



REVISÃO DE LITERATURA

A SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS NA EMERGÊNCIA MENTAL HEALTH OF NURSES IN THE EMERGENCY

Anna Kerolaine Santiago Ramos¹, Amanda Cabral dos Santos²

1 Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Goiás, Brasil

2 Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Goiás, Brasil. . amandacabral@senaaires.com.br

RESUMO

Objetivos: com intuito de colaborar com os conhecimentos da enfermagem e retratar sobre aspectos voltados para a promoção da saúde mental dos enfermeiros e a prevenção do estresse, ansiedade, depressão nesses profissionais, este estudo tem como objetivo analisar a saúde mental de enfermeiros que trabalham nos serviços de urgência e emergência pré-hospitalar, hospitalar e intensiva. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que reuniu os resultados de nove pesquisas publicadas em artigos científicos em português, de forma gratuita, no período entre 2017 e 2021, nas bases eletrônicas Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Medline e Base de Enfermagem (BDENF). **Resultados:** há escassez de estudos sobre a saúde mental em enfermeiros que atuam em emergência, principalmente no período de pandemia. Destaca-se a relevância da escolha desse setor, frente à importância de se investigar os aspectos laborais que podem comprometer a saúde do profissional, principalmente pelo fato do enfermeiro encontrar-se mais exposto diante das exigências assistenciais e gerenciais.

Descritores: enfermagem em emergência, saúde mental, serviço hospitalar de emergência, esgotamento profissional.

ABSTRACT

Objectives: in order to collaborate with nursing knowledge and portray aspects aimed at promoting nurses' mental health and preventing stress, anxiety, depression in these professionals, this study aims to analyze the mental health of nurses working in the pre-hospital, hospital and intensive urgency and emergency services. **Methods:** This is an integrative literature review that gathered the results of nine researches published in scientific articles in Portuguese, free of charge, in the period between 2017 and 2021, in the Latin American Literature in Health Sciences (LILACS) electronic databases, Medline and Nursing Base (BDENF). **Results:** there is a scarcity of studies on mental health in nurses working in emergencies, especially during the pandemic period. The importance of choosing this sector is highlighted, given the importance of investigating the work aspects that can compromise the health of the professional, mainly because the nurse is more exposed to care and management requirements.

Descriptors: Emergency Nursing; Mental Health; Emergency Service, Hospital; Burnout, Professional.

Como citar: Ramos AKS, Santos AC. A Saúde Mental dos Enfermeiros na Emergência. Rev Inic Cient Ext. 2022; 5(1):789-99.

INTRODUÇÃO

O trabalho de enfermagem é um processo contínuo, imprevisível e complexo, constituído por uma variedade de protocolos que se modificam de acordo com o ambiente (domiciliar, ambulatorial, em unidade de terapia intensiva, em unidades de urgência e emergência). Além do desgaste físico da profissão, está relacionado a eventos estressantes que podem levar ao sofrimento psíquico e a transtornos mentais. Assim, é crescente a preocupação com as condições inadequadas de trabalho da enfermagem, principalmente em hospitais, o que tem atraído a atenção de pesquisadores para buscarem evidências científicas acerca do tema.¹

Na contemporaneidade, as sociedades capitalistas monopolistas consideram o trabalho como uma das fontes de satisfação de diversas necessidades humanas como a auto realização, a manutenção de relações interpessoais, a capacidade de ser bem sucedido e adquirir bens de consumo, superando a sobrevivência. Assim, as condições de trabalho, embora sejam norteadas por leis trabalhistas, muitas vezes são negligenciadas já que o próprio trabalhador

está mais preocupado em se manter no emprego, em pagar as contas, em conquistar seus planos e desejos, tornando o exercício da profissão mais estressante.

Diante desse contexto, o exercício da profissão enfermagem pode constituir uma ameaça à saúde mental tendo em vista as jornadas de trabalho exaustivas, a falta de recursos materiais para a proteção da saúde física, a falta de capacitação continuada, a falta de suporte psicológico para lidar com as situações estressantes a que os enfermeiros estão sujeitos diariamente. O principal risco é a Síndrome de Burnout que consiste no conjunto de sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.⁶

A promoção da saúde mental tem especial relevância no ambiente de trabalho, uma vez que atua diretamente na origem de vários problemas de saúde. Desta forma, é preciso conhecer o perfil dos profissionais que trabalham em ambientes estressantes para que estratégias individuais e coletivas possam dar suporte em tempo oportuno, antes que os afastamentos temporários ou permanentes aconteçam. Na enfermagem, as situações mais estressantes estão concentradas nos atendimentos de urgência e emergência pré-hospitalar, hospitalar e intensiva.

