

A ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA NA VIDA DO PROFISSIONAL HOSPITALAR

THE ROLE OF PSYCHOLOGY IN THE LIFE OF HOSPITAL PROFESSIONALS

EL PAPEL DE LA PSICOLOGÍA EN LA VIDA DE LOS PROFESIONALES HOSPITALARIOS

Elisangela da Silva Lima¹

Hélio Marco Pereira Lopes Júnior²

Francisco Cardoso Mendonça²

RESUMO: A Psicologia Hospitalar é uma especialidade da Psicologia que se dedica à assistência emocional e psicológica no ambiente hospitalar, voltada a pacientes, familiares e profissionais da saúde. Esta pesquisa tem como objetivo compreender o impacto positivo da atuação da Psicologia Hospitalar, abordando como intervenções específicas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, mindfulness e o apoio emocional, auxiliam no enfrentamento de situações de estresse, ansiedade e outros desafios emocionais associados à hospitalização. Trata-se de um estudo de caráter qualitativo e abordagem exploratória, desenvolvido por meio de revisão bibliográfica, com base em publicações científicas entre 2015 e 2025, disponíveis em bases como SciELO, CAPES e Google Acadêmico. Observa-se que, a escuta qualificada, o manejo emocional e estratégias de enfrentamento promovidas pelo psicólogo contribuem para a adesão ao tratamento, o bem-estar dos pacientes e a saúde mental da equipe. Nota-se que o cuidado psicológico oferecido tanto aos pacientes quanto aos profissionais é essencial para a qualidade do atendimento hospitalar e para a construção de um ambiente mais humano e acolhedor.

Palavras-chave: Intervenção Psicológica. Saúde Mental. Humanização. Suporte Psicológico. Apoio Emocional.

3747

ABSTRACT: Hospital Psychology is a specialty of Psychology that focuses on providing emotional and psychological care in the hospital environment, aimed at patients, their families, and healthcare professionals. This research aims to understand the positive impact of Hospital Psychology, addressing how specific interventions, such as Cognitive Behavioral Therapy, mindfulness, and emotional support, help in coping with situations of stress, anxiety, and other emotional challenges associated with hospitalization. This is a qualitative study with an exploratory approach, developed through a bibliographic review, based on scientific publications between 2015 and 2025, available in databases such as SciELO, CAPES, and Google Scholar. It is observed that qualified listening, emotional management, and coping strategies promoted by the psychologist contribute to treatment adherence, patient well-being, and the mental health of the team. It is noted that the psychological care offered to both patients and professionals is essential for the quality of hospital care and for building a more humane and welcoming environment.

Keywords: Psychological Intervention. Mental Health. Humanization. Psychological Support. Emotional Support.

¹Discente, Faculdade Mauá GO.

²Docente, Faculdade Mauá GO.

²Orientador, Faculdade Mauá GO.

RESUMEN: La Psicología Hospitalaria es una especialidad de la Psicología que se centra en brindar atención emocional y psicológica en el entorno hospitalario, dirigida a pacientes, sus familias y profesionales de la salud. Esta investigación busca comprender el impacto positivo de la labor de la Psicología Hospitalaria, abordando cómo intervenciones específicas, como la Terapia Cognitivo-Conductual, la atención plena y el apoyo emocional, ayudan a afrontar situaciones de estrés, ansiedad y otros desafíos emocionales asociados a la hospitalización. Se trata de un estudio cualitativo con enfoque exploratorio, desarrollado mediante una revisión bibliográfica, basada en publicaciones científicas entre 2015 y 2025, disponibles en bases de datos como SciELO, CAPES y Google Académico. Se observa que la escucha cualificada, la gestión emocional y las estrategias de afrontamiento promovidas por el psicólogo contribuyen a la adherencia al tratamiento, el bienestar del paciente y la salud mental del equipo. Se destaca que la atención psicológica ofrecida tanto a pacientes como a profesionales es esencial para la calidad de la atención hospitalaria y para la construcción de un entorno más humano y acogedor.

Palabras clave: Intervención Psicológica. Salud Mental. Humanización. Apoyo Psicológico. Apoyo Emocional.

INTRODUÇÃO

A Psicologia Hospitalar é uma área da Psicologia que dedica-se ao estudo e à intervenção nos aspectos emocionais e comportamentais dos pacientes, seus familiares e da equipe de saúde dentro do ambiente hospitalar, que com o avanço dos métodos de pesquisa e tecnologias utilizadas para área da saúde e o aumento da longevidade da população, os hospitais passaram a receber um número crescente de pacientes com condições complexas de saúde, como doenças crônicas, terminais e transtornos psicossomáticos. Essa realidade exige uma abordagem interdisciplinar, na qual a Psicologia desempenha um papel fundamental no suporte emocional, na adesão ao tratamento e na promoção da humanização do atendimento (Santos; De Melo Sarmiento, 2023).

