano. O profissional, algumas vezes, sofre pressões de interesses antagônicos, porquanto, de um lado, está a instituição, que exige produtividade, em termos quantitativos, ou seja, o máximo de atendimentos com o mínimo de despesas; de outro, o paciente, que precisa atenção e qualidade. O trabalho em instituições de saúde acompanha situações da prática que se configuram como verdadeiros

dilemas éticos e são altamente estressantes. Essa situação é apresentada quando se observa a realidade na enfermagem (SOUZA, 2019).

Excessivas jornadas de trabalho na pandemia e depois dela, acrescidas do estresse pela instabilidade do emprego, salários insatisfatórios e o fato de se deparar rotineiramente com a morte, com a dor e com o sofrimento também são causas responsáveis por danos à saúde mental do profissional de saúde. O trabalho da enfermagem é tido como alarmante e podem ser importantes causas da deterioração da qualidade da assistência de enfermagem como gerador de ansiedade, sofrimento psíquico, estresse ocupacional, desgaste e gerador da insatisfação profissional. A literatura afirma que é uma profissão que requer muita dedicação por parte dos estudantes e que, quando formados, enfrentam, ao longo de suas carreiras, uma série de exigências profissionais tais como atuação altamente qualificada e formação continuada. No Brasil, pesquisas feitas com enfermagem têm encontrado indícios de sensação de fadiga, ansiedade, estresse e depressão (AMARAL, 2022).

O objetivo desta pesquisa é identificar a ansiedade e a depressão na prática de enfermagem, dá como forma de esclarecimento sobre o assunto, conscientização do mesmo, além de promover mais discussões sobre o assunto, de modo a acrescentar e contribuir com estudos mais atualizados, que enfoca nos fenômenos existentes que leva o profissional da saúde ao ápice da ansiedade e depressão, visto que em relevância nos estudos que foram norteadores do trabalho, mesmo que poucos encontrados.

O objetivo específico foi discutir os conceitos de depressão e ansiedade, bem como, correlacionar e refletir as patologias com a prática de enfermagem.

O ponto norteador proposto para o estudo foi a seguinte questão: Como a depressão e ansiedade podem afetar diretamente o profissional de enfermagem?

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, classificada como método de pesquisa qualitativa. Os dados foram coletados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de dados de Enfermagem (BDENF) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO). O levantamento dos manuscritos foi realizado com associação de descritores: “Depressão”; “Ansiedade”; “Enfermagem”; “Saúde Mental”. Como critérios de inclusão

foram selecionados artigos científicos completos online, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol publicados entre os anos de 2013 a 2023, com vistas a identificar as evidências da temática em questão. Após leitura e análise crítica das autoras foram selecionados 10 artigos para compor a presente revisão.

Delimitou-se como critério de inclusão: artigos científicos entre o ano de 2018 e 2022 nos idiomas português, inglês e espanhol, publicações disponíveis na íntegra e que abordassem o tema escolhido. Como critério de exclusão, foram retirados os artigos que abordavam sobre outros tipos de problemas agravantes, publicações anteriores ao ano de 2018 e que não se adequaram com os objetivos da pesquisa e artigos duplicados nas bases de dados. Após a pesquisa com os descritores mencionados e aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram encontrados 60 artigos, sendo 10 na LILACS, 5 na BVS, 30 na BDEF e 15 na SCIELO. Foram excluídos 20 artigos duplicados, selecionados para leitura do título e resumo 40 artigos, 30 artigos foram excluídos por não atenderem a temática e a questão norteadora. Sendo selecionados para leitura na íntegra 10 artigos e estes incluídos na pesquisa por atenderem os critérios propostos pela pesquisa.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Coletaram-se 60 artigos. Destes 60, foram excluídos 50 por não contemplarem os critérios de inclusão do estudo, sendo compatíveis apenas 10 artigos relacionando o período de 2018 a 2022 com características interligadas a depressão e ansiedade na prática de enfermagem.