A exaustão emocional dos profissionais da saúde causa a diminuição ou a perda de recursos emocionais, a despersonalização leva ao desenvolvimento de atitudes negativas em relação aos pacientes e a falta de realização pessoal é consequência da diminuição dos sentimentos de competência e realização no trabalho.⁴

Os serviços de urgência e emergência configuram-se portas de acesso aos cuidados à saúde, destinados àqueles que apresentam agravos clínicos e/ou cirúrgicos, com o objetivo de diminuir a morbimortalidade e as sequelas incapacitantes. Esses serviços também são procurados pela população em geral como uma alternativa de acesso mais rápido a recursos como consultas, medicamentos, procedimentos de enfermagem, exames laboratoriais e internações, tornando-os mais procurados e, muitas vezes, sobrecarregados.³

Nos últimos anos, tem havido um aumento no número de pessoas que procuram atendimento à saúde, em todos em seus níveis, principalmente em virtude da pandemia da COVID-19, o que pode levar ao esgotamento profissional. Assim, a incidência da Síndrome de Burnout tornou-se particularmente relevante à medida que os profissionais foram expostos a maior carga de trabalho e aumento da pressão social.⁷

A partir disto e com intuito de colaborar com os conhecimentos na enfermagem e retratar sobre aspectos voltados para a promoção da saúde mental dos enfermeiros e a prevenção do estresse, ansiedade, depressão nesses profissionais, este estudo tem como objetivo analisar a saúde mental de enfermeiros que trabalham nos serviços de urgência e emergência pré-hospitalar, hospitalar e intensiva.¹

MÉTODO

Tendo em vista o tipo de função que os profissionais de enfermagem desempenham dentro e fora do ambiente hospitalar e as inúmeras situações clínicas que se tornam desgastantes ao serem vivenciadas, acredita-se que é de extrema importância correlacionar esse tipo de exposição ao aparecimento de sintomas orgânicos e psíquicos que podem levar ao transtorno mental comum.⁹ Diante do exposto, o presente artigo tem como objetivo apresentar os resultados obtidos de uma revisão de literatura, na busca de identificar os principais agentes estressores nos setores hospitalares de urgência e emergência, estimar a prevalência de transtornos mentais em profissionais de enfermagem nesses setores e apontar recursos e estratégias que possibilitem evitar que o ambiente de trabalho não seja fator determinante de tais transtornos.⁹

Trata-se, portanto, de uma revisão integrativa da literatura, já que o estudo busca sintetizar resultados obtidos em pesquisas sobre o tema de maneira sistemática, ordenada e abrangente. Na seleção do material, buscou-se artigos publicados em português, de forma

integral e gratuita, no período entre 2017 e 2021, nas bases eletrônicas Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Medline e Base de Enfermagem (BDENF). Os seguintes descritores em Ciências da Saúde foram utilizados para a busca: enfermagem em emergência, saúde mental, serviço hospitalar de emergência, esgotamento profissional.

Foram encontrados 104 artigos científicos, sendo 44 da LILACS, 18 da Medline e 42 da BDENF. Desses, 64 artigos foram excluídos por apresentarem temas que fugiam do objetivo proposto deste estudo, restando 30 artigos, sendo 17 da LILACS, 8 da MEDLINE e 5 da BDENF. Os artigos selecionados para discussão nesse estudo foram 9 devido a relevância e a proximidade com os objetivos propostos. Dentre eles, 5 são da LILACS, 1 da Medline e 3 da BDENF.

Evidenciou-se que há escassez de estudos sobre a saúde mental em enfermeiros que atuam em emergência, principalmente no período de pandemia. Destaca-se a relevância da escolha desse setor, frente à importância de se investigar os aspectos laborais que podem comprometer a saúde do profissional, principalmente pelo fato do enfermeiro encontrar-se mais exposto diante das exigências assistenciais e gerenciais.¹

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os profissionais que atuam na urgência e emergência, por cuidarem de pacientes graves ou potencialmente graves, necessitam de estrutura física, psicológica e de competências que favoreçam a comunicação eficaz entre os membros da equipe de saúde e que retardam a exposição a condições estressantes, o acúmulo de funções aliadas às especificidades próprias do trabalho podem desencadear estados de estresse e, conseqüentemente, interferir no trabalho, na saúde e na qualidade de vida do profissional¹.