Além disso, a Psicologia Hospitalar não se limita ao atendimento direto aos pacientes, mas também se estende ao acolhimento dos familiares, que frequentemente vivenciam sentimentos de impotência, angústia e sofrimento diante da hospitalização de um ente querido. Nesses casos, o suporte psicológico é fundamental para ajudá-los a lidar com o impacto emocional da situação. Destaca-se ainda o papel do psicólogo nas intervenções junto à equipe multiprofissional, com o objetivo de promover a saúde mental dos profissionais da saúde, prevenindo o estresse ocupacional e o burnout (Dos Santos Rodrigues *et al.*, 2021).

Estresse e burnout são prevalentes entre os profissionais de saúde mental e podem ter um impacto negativo em seu trabalho clínico. Diante disso, ressalta-se a relevância de estratégias voltadas para a sua prevenção em psicólogos, bem como a necessidade de ações que

visem o desenvolvimento da inteligência emocional e da autoeficácia, isso tudo se configura como implicações na prática, daí a necessidade do fortalecimento dos recursos emocionais para atuação na prática clínica pode ser desenvolvido por meio da formação continuada e do desenvolvimento pessoal no processo de psicoterapia e na supervisão de casos clínicos (Santos; De Melo Sarmiento, 2023).

O processo de hospitalização pode ser altamente estressante e impactante, desencadeando reações emocionais como ansiedade, medo, tristeza e depressão. Diante disso, a atuação do psicólogo hospitalar torna-se essencial para minimizar os efeitos psíquicos do adoecimento, fortalecendo os recursos emocionais dos indivíduos envolvidos e contribuindo significativamente para o bem-estar geral no ambiente hospitalar (Bender; De Freitas; Da Silva Estrázulas, 2023).

A presença do psicólogo no ambiente hospitalar vai além do suporte psicológico convencional, abrangendo uma abordagem holística que integra os aspectos físicos, emocionais e sociais do cuidado. Neste cenário, surge a seguinte questão de pesquisa: De que maneira a psicologia hospitalar contribui para o cuidado integral dos pacientes, considerando o impacto emocional, a adesão ao tratamento e o suporte aos familiares no contexto hospitalar.

Dessa forma presente pesquisa busca aprofundar a compreensão sobre essa área, explorando suas principais funções, desafios e contribuições para o cuidado integral do paciente e dos próprios profissionais que ali atuam; a Psicologia Hospitalar se torna indispensável, pois contribui para a qualidade de vida e melhoria da dinâmica entre os profissionais de saúde evidenciando e tornando possível até mesmo um atendimento mais humanizado.

3749

MÉTODOS

Trata-se de uma Revisão de literatura com caráter qualitativo e abordagem exploratória realizada pela busca por produções científicas, entre os períodos 2015 a 2025, empregando as palavras-chaves: “Intervenção Psicológica [and] “Saúde Mental” [and] “Humanização” [and] “Suporte Psicológico” [and] “Apoio Emocional” nas bases de dados SciELO, CAPES e Google Acadêmico.

Segundo Feldens (1981, p. 1198), “[...] a revisão da literatura pode ser considerada como uma pequena contribuição para a construção de uma teoria em determinada área [...]”. Ademais, conforme o autor, ao consolidar os resultados e elaborar um marco teórico, o

pesquisador é capaz de evidenciar a relevância do problema investigado e expandir seu conhecimento sobre o tema em foco.

A construção desta revisão bibliográfica seguiu seis etapas fundamentais: (1) elaboração da pergunta norteadora sobre De que maneira a psicologia hospitalar contribui para o cuidado integral dos pacientes, considerando o impacto emocional, a adesão ao tratamento e o suporte aos familiares no contexto hospitalar; (2) definição dos critérios de inclusão e exclusão; (3) identificação das produções científicas nas bases de dados; (4) avaliação dos estudos incluídos; (5) análise e interpretação dos dados; e (6) apresentação dos resultados e discussão.

Os critérios de inclusão adotados foram publicações completas, gratuitas, nacionais ou internacionais, escritas em português, espanhol ou inglês, com acesso disponível integralmente, e publicadas no período estudado. Os critérios de exclusão envolveram: teses, dissertações, artigos duplicados, incompletos ou publicados antes de 2015.

RESULTADOS

Os impactos da atuação da psicologia no bem-estar e na saúde mental dos profissionais de saúde em ambiente hospitalar evidenciam a urgência de um suporte psicológico estruturado para essa categoria. Esse suporte é essencial tanto para a qualidade do atendimento prestado quanto para a sustentabilidade da assistência em saúde. A problemática da saúde mental desses profissionais, especialmente em contextos de alta demanda como os hospitais, têm recebido atenção crescente, sobretudo no período pós-pandemia de COVID-19, que intensificou ainda mais essa necessidade.

Oliveira *et al.* (2024) destacam a alta prevalência da Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde hospitalar, atualizando as definições clínicas e os principais fatores de risco associados, como a sobrecarga de trabalho, o desgaste emocional e a falta de suporte institucional. Estima-se que 72,6% dos trabalhadores brasileiros apresentavam sofrimento psicológico, sem diferença significativa entre profissionais da saúde e de outras áreas. Esse cenário evidencia a necessidade urgente de intervenções psicológicas estruturadas para promover a saúde mental, o bem-estar e a resiliência desses profissionais, especialmente em contextos hospitalares de alta demanda.