Ao analisar a metodologia utilizada nas pesquisas, observou-se que os estudos utilizaram, mas não exclusivamente abordagem quantitativa dos dados. Vários foram os fatores associados à ocorrência de depressão e ansiedade identificada nas pesquisas

analisadas, os quais podem ser subdivididos em fatores desencadeantes internos e externos ao ambiente de trabalho.

Constatou-se que o maior número de estudos, 5 dos 10 artigos selecionados aconteceu nos anos entre 2020 a 2022.

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 10 artigos para compor os resultados da pesquisa, conforme QUADRO 1.

Quadro 1: Distribuição dos artigos selecionados segundo banco de dados, título do artigo, autores/ano e método.

N	Base de dados	Título do artigo	Autores e Ano	Método
1	BVS	Saúde mental dos profissionais e saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19	Dantas, (2021)	Revisão Integrativa
2	LILACS	Os riscos de adoecimento no cotidiano das equipes de enfermagem horas excessivas de trabalho, estresse	Santos et al., (2019)	Revisão Integrativa
3	BVS	Impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde	Dutra.et.al, (2020)	Revisão Integrativa
4	LILACS	Níveis de ansiedade e de estresse no trabalho da enfermagem em unidades de internação	Lima et.al; (2018)	Revisão Integrativa
5	BDENF	Problemas de saúde pode levar a lapsos de atenção que aumentam o risco de erros de medicação	Simões; Freitas; (2018)	Revisão Integrativa
6	LILACS	Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão na enfermagem intensivista no contexto da pandemia de COVID-19	Amaral et.al; (2020)	Revisão Integrativa
7	BDENF	Fatores de riscos dos profissionais de saúde	Silva et al., (2019)	Revisão Integrativa
8	BDENF	Saúde psicossocial do profissional de enfermagem	Costa, (2018)	Revisão Integrativa
9	BDENF	Condições de trabalho da equipe de enfermagem.	Oliveira.et.al., (2020)	Revisão Integrativa
10	LILACS	Ansiedade, depressão e estresse entre profissionais de enfermagem frente a pandemia por coronavírus	Amaral, (2022)	Revisão Integrativa

Fonte: Autores, 2023.

A depressão e ansiedade podem afetar diretamente o profissional de enfermagem.

A depressão e ansiedade no trabalhador de enfermagem traz consequências para o trabalhador e para a instituição empregadora. Os artigos identificados apontaram o desgaste e a tensão gerada no ambiente de trabalho (30%), a influência na saúde física e/ ou psíquica dos profissionais (30%), o absenteísmo (10%), a insatisfação no trabalho (10%), o prejuízo na qualidade da assistência prestada (10%) e a rotatividade (10%) (OLIVEIRA et.al; 2020).

Evidenciou – se durante a pesquisa alguns fatores que contribuem para o adoecimento do profissional de Enfermagem, foram evidenciados a necessidade de um posicionamento em questão de enfrentamento da doença junto a estes profissionais, quais consequências desse adoecimento, a importância de quebra de tabus em questão de aceitação, a vergonha de que um profissional preparado para lidar com o paciente neste estado, quando se esquece que se trata de um indivíduo, que também adoecer, em correlação ao status de estar paciente e estar profissional, são seres humanos que precisam de tratamento, e ajuda. A depressão e a ansiedade não é um sinal de fraqueza, e procurar ajuda é um sinal de força. Admitir que pode estar sofrendo de depressão e ansiedade é o primeiro passo para se sentir melhor (MELLO & AGUIAR, 2018).

Entende – se que o profissional da enfermagem, lidar com situações extremas em seu ambiente de trabalho, deve – se levar em consideração os diversos fatores externos em que o profissional esteja vivendo e ter a percepção das condições de trabalho que em grande maioria são precárias. Os excessos de horas e tarefas, os assédios tanto das gerências de enfermagem, pacientes e até mesmo os próprios colegas, o profissional tem vergonha de assumir que tem depressão e as pessoas de seu convívio seja ele particular ou profissional só se dá conta quando este se suicida. É preocupante o aumento significativo de enfermeiros e até mesmo de outras áreas da saúde que se encontram em depressão e ansiedade (COSTA, 2018).