Sabe-se que o trabalho repercute no estado emocional e no bem-estar da vida das pessoas, principalmente nos profissionais da área da saúde, pois, rotineiramente, eles vivenciam

sentimentos positivos e negativos, os quais refletem na satisfação ou insatisfação no ambiente de trabalho.⁵ O estresse é um dos grandes problemas psicossociais que afeta a qualidade de vida dos profissionais, acarretando no déficit social e econômico devido ao adoecimento do trabalhador e consequente ausência e licenças para tratamento de saúde¹.

A exaustão emocional causa a diminuição ou a perda de recursos emocionais, a despersonalização leva ao desenvolvimento de atitudes negativas e a falta de realização pessoal é caracterizada pela diminuição dos sentimentos de competência e realização no trabalho.⁴ Aqueles que trabalham insatisfeitos prejudicam a instituição e a si mesmos, visto que seu desempenho e produtividade serão baixos, gerando absenteísmo, estresse, aumento no número de acidentes de trabalho, tornando o ambiente desagradável.⁵ A carga horária intensa, o cuidado assistencial, a relação enfermeiro-cliente e outras responsabilidades atribuídas, são fatores estressantes importantes tanto para os aspectos físicos quanto aos aspectos psicológicos. Estes fatores determinam níveis elevados de tensão, angústia e ansiedade que provocam absentismo, abandono de tarefas, mudanças de emprego e problemas de saúde, o que pode levar o trabalhador ao afastamento do trabalho.⁶

Além disso, a dimensão da despersonalização tem correlação com a ansiedade, experiência profissional, enfrentamento centrado no problema e o número de pacientes tratados diariamente com sintomatologia depressiva. Por outro lado, o risco de constituir um provável distúrbio psiquiátrico é determinado pelo nível de exaustão emocional e despersonalização. O uso de estratégias de enfrentamento focadas em evitar o consumo diário de tabaco e a prática do exercício físico diário são fatores de proteção.⁴

A despersonalização é caracterizada por uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional se relacione com os pacientes, colegas e organização de maneira desumanizada. A diminuição da realização profissional é caracterizada por uma tendência de autoavaliação negativa por parte do trabalhador, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu

desenvolvimento profissional, com conseqüente diminuição do sentimento de competência e êxito, bem como da sua capacidade de interagir com os demais.⁶

O trabalho nos ambientes de urgência e emergência tem as seguintes características que afetam a saúde mental dos profissionais: a imprevisibilidade do quadro clínico dos pacientes sob os cuidados da equipe; a sobrecarga de trabalho devido à superlotação.¹ O receio de enfrentar a morte pelos profissionais de Enfermagem pode trazer malefícios individuais e, também, ao ambiente de trabalho como um todo. Supostamente, estes profissionais estariam capacitados para lidar com o processo de morte dos pacientes, porém, a dificuldade de enfrentamento inicia-se na graduação, bem antes da prática profissional, visto que o tema morte e morrer, muitas vezes, é pouco abordado no decorrer das disciplinas teóricas e práticas dos cursos de graduação. Nesse sentido, revela-se que o contexto cronológico do desenvolvimento humano (nascer, crescer, reproduzir, envelhecer e morrer) torna-se mais aceitável e natural aos profissionais de saúde quando pessoas idosas morrem. Culturalmente, a morte de neonatos e crianças é considerada mais aceitável também pois pessoas nessa fase da vida não puderam conhecer, produzir e deixar marcas na família e na sociedade. Constitui-se, portanto, o grande desafio para os profissionais lidar com a perda de pacientes jovens, especialmente frente a problemas agudos de saúde ou acidentes e causas externas, situação de maior desgaste dentro do ambiente de emergência, segundo os profissionais da saúde.²

Outros fatores de risco devem ser considerados na gênese do estresse, tais como a violência no trabalho e a ambigüidade de papéis, na qual o enfermeiro precisa atender a inúmeras demandas de cunho técnico e gerencial que acabam por gerar desmotivação, cansaço e a síndrome de Burnout.¹