Ademais, os afastamentos do trabalho por síndrome de burnout têm apresentado crescimento significativo nos últimos anos. Dados indicam que, entre 2014 e 2023, houve um aumento de quase 1000% nos casos, passando de 41 registros em 2014 para 421 em 2023. Já em

2024, aproximadamente 4.000 afastamentos foram oficialmente atribuídos ao burnout, embora especialistas alertam para a possibilidade de subnotificação, dada a dificuldade de diagnóstico e o estigma ainda presente em muitos ambientes laborais (CSB, 2024).

Especificamente sobre o burnout, uma pesquisa recente identificou escores elevados nas dimensões de burnout. Por exemplo, técnicos de enfermagem apresentaram escores médios de exaustão pessoal de 58.3 ± 20.5 , enquanto enfermeiros registraram 54.6 ± 20.2 e médicos 48.1 ± 20.2 . Estes números indicam um risco significativo e diferenciado entre as categorias, com técnicos de enfermagem e enfermeiros mostrando maior exaustão (Oliveira *et al.*, 2024).

É importante destacar que a prevalência de transtornos mentais comuns entre profissionais de saúde permanece alarmante. Um estudo realizado em Recife, uma das regiões mais afetadas do Brasil, publicado em 2023, apontou que as taxas de triagem positiva para transtornos mentais comuns (CMD) foram de 34,9% entre enfermeiros, 28,6% entre médicos e 26,6% entre técnicos de enfermagem. Além disso, as enfermeiras apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos, com 23% dos casos. Esses dados revelam que, mesmo após o pico da pandemia, os impactos na saúde mental desses profissionais continuam significativos (Oliveira *et al.*, 2023).

A Síndrome de Burnout, compreendida como uma resposta ao estresse ocupacional crônico, manifesta-se por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Nesse contexto, a atuação da psicologia hospitalar é crucial. Conforme sublinhado por Perniciotti *et al.* (2020), a psicologia oferece estratégias de prevenção e manejo do burnout, por meio do desenvolvimento de habilidades de autorregulação, autoconsciência e equilíbrio psíquico. Técnicas como mindfulness, relaxamento progressivo e gestão do tempo têm demonstrado eficácia na redução do estresse ocupacional, contribuindo diretamente para a qualidade de vida no trabalho e para a prevenção do esgotamento, especialmente entre profissionais expostos a contextos críticos, como UTIs e cuidados paliativos.

Gherardi-Donato *et al.* (2023) revela que foi realizado um estudo que avaliou a eficácia de um programa online baseado em mindfulness para enfermeiros brasileiros durante a pandemia de COVID-19, demonstrando que os níveis de estresse percebido, depressão e ansiedade diminuíram significativamente após a intervenção, com uma adesão ao tratamento de 70,12%. Esses resultados reforçam o impacto positivo da atuação da psicologia na saúde mental dos profissionais de saúde, especialmente no contexto hospitalar atual, marcado por alta demanda e constante pressão. A melhora proporcionada por essas intervenções vai além da

simples redução dos sintomas, incluindo o fortalecimento da resiliência e o aprimoramento da capacidade de lidar com as exigências diárias do ambiente hospitalar. O suporte psicológico oferece um espaço para que os profissionais reflitam sobre suas emoções, aprimorem sua autopercepção e desenvolvam estratégias de enfrentamento mais eficazes.

Além do suporte individual, a psicologia desempenha um papel essencial na promoção do trabalho em equipe e na melhoria da comunicação interpessoal nos ambientes hospitalares. Castilho e Figueiredo (2024) enfatizam a importância do aprimoramento da comunicação entre os membros das equipes de saúde, assim como nas relações com pacientes e seus familiares. Nessa perspectiva, o psicólogo atua como mediador e facilitador do diálogo, estimulando a escuta ativa, a empatia e o uso de uma linguagem clara e acolhedora.

Complementando essa visão, Branco, Guerra e Ferreira (2023) destacam que a oferta de espaços de escuta e suporte emocional para os profissionais de saúde contribui significativamente para a redução dos impactos psíquicos gerados por frustrações, perdas e pelas intensas demandas da rotina hospitalar, favorecendo, assim, uma comunicação mais humanizada e eficaz.

A humanização do atendimento, um dos pilares da psicologia hospitalar, é ressaltada também por Mufato e Gaíva (2019), evidenciaram a importância da empatia para a construção de um cuidado acolhedor e respeitoso. O cuidado com a saúde mental dos profissionais é fundamental para essa humanização, já que um profissional com bem-estar psicológico está mais apto a prestar um atendimento integral, ético e de qualidade.

Essas dimensões coletivas e relacionais complementam os benefícios das intervenções individuais, como as descritas por Gherardi-Donato *et al.* (2023), ampliando o impacto positivo da psicologia na saúde mental e no desempenho dos profissionais hospitalares.