Existe uma necessidade de alerta e um cuidado maior relacionada ao trabalho de enfermagem, pois quem deveria estar cuidando de vidas, está abdicando da oportunidade de viver, a realidade dos fatos é que o enfermeiro se prepara para cuidar e “não para ser cuidado” sendo assim existe um bloqueio em admitir que se encontra na condição de pedir ajudar ou em falar sobre o assunto e por este grave motivo esta situação não pode ser tratada como casos isolados (COSTA, 2018).

Observamos que esse profissional enquanto pessoa ser humano ele está vulnerável, podemos partir do pressuposto que a angústia leva -o ao sofrimento intenso, e logo a ansiedade e depressão. O profissional da enfermagem é um ser humano que tem suas limitações, suas incapacidades e a angústia leva ele a impotência diante do sofrimento (COSTA, 2018).

Fatores comportamentais são estratégias diárias que podem ser usadas para reconhecer os sintomas de depressão e ansiedade apresentados por profissionais da enfermagem em seu ambiente de trabalho. Esses sintomas podem ser representados por comportamento de lentidão

nas atividades, desinteresse, apatia, dificuldade de concentração, pensamentos negativos, perda da capacidade de planejamento e alteração do juízo de valores (SANTOS et al., 2019).

Os autores avaliados evidenciam como repercussões a redução da qualidade do cuidado prestado, o aumento de afastamentos por Síndrome de Burnout, o aumento da medicalização entre esses profissionais e o risco de suicídio entre a categoria profissional.

As estratégias elencadas para o enfrentamento dessa realidade foram o uso de grupos operativos e de apoio à demanda psíquica apresentada (DANTAS, 2021).

O cotidiano do profissional da enfermagem e rodeado de sentimento e emoções, identificar e classificar o profissional que se encontra vulnerável a um sofrimento psíquico, é difícil, esse profissional está em um ambiente susceptível a emoções, a cargas psíquicas presente nesse cotidiano podem afetar a qualidade de vida e o trabalho desse profissional, identificar e aprender a gerenciar essas emoções podem ser ferramentas para o sucesso desses profissionais (AMARAL, 2022).

Para garantir o bom desempenho no trabalho e um atendimento humanizado ao usuário, é primordial o profissional ter boas condições de saúde, e ambiente laboral favorável. Para isso se faz necessária a adequação da infraestrutura, quantidade satisfatória de recursos materiais e humanos, estabilidade nos vínculos empregatícios, melhores salários, educação continuada para equipe, entre outros. Ainda segundo esse autor, embora se tenha esse entendimento, na prática se observa uma fragilidade na valorização profissional, nas condições para o bom desempenho das atividades de trabalho, e prevenção de adoecimento (DUTRA et al., 2020).

As instituições de saúde que visam uma melhor qualidade de vida para seus colaboradores, buscam meios para mantê-los satisfeitos ao desenvolverem suas atividades laborais. Por outro lado, investir na qualidade de vida pode significar avanço na qualidade dos indicadores da instituição como: diminuição do absenteísmo, melhoria na assistência prestada, melhor desenvolvimento do trabalho em equipe levando à qualificação da imagem institucional que poderá se tornar referência de uma boa empresa para se trabalhar (AMARAL, 2022).

## **CONCLUSÃO**

Concluiu-se que os profissionais de enfermagem são vulneráveis à depressão e ansiedade quando realizam trabalho noturno e possuem vários

empregos, baixa renda familiar, sobrecarga de trabalho, estresse elevado, autonomia insuficiente e sentimento de insegurança profissional, conflitos no relacionamento familiar e no trabalho. Desta forma, é imperativo o incentivo de estratégias no ambiente laboral que contribua para maximizar os fatores de proteção à saúde mental dos profissionais de enfermagem. Porém, houve escassez de estudos relacionados ao tema na última década

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, I. M. (2020). Proteção da saúde dos trabalhadores da saúde em tempos de COVID-19 e respostas à pandemia. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, 45(17), 1-10. <https://doi.org/10.1590/scielopreprints.140> > Acesso em: 20/03/2023

AMARAL, G. G., Silva, L. S., Oliveira, J. V., Machado, N. M., Teixeira, J. S. & Passos, H. R. (2022). Suporte ético-emocional à profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID-19: Relato de experiência. **Escola Anna Nery**, 26, e20210234. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0234>. Acesso em:18/05/23.