O Burnout é definido como uma síndrome psicológica tridimensional constituída por exaustão emocional e despersonalização que ocorre em resposta ao estresse laboral crônico.⁴ Na equipe de enfermagem, altos níveis de Burnout produzem maior incidência de distúrbios

musculoesqueléticos, lesões ocupacionais, absenteísmo, insatisfação no trabalho, além do abuso de álcool e outras drogas. Além disso, afetam negativamente, entre outros, a qualidade da assistência recebida pelos pacientes e a saúde mental dos profissionais de enfermagem, que podem manifestar depressão, ansiedade, baixa autoestima ou sentimentos de culpa.⁴

Não existe um conceito único para a síndrome de Burnout, no entanto a definição mais aceita considera-o como um estado de exaustão física, emocional e mental, causado pelo envolvimento duradouro em situações de elevada exigência emocional no local de trabalho. E quanto ao estresse, outro conceito relacionado, é um fenômeno de adaptação temporária em resposta a um estímulo externo ou interno do indivíduo.⁶ Os enfermeiros são particularmente afetados por este fenômeno, pois experimentam ambientes de trabalho imprevisíveis, cargas de trabalho pesadas, longos turnos, exposição a eventos traumáticos, superlotação, falta de apoio, violência e pacientes que sofreram traumas agudos, doenças ou lesões. que pode levar a uma variedade de problemas físicos, emocionais e sociais, incluindo abuso de substâncias, depressão, erros de medicação e escassez relacionada ao trabalho, visto que esses enfermeiros decidem explorar outras áreas da enfermagem ou abandonam a profissão de vez.⁸

Algumas estratégias possíveis para minimizar o Burnout no enfermeiro são: discussão sobre a carga de trabalho e o número de horas trabalhadas; condições salariais; acompanhamento psicológico dos trabalhadores que lidam com a dor, o sofrimento e a morte; criação de condições para promoção do suporte emocional entre os colegas de trabalho; inclusão de exames periódicos e análise das condições de saúde mental relacionada ao estresse no trabalho.⁶ No ensino de enfermagem a abordagem sobre esta síndrome, com uma prevalência tão elevada, é necessária para preparar os estudantes para identificá-la, saber como se previne, como se avalia, como se minimiza e de que forma interfere com a qualidade dos cuidados.⁶ Este estudo sugere ainda a necessidade de mais investigação sobre esta realidade, numa lógica de dimensão local, centrada na gestão de recursos humanos, para otimizar as

estratégias centradas em melhores resultados em saúde para as pessoas e melhor satisfação e bem-estar dos profissionais.⁶

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Faz parte da rotina de trabalho dos profissionais de saúde, nomeadamente aqueles inseridos em ambientes de cuidados críticos e emergenciais, o processo de morte e morrer.² Essa temática, no entanto, não é abordada facilmente nem mesmo por esses profissionais que, comumente, reagem de diferentes formas diante do evento.² Como a Síndrome de Burnout resulta da tensão crônica no trabalho, sugere-se adoção de medidas de cunho preventivo e de promoção da saúde, considerando o impacto da Síndrome de Burnout para a saúde do trabalhador em função do desgaste e adoecimento. O investimento em tais medidas podem minimizar problemas como absenteísmo e queda da produtividade e maximizar a qualidade do serviço prestado.¹

A literatura tem mostrado que o aumento do número de pacientes e a consequente sobrecarga dos profissionais da saúde nas unidades de urgência e emergência aumentam o risco de sintomas depressivos nesses ambientes, bem como a síndrome de Burnout.⁴ Este trabalho destaca a necessidade de investimento em pesquisas sobre a saúde mental dos profissionais da saúde em ambientes hospitalares e protocolos efetivos para minimizar os efeitos estressantes. Essas pesquisas podem fundamentar políticas públicas que garantam melhores condições de trabalho para profissionais que lidam diariamente com eventos que colocam em risco sua saúde física e mental.⁴