Além do suporte individual e das dinâmicas de comunicação, a psicologia organizacional e do trabalho exerce papel fundamental no desenvolvimento profissional dos trabalhadores da saúde. A aplicação de técnicas organizacionais é essencial para aprimorar a colaboração em equipes multidisciplinares nos hospitais, contribuindo para a redução de conflitos e a melhoria do ambiente laboral. Nesse contexto, a psicoterapia e o coaching organizacional também se mostram relevantes, promovendo o autoconhecimento e o crescimento pessoal. Conforme Cruz (2023), essas práticas facilitam o alinhamento dos valores pessoais e profissionais, fortalecendo a motivação e o propósito no trabalho, além de serem estratégias eficazes para reduzir o estresse ocupacional e prevenir o burnout.

DISCUSSÃO

A atuação da psicologia no contexto hospitalar envolve a aplicação de estratégias e abordagens psicoterapêuticas, psicológicas e psicossociais para lidar com os desafios emocionais e psicológicos enfrentados por pacientes, familiares e equipes de saúde. No contexto do profissional hospitalar, o papel do psicólogo é essencial não apenas para os pacientes, mas também para os próprios profissionais da saúde, que enfrentam situações de estresse, sofrimento e decisões difíceis no dia a dia hospitalar.

A psicologia hospitalar, conforme a definição da Associação Brasileira de Psicologia Hospitalar - ABPH (2002), refere-se à aplicação da psicologia nos contextos hospitalares com o objetivo de cuidar do paciente e da equipe de saúde, facilitando a adaptação, a aceitação da doença e os processos de cura. Através da busca em intervir tanto no sofrimento psíquico causado pela doença quanto nas condições emocionais e psicológicas dos profissionais que lidam diretamente com o sofrimento humano.

De acordo com uma pesquisa de Souza *et al.* (2015), os profissionais de saúde, especialmente os que atuam em hospitais de alta complexidade, enfrentam elevados níveis de estresse, ansiedade, esgotamento emocional e até mesmo sintomas de depressão. Estes fatores podem afetar diretamente sua capacidade de trabalho, a qualidade do atendimento prestado e, por consequência, a própria saúde dos pacientes.

3753

O ambiente hospitalar é carregado de emoções intensas, como a dor, o sofrimento, a perda e a morte. Para os profissionais de saúde, essas situações podem gerar um impacto emocional profundo. O psicólogo, nesse contexto, é uma figura essencial para ajudar esses profissionais a lidar com os desafios psicológicos do cotidiano hospitalar.

Segundo Ferreira *et al.* (2019), a sobrecarga emocional do profissional da saúde é frequentemente negligenciada, o que pode resultar em estresse crônico, burnout e até em um distanciamento afetivo dos pacientes, o que compromete a qualidade do cuidado. Nesse sentido, a presença de um psicólogo na equipe multidisciplinar pode ser fundamental para implementar programas de suporte psicológico, supervisão de equipes e grupos de acolhimento, ajudando a prevenir o burnout e promovendo a saúde mental dos profissionais.

Na Psicologia, a Síndrome de Burnout é compreendida como uma resposta prolongada ao estresse ocupacional crônico, caracterizada por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do senso de realização pessoal. Trata-se de um processo de desgaste psíquico que afeta profundamente o envolvimento emocional do

indivíduo com o trabalho, comprometendo seu bem-estar, desempenho e qualidade de vida (De Oliveira *et al.*, 2021).

2.1 Perspectiva Psicológica e Principais Abordagens na Psicologia

A Psicologia compreende o burnout como um fenômeno psicossocial que se manifesta quando as demandas do ambiente de trabalho superam os recursos emocionais, cognitivos e físicos do indivíduo. Essa condição afeta não apenas a produtividade e o desempenho profissional, mas também compromete seriamente a saúde mental, podendo desencadear transtornos como depressão, ansiedade e esgotamento emocional (De Oliveira *et al.*, 2021).

No contexto hospitalar, diversas abordagens psicológicas têm se mostrado eficazes no enfrentamento do burnout e no fortalecimento da saúde mental de profissionais e pacientes. Entre elas, destaca-se a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), amplamente aplicada na Psicologia Hospitalar devido à sua abordagem prática, estruturada e orientada para a resolução de problemas (Santos; De Melo Sarmiento, 2023).

Essa abordagem visa identificar e reestruturar pensamentos disfuncionais, além de promover estratégias adaptativas de enfrentamento que contribuem para a redução do sofrimento psíquico e a melhoria do bem-estar geral. Conforme Beck (2011), a TCC baseia-se na ideia de que crenças distorcidas influenciam diretamente emoções e comportamentos, e que sua modificação pode gerar mudanças significativas e duradouras na vida do indivíduo.

Outra abordagem relevante é a Psicologia Positiva, conforme Seligman (2012), através do cultivo de emoções positivas e forças pessoais é essencial para o florescimento individual com o intuito de ampliar o foco da intervenção ao valorizar aspectos saudáveis do funcionamento humano, como a resiliência, a autoestima e o otimismo. Essa perspectiva não limita-se ao tratamento dos sintomas, mas visa o fortalecimento dos recursos internos, promovendo bem-estar, qualidade de vida e humanização do cuidado.