BARBOSA, K. K. S.; VIEIRA, K. F. L.; ALVES, E. R. P.; VIRGÍNIO, N. A. – Sintomas Depressivos e Ideação Suicida em Enfermeiros e Médicos da Assistência Hospitalar. **Rev. Enferm. UFSM**, v.2, n. 3, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br>> Acesso em: 30/04/ 2023.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. e200203, 2021

SOUZA, A. V et al. Impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. **Revista (online)** 11(2): 173-181,2022. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/enfermeria/resource/pt/biblio-1379183> > Acesso em: 20/05/2023

Jackson, J. M., Filho, Assunção, A. A., Algranti, E., Garcia, E. G., Saito, C. A., & Maeno, M. (2020). A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, 45(14), 1-3. <<https://doi.org/10.1590/2317-6369ed0000120> > acesso: 15/04/2023

MARTINS, L. A. N. Saúde Mental dos Profissionais da Saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, Belo Horizonte**. Vol. 1, N° 1, pag. 56-68, 2003.

MELO, M, V.; SILVA, T, P.; MENDES, M, L. - Estresse dos profissionais de saúde nas unidades hospitalares de atendimento em urgência e emergência. **Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde Facipe**. Recife, v.1, n.2, p. 35-42, 2013.

BRASIL. Saúde mental e depressão. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/depressao>> Acesso em: 09/04/2023.

OMS. **Prevenção do Suicídio um recurso para conselheiros** - Departamento de Saúde Mental e de Abuso de Substâncias. Gestão de Perturbações Mentais e de Doenças do Sistema Nervoso. Genebra 2006

SOUSA, KH, Gonçalves TS, Silva MB, Soares EC, Nogueira ML, Zeitoune RC. Riscos de adoecimento no trabalho da equipe de enfermagem em um hospital psiquiátrico. **Rev. Lat. Am Enfermagem**. 26:e3032, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v36n1.61488>. Acesso em: 13/04/2023.

SANTOS. JNMO, De La Longuiniere ACF, Vieira SNS, Amaral APS, Sanches GJC, Vilela ABA. Estresse ocupacional: a exposição de uma unidade de emergência. Equipe de Enfermagem. **J Res: fundam care online**. 2019; 11(n.esp):455-463. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v36n1.61488> Acesso em: 25/05/23

Presenteeism in nurses: comparative study of Spanish, Portuguese and Brazilian nurses. **Int Nurs Rev**; 67(4): 466-475, 2020 <https://pesquisa.bvsalud.org/enfermeria/resource/pt/mdl-32844446?lang=pt> . Acesso: 05/05/2023

TEIXEIRA, C. F. S., Soares, C. M., Souza, E. A., Lisboa, E. S., Pinto, I. C. M., Andrade, L. R. & Espiridião, M. A. (2020). A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, 25(9), 3465-3474. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>. Acesso em: 10/04/23.

Transtornos traumáticos cumulativos em profissionais de enfermagem: da incidência a estratégias para prevenção e controle. **Rev. Enferm. Atual In Derme**; 96(37): 1-14, Jan-Mar. 2022. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/enfermeria/resource/pt/biblio-1378449>> acesso: 17/04/2023

TRETTENE, AS, Ferreira JAF, Mutro MEG, Tabaquim MLM, Razera APR. Estresse em Profissionais de Enfermagem Atuantes em Unidades de Pronto Atendimento. **Rev. Acad. Paulista Psicol.** 2018; 36(91):243-26. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v36n1.61488> Acesso em:07/05/23