A carga excessiva de trabalho é o fator que potencializa os efeitos deletérios de um ambiente naturalmente estressante e deve ser desencorajada, fiscalizada e proibida sob penalização para as instituições e gestores. Profissionais adoecidos colocam em risco os pacientes, a qualidade dos serviços prestados e o sistema de saúde como um todo. A

humanização do atendimento precisa constituir-se, portanto, no cuidado constante não só do paciente, mas de todos aqueles que cuidam do paciente. Essa deve ser uma meta de todos os profissionais da saúde e, principalmente, dos gestores hospitalares que devem, ao visar a melhoria da qualidade dos serviços, buscar estratégias que reduzam o estresse e o esgotamento, melhoram a coesão da equipe e o bem-estar físico e mental dos profissionais da saúde, valorizando-os.⁷

Ao finalizar a pesquisa, pode-se afirmar, por meio da revisão de literatura apresentada, que a atuação do enfermeiro nos cuidados de urgência e emergência oferece muitos riscos à saúde mental, estando esse profissional exposto a vários fatores estressores, o que pode levar a transtornos psíquicos. Tais riscos estão ligados a alguns fatores que não podem ser controlados, como a necessidade de atuação e de tomar decisões com rapidez e assertividade, o estado emocional dos enfermos e seus familiares, lidar com a perda de pacientes por morte, algumas dificuldades de relacionamento profissional, entre outros. No entanto, há fatores que podem ser controlados e modificados, como melhorar o ambiente físico de trabalho, ofertar escuta qualificada aos profissionais, efetuar reuniões e eventos para melhorar as relações e o trabalho em equipe, realizar a formação continuada voltada para a promoção da saúde dos profissionais da saúde, controlar a jornada de trabalho dos profissionais, estabelecer critérios e protocolos de segurança que levem em conta não só a saúde física, mas a saúde mental.⁹

Percebe-se que o sofrimento psíquico no trabalho pode se manifestar por meio de sinais e sintomas como irritação, agressividade, isolamento, fadiga, apatia bem como pelo surgimento de doenças psicossomáticas até chegar aos diagnósticos de ansiedade, depressão, síndrome de Burnout, síndrome do pânico, dentre outros. Portanto, cabe a cada um dos profissionais da saúde estar atento a essas manifestações em si e nos colegas para evitar o adoecimento daquele que cuida.

REFERÊNCIAS

1. La Taille, Yves de; Oliveira, Martha Kohl; Dantas, Heloysa. Piaget, Vygotsky, Wallon: teorias psicogenéticas em discussão. São Paulo: Summus, 1992, 115p.
2. Kishimoto, Tizuko Morchida. A LDB e as instituições de Educação infantil: desafios e perspectivas. Revista Paulista de Educação física. São Paulo, supl.4, p. 7-14, 2001.
3. Distrito Federal. Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal. Currículo em Movimento da Educação Básica. Vol 1. Brasília, 2010.
4. Brasil. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. Referencial curricular nacional para a educação infantil. Brasília: MEC/SEF, 1998.
5. Costa, Luis Henrique Salles de Carvalho. Análise do ambiente em salas de atendimento da Fisioterapia. Pediátrica sob o foco da percepção do usuário / Luis Henrique Salles de Carvalho Costa. – Recife, 2019.
6. Almeida, Tatiane Ribeiro et al. Fisioterapia Motora no Desenvolvimento Neuropsicomotor Infantil. Id on Line Rev.Mult. Psic., v. 13, n. 48, p. 684-692, 2019.
7. Associação Brasileira De Psicomotricidade. O que é Psicomotricidade? Disponível em: <<http://psicomotricidade.com.br/sobre/o-que-e-psicomotricidade/>> Acesso em: 06/01/2022, 20:01.
8. Aucouturier, B. Do prazer de agir ao prazer de pensar. Apostila da Jornada de Psicomotricidade, Rio de Janeiro/IBAM, 1997.
9. Toledo, Sabrina. Psicomotricidade e expressão corporal na Educação Infantil (quatro a seis anos). In: Psicomotricidade Escolar. Orgs: Carlos Alberto de Matos Ferreira, Ana Maria Heinsius, Darcymires do Rêgo Barros. Rio de Janeiro: Wak Ed, 2008.
10. Guyton, Arthur C.; Hall, John E. Tratado de Fisiologia Médica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1996.
11. Lapierre, A; Aucouturier, B. Fantasmas corporais e Prática Psicomotora. São Paulo: Editora Manole, 1984.
12. Vigotsky, Lev Semenovich. A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. Tradução: José Cipolla Neto, Luís Silveira Menna Barreto, Solange Castro Afeche. 7ª edição. São Paulo: Martins Fontes, 2007.