Também merece destaque a Psicodinâmica do Trabalho, que segundo Dejours (1992, p. 34), “as condições de trabalho e as dinâmicas psíquicas envolvidas influenciam diretamente o sofrimento e o bem-estar psicológico dos profissionais”. Permitindo a compreender os fatores psicossociais que contribuem para o sofrimento psíquico no contexto profissional e propõe estratégias institucionais de enfrentamento coletivo através da abordagem que examina como as relações interpessoais e as condições organizacionais impactam a saúde mental dos trabalhadores.

Dessa forma, a integração dessas diferentes abordagens possibilita uma compreensão ampla e aprofundada do burnout, favorecendo intervenções mais eficazes tanto em nível individual quanto institucional. Isso contribui para a promoção de ambientes hospitalares mais saudáveis, colaborativos e humanizados.

2.1.2 Psicoterapia Humanista e Humanização no Atendimento

A psicoterapia humanista tem como foco central a busca pela autorrealização e o equilíbrio emocional, valorizando a experiência subjetiva e o potencial de crescimento de cada indivíduo. No ambiente hospitalar, essa abordagem auxilia na prevenção e tratamento do estresse ocupacional, promovendo mudanças no ambiente de trabalho, técnicas eficazes de gestão emocional e, quando necessário, acompanhamento psicológico especializado. Segundo Rogers (1961, p. 22), “a terapia centrada no cliente visa facilitar o processo pelo qual o indivíduo encontra seu próprio caminho para o crescimento e a saúde emocional”.

Nesse contexto, a Psicologia exerce um papel fundamental na humanização do atendimento aos profissionais de saúde, valorizando aspectos como a empatia, a comunicação clara e o bem-estar global do paciente. A utilização de técnicas humanistas promove um ambiente terapêutico acolhedor, onde o respeito e a escuta ativa favorecem a construção de relações profissional-paciente mais autênticas e eficazes. Conforme afirma Schneider, Pierson e Bugental (2015, p. 45), “a essência da abordagem humanista está na criação de uma atmosfera que encoraja o crescimento pessoal e a autorrealização, respeitando o ritmo e as necessidades do paciente”.

3755

Além disso, a psicoterapia humanista contribui para o fortalecimento da resiliência emocional dos profissionais de saúde, facilitando o enfrentamento das pressões e desafios cotidianos inerentes à prática hospitalar. A promoção do equilíbrio emocional é essencial para garantir a qualidade do cuidado prestado e prevenir o esgotamento profissional, evidenciando a importância dessa abordagem no contexto multidisciplinar da saúde.

A humanização no atendimento é um dos pilares fundamentais para a qualidade da assistência em saúde, especialmente em contextos hospitalares. Um dos principais elementos dessa abordagem é o desenvolvimento da empatia, que capacita os profissionais a se colocarem no lugar do paciente, compreendendo suas emoções, medos e necessidades singulares. Essa habilidade favorece um atendimento mais atencioso, personalizado e sensível às particularidades de cada indivíduo. Segundo Carl Rogers (1979, p. 123), “a empatia é a

capacidade de compreender o mundo interno do outro com exatidão e respeito, sem julgamento”, o que facilita o estabelecimento de uma relação terapêutica genuína.

Outra dimensão essencial é o aprimoramento da comunicação, que envolve treinar os profissionais para utilizarem uma linguagem clara, respeitosa e acessível. Evitar o uso excessivo de termos técnicos previne o medo, a confusão e a insegurança nos pacientes, facilitando a adesão ao tratamento. Conforme ressalta Bittencourt (2009, p. 45), “a comunicação eficaz é o elo que conecta o conhecimento técnico à experiência vivida pelo paciente, tornando o cuidado mais humano e compreensível.”

A atenção à saúde mental dos profissionais de saúde também constitui uma estratégia indispensável para a humanização. Psicólogos hospitalares atuam na prevenção do estresse e da síndrome de Burnout, comuns em ambientes de alta pressão, promovendo práticas que equilibram a carga emocional do trabalho e incentivam o autocuidado. A manutenção do bem-estar psicológico dos profissionais é essencial para que possam oferecer um atendimento de qualidade e evitar o esgotamento emocional (Maslach; Leiter, 2016).

Por fim, o foco na escuta ativa e no acolhimento é uma prática que fortalece o vínculo entre paciente e equipe de saúde. Os profissionais são treinados para ouvir com atenção plena, sem interrupções ou julgamentos, garantindo que o paciente se sinta compreendido e valorizado. Técnicas como a validação emocional — que consiste em reconhecer e aceitar os sentimentos do paciente — promovem um ambiente terapêutico acolhedor e seguro. Como explica Muralha (2011, p. 67), “a escuta ativa permite que o paciente expresse suas angústias e expectativas, facilitando intervenções mais humanizadas e eficazes.”

2.1.3 Prevenção e Gestão do Stresse e Burnout

A atuação do psicólogo no ambiente hospitalar está inserida em um contexto de constante exposição à dor, sofrimento, limitações físicas e à finitude da vida. Essas vivências podem desencadear altos níveis de estresse e desgaste emocional, não apenas nos pacientes e familiares, mas também nos próprios profissionais de saúde. Nesse sentido, para lidar com a intensa carga emocional do trabalho hospitalar, a psicologia clínica aplicada a esse contexto propõe o uso de estratégias de enfrentamento emocional, como o desenvolvimento de habilidades de autorregulação, autoconsciência e equilíbrio psíquico através de técnicas baseadas em mindfulness, relaxamento progressivo e gestão do tempo têm demonstrado eficácia na redução do estresse ocupacional, que contribuem para o aumento da qualidade de

vida no trabalho e para a prevenção do esgotamento, especialmente entre profissionais expostos a contextos críticos, como UTIs e cuidados paliativos (Perniciotti *et al.*, 2020).

Além disso, segundo Castilho e Figueiredo (2024), o aperfeiçoamento da comunicação interpessoal entre os membros da equipe de saúde, bem como nas relações com os pacientes e seus familiares, é fundamental no contexto hospitalar. Nesse cenário, o psicólogo atua como mediador e facilitador do diálogo, promovendo o uso da escuta ativa, da empatia e de uma linguagem clara e acolhedora. A comunicação terapêutica, nesse sentido, configura-se como uma ferramenta essencial para a redução de conflitos, o fortalecimento do vínculo terapêutico e a melhoria do ambiente hospitalar como um todo.

Para Branco, Guerra e Ferreira (2023) ao oferecerem espaços de escuta e suporte emocional para profissionais da saúde, contribuem significativamente para a redução dos impactos psíquicos causados por frustrações, perdas e demandas extremas da rotina hospitalar. Essas práticas favorecem uma comunicação mais humanizada e eficiente, o que contribui diretamente para a redução de conflitos, o fortalecimento dos vínculos terapêuticos e a criação de um ambiente hospitalar mais acolhedor e colaborativo.

Ademais, o treinamento da equipe para desenvolver tais habilidades comunicacionais é, portanto, uma ação estratégica e indispensável para estratégias voltadas à prevenção e à gestão do estresse e da síndrome de burnout, não apenas para minimizam os impactos psíquicos negativos associados à rotina hospitalar, mas também promovem um ambiente mais saudável, humanizado e sustentável para o exercício profissional (Branco; De Almeida; Silva, 2024).

3757

2.1.4 Estresse e Burnout entre Profissionais de Saúde

A literatura empírica indica que os profissionais hospitalares estão sujeitos a altos níveis de estresse, que muitas vezes se transformam em burnout. De acordo com um estudo de Moraes *et al.* (2018), aproximadamente 60% dos profissionais da saúde

relataram sinais de esgotamento emocional, distanciamento afetivo e redução de sua eficiência no trabalho devido à sobrecarga emocional. Esses profissionais enfrentam constantemente a pressão de tomar decisões críticas, lidar com a dor e a morte de pacientes, além de uma carga de trabalho intensa.

Ferreira *et al.* (2019) confirmam que a falta de apoio psicológico no ambiente hospitalar pode resultar em um ciclo vicioso de estresse crônico e burnout. A psicologia hospitalar pode

atuar na prevenção e no manejo do burnout, implementando estratégias de suporte, como grupos de supervisão e sessões individuais de terapia.

Um estudo conduzido por Branco e de Almeida Silva (2024) apontaram que a implementação de programas de apoio psicológico nos hospitais tem gerado benefícios claros para os profissionais de saúde. Os resultados indicam que aqueles que participaram de sessões de terapia e apoio psicológico apresentaram uma redução significativa nos níveis de estresse e ansiedade. O acolhimento psicológico também ajudou na construção de resiliência, permitindo que os profissionais lidarem melhor com a pressão e o sofrimento diário no ambiente hospitalar.

Figueiredo (2011) também discute que o suporte psicológico permite aos profissionais refletir sobre suas emoções, melhorar sua autopercepção e desenvolver estratégias de enfrentamento mais eficazes. Esse tipo de intervenção ajuda a prevenir a depressão e outros distúrbios psíquicos, que podem afetar diretamente o desempenho e a qualidade do atendimento prestado.

A psicologia hospitalar também tem se mostrado eficaz no aprimoramento das relações interpessoais dentro da equipe de saúde. A presença de psicólogos em equipes multidisciplinares tem contribuído para melhorar a comunicação entre os profissionais. A literatura sugere que a psicologia atua como um mediador nas interações da equipe, ajudando a reduzir conflitos e mal-entendidos, promovendo uma atmosfera de colaboração mútua e apoio.

3758

De acordo com Moraes *et al.* (2018), programas de intervenção psicoterapêutica em grupo, voltados para a equipe de saúde, têm mostrado que, quando os profissionais se sentem apoiados emocionalmente e aprendem a comunicar melhor suas necessidades e frustrações, há uma melhora no ambiente de trabalho e na qualidade do cuidado prestado aos pacientes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atuação da psicologia no ambiente hospitalar revela-se essencial para o bem-estar e a saúde mental dos profissionais de saúde. Em contextos de alta demanda e pressão constante, como os hospitais, os profissionais estão suscetíveis a estresse, ansiedade e esgotamento emocional, a presença do psicólogo hospitalar contribui significativamente para a identificação e manejo desses fatores, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável e equilibrado.

A psicologia hospitalar oferece suporte emocional aos profissionais, auxiliando-os a lidar com as adversidades do cotidiano hospitalar. Por meio de intervenções individuais e

coletivas, os psicólogos ajudam na construção de estratégias de enfrentamento, fortalecendo a resiliência e a capacidade de adaptação dos profissionais diante dos desafios inerentes à prática hospitalar.

Além do suporte individual, a psicologia hospitalar desempenha um papel fundamental na promoção de um ambiente de trabalho colaborativo e harmonioso. Ao mediar conflitos e facilitar a comunicação entre os membros da equipe multidisciplinar, o psicólogo contribui para a construção de relações interpessoais saudáveis, essenciais para a eficácia do trabalho em equipe e a qualidade do atendimento ao paciente.

A implementação de programas de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente hospitalar, conduzidos por psicólogos, tem demonstrado eficácia na redução de índices de burnout e na melhoria da satisfação profissional. Essas iniciativas incluem workshops, grupos de apoio e atividades de psicoeducação, que visam sensibilizar os profissionais sobre a importância do autocuidado e da busca por apoio psicológico quando necessário.

A valorização da saúde mental dos profissionais de saúde reflete diretamente na qualidade do atendimento prestado aos pacientes. Profissionais emocionalmente equilibrados e satisfeitos com o ambiente de trabalho tendem a demonstrar maior empatia, atenção e comprometimento com o cuidado ao paciente, promovendo uma assistência mais humanizada e eficaz.

3759

Diante do exposto, é imperativo reconhecer e fortalecer a atuação da psicologia no contexto hospitalar, não apenas como um recurso de apoio, mas como uma componente essencial na promoção da saúde integral dos profissionais de saúde. Investir em políticas institucionais que integrem a psicologia nas estratégias de gestão e cuidado é fundamental para assegurar a sustentabilidade e a qualidade dos serviços de saúde.

REFERÊNCIAS

ABPH, Associação Brasileira de Psicologia Hospitalar. **Psicologia Hospitalar: Manual de Orientações**. 2002.

BEAUCHAMP, T. L.; CHILDRESS, J. F. **Princípios de ética biomédica**. 7. ed. São Paulo: Loyola, 2013.

BECK, A. T. **Cognitive behavior therapy: basics and beyond**. 2. ed. New York: Guilford Press, 2011.

BENDER, M.S.; DE FREITAS, S.M.; DA SILVA ESTRÁZULAS, C. Os desafios da psicologia no contexto hospitalar: uma revisão teórica. **Interlocuções entre a teoria e prática no**

contexto hospitalar, p. 35, 2023. https://www.researchgate.net/profile/Mariluz-Bender-2/publication/376619795_Seguranca_do_paciente_psiquiatrico_no_contexto_hospitalar/links/659bda7e6f6e450f19d61fd7/Seguranca-do-paciente-psiquiatrico-no-contexto-hospitalar.pdf#page=36 Acesso em: 08 jun. 2025

BITTENCOURT, E.T. **Comunicação e humanização em saúde**. São Paulo: Loyola, 2009.

BRANCO, K.P; GUERRA, A. C; FERREIRA, E.B. Relação entre síndrome de burnout e satisfação no trabalho: um estudo de caso com docentes universitários. **Cadernos de Estudos Sociais**, [S. l.], v. 38, n. 2, 2023. DOI: 10.33148/CESV38n2(2023)2074. Disponível em: <https://periodicos.fundaj.gov.br/CAD/article/view/2074>. Acesso em: 20 mai. 2025.

BRANCO, A. B. A. C.; DE ALMEIDA SILVA, J.. Atuação da Psicologia Hospitalar nos Cuidados Paliativos Oncológicos. Mudanças: **Psicologia da Saúde**, v. 32, n. 1, p. 86-96, 2024. Disponível em: <https://revistas.metodista.br/index.php/mudancas/article/view/1572> Acesso em: 20 mai. 2025

CASTILHO, A. B. C.; FIGUEIREDO, I. A. síndrome de burnout: prevalência, implicações e estratégias de cuidados em saúde mental na rotina de profissionais da saúde em maternidades. **Revista Foco**, [S. l.], v. 17, n. 11, p. e6653, 2024. DOI: 10.54751/revistafoco.v17n11-183. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/6653>. Acesso em: 20 mai. 2025.

CSB, Confederação Sindical Brasileira. **Afastamentos por transtornos mentais atingem maior número da série histórica em 2024**. CSB, 2024 Disponível em: <https://csb.org.br/noticias/afastamentos-saude-mental-crescem-2024> Acesso em: 19 mai. 2025

CRUZ, R. P. As contribuições da psicologia hospitalar para pacientes em hemodiálise. **Revista Científica Eletrônica de Psicologia FAEF**, v. 34, n. 2, nov. 2020. Disponível em: https://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/cKazeky9nHj9IU9_2021-3-17-8-33-5.pdf. Acesso em: 22 mai. 2025

CRUZ, B. **Gestão de Pessoas: O papel do Coaching no desenvolvimento profissional e pessoal**. 2023. Dissertação de Mestrado em Gestão de Recursos Humanos do Instituto Superior de Gestão e Administração de Santarém Disponível em: <file:///C:/Users/adils/Downloads/content.pdf> Acesso em: 19 mai. 2025

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 3. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

DE OLIVEIRA, Aldení Ramos et al. Síndrome de Burnout e Síndrome do Impostor: um estudo correlacional. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 3, p. e34710313344-e34710313344, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13344> Acesso em: 08 jun. 2025

DOS SANTOS RODRIGUES, J. V.et al. Intervenções em psicologia hospitalar durante a pandemia da COVID-19 no Brasil: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 12, 2021 Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/20288> Acesso em: 08 jun. 2025

FELDENS, MGF Os propósitos da revisão deliteratura e o desenvolvimento da pesquisaeducacional. **Ciência e Cultura** . 33, n.9,págs. 1197-1199, 1981

FERREIRA, L. R. et al. A saúde emocional do profissional de saúde: desafios e perspectivas. **Revista Brasileira de Terapias Psicológicas**, 8(1), 35-44. 2019.

FIGUEIREDO, A. G. A psicologia hospitalar no enfrentamento de doenças graves. **Revista de Psicologia da Saúde**, 15(3), 112-119. 2011

GHERARDI-DONATO, E. C. S.et al. The Impact of an Online Mindfulness-Based Practice Program on the Mental Health of Brazilian Nurses during the COVID-19 Pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 20(4), 3666.(2023) Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph20043666> Acesso em: 19 mai. 2025

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Burnout: a multidimensional perspective. In: SCHAUFELI, Wilmar B.; GRIFFIN, M.; PERREWE, P.L. (orgs.). **The handbook of occupational health psychology**. 2. ed. Washington: American Psychological Association, 2016. p. 90-114.

MORAES L. M.et al. Psicologia hospitalar e a gestão do estresse no ambiente hospitalar. **Psicologia e Saúde**, 26(2), 112-121. 2018

MUFATO, L. F.; GAÍVA, M. A. M. Empatia em saúde: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 9, 2019. DOI: 10.19175/recom.v9io.2884. Disponível em: <https://seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/2884>. Acesso em: 20 mai. 2025.

3761

MURALHA, T. F. **Escuta ativa**: fundamentos e prática no atendimento psicológico. Rio de Janeiro: Vozes, 2011.

OLIVEIRA, F. E. S., et al. Transtornos mentais comuns em profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde na macrorregião Norte de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, 32(1), e2022432. 2023 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/6BZW5kxFwQzcZTZtdq536fG/> Acesso em: 19 mai. 2025

OLIVEIRA, G. H. L. N. M. C. et al. **Impacto pós pandemia COVID-19 nos profissionais da enfermagem**. 2024.Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Enfermagem da ETEC Padre José Nunes Dias. Orientadora professora Andreia Fabiana Maximiano Coleta CENTRO PAULA SOUZA ETEC PADRE JOSÉ NUNES DIAS Monte Aprazível-SP, Disponível em: https://ric.cps.sp.gov.br/bitstream/123456789/22397/1/tecnicoemenfermagem_2024_4_carolinadelimaspadini%20_impactopospandemiacovid19nosprofissionaisdaenfermagem.pdf Acesso em: 20 mai. 2025

PERNICIOTTI, P. et al . Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Rev. SBPH**, São Paulo , v. 23, n. 1, p. 35-52, jun. 2020 . Disponível em

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso. acessos em 20 maio 2025.

ROGERS, C.R. **Tornar-se pessoa**: uma perspectiva centrada no cliente. São Paulo: Martins Fontes, 1979.

ROGERS, C.R. **On becoming a person**: a therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961

SANTOS, A. M. dos. Psicologia organizacional e do trabalho - Plataforma da gestão do conhecimento / Organizational and work psychology - Knowledge management platform. **Brazilian Journal of Business**, [S. l.], v. 2, n. 3, p. 2193-2205, 2020. DOI: 10.34140/bjbv2n3-023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJB/article/view/13465>. Acesso em: 20 mai. 2025.

SANTOS, J. S. L.; DE MELO SARMENTO, J. E. A. Histórico da Psicologia Hospitalar no Brasil: uma Revisão Bibliográfica. **Revista Psicologia & Saberes**, v. 12, n. 1, 2023. <https://revistas.cesmac.edu.br/psicologia/article/view/1468> Acesso em: 08 jun. 2025.

SCHNEIDER, K.J.; PIERSON, J. F.; BUGENTAL, J. F.T. **The handbook of humanistic psychology**: theory, research, and practice. 2. ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2015.

SCLIAR, M. **A paixão transformada**: história da medicina na literatura. São Paulo: UNESP, 2007.

SELIGMAN, M. E.P. **Flourish**: a visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Free Press, 2012. 3762

SILVA, L. F.; CARDOSO, C. L. Psicologia hospitalar: práticas e desafios na promoção da saúde emocional em contextos de internação. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 13, n. 1, p. 45-60, 2021

SOUZA, M. S. et al. O impacto emocional da atuação no hospital: O sofrimento dos profissionais de saúde. **Jornal de Psicologia Hospitalar**, 12(4), 98-104. 2015

TESSER, A.; ALVES, M. C. Humanização e qualidade no atendimento em saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 4, p. 627-633, 2014.