

## TRANSTORNO DEPRESSIVO E O CONSUMO DE ÁLCOOL EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: REVISÃO DE LITERATURA

DEPRESSIVE DISORDER AND ALCOHOL CONSUMPTION AMONG HEALTHCARE PROFESSIONALS: A LITERATURE REVIEW

TRASTORNO DEPRESIVO Y CONSUMO DE ALCOHOL ENTRE PROFESIONALES DE LA SALUD: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

Esther de Seixas Moura<sup>1</sup>  
Claudia Marques Santa Rosa Malcher<sup>2</sup>

**RESUMO:** Os transtornos depressivos afetam cerca de 334 milhões de pessoas no mundo, com uma predominância de até 1,5% superior em mulheres. A carga de trabalho dos profissionais de saúde pode cursar com afecções de saúde mental e o consumo alcoólico apresenta-se como medida de relaxamento. Diante disso, buscamos entender a existência da associação entre transtornos depressivos e consumo alcoólico. Trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura que analisou artigos presentes na BVS e PUBMED entre 2021 e 2026. Destes, 15 artigos foram utilizados para elucidar acerca do processo de adoecimento mental, uso de álcool e perspectivas de vida de tratamento em saúde mental, os enfermeiros e mulheres estão mais vulneráveis à depressão e TEPT e médicos possuíam maior consumo alcoólico. Encontramos associação entre depressão e consumo alcoólico, ainda que em menor taxa exista dependência, com o sofrimento mental iniciando-se ainda na graduação.

1

**Palavras-chave:** Profissionais de saúde. Sofrimento mental. Alcoolismo.

**ABSTRACT:** Depressive disorders affect approximately 334 million people worldwide, with a prevalence up to 1.5% higher in women. The workload of healthcare professionals can lead to mental health conditions, and alcohol consumption is often used as a relaxation method. Therefore, we sought to understand the association between depressive disorders and alcohol consumption. This is an integrative literature review that analyzed articles from the BVS and PubMed databases between 2021 and 2026. Of these, 15 articles were used to elucidate the process of mental illness, alcohol use, and life perspectives regarding mental health treatment. Nurses and women are more vulnerable to depression and PTSD, and physicians had higher alcohol consumption. We found an association between depression and alcohol consumption, although dependence exists at a lower rate, with mental suffering beginning during undergraduate studies.

**Keywords:** Healthcare professionals. Mental suffering. Alcoholism.

**RESUMEN:** Los trastornos depresivos afectan a aproximadamente 334 millones de personas en todo el mundo, con una prevalencia hasta un 1,5 % mayor en mujeres. La carga de trabajo de los profesionales sanitarios puede provocar problemas de salud mental, y el consumo de alcohol se utiliza a menudo como método de relajación. Por lo tanto, buscamos comprender la asociación entre los trastornos depresivos y el consumo de alcohol. Esta es una revisión bibliográfica integradora que

<sup>1</sup> Graduanda em Medicina pela Universidade do Estado do Pará.

<sup>2</sup> Doutora em Oncologia e ciências médicas; docente da Universidade do Estado do Pará.

anализó artículos de las bases de datos BVS y PubMed entre 2021 y 2026. De estos, se utilizaron 15 artículos para dilucidar el proceso de la enfermedad mental, el consumo de alcohol y las perspectivas de vida con respecto al tratamiento de la salud mental. Las enfermeras y las mujeres son más vulnerables a la depresión y al TEPT, y los médicos tenían un mayor consumo de alcohol. Encontramos una asociación entre la depresión y el consumo de alcohol, aunque la dependencia existe con menor frecuencia, y el sufrimiento mental comienza durante los estudios de pregrado.

**Palabras clave:** Profesionales de la salud. Sufrimiento mental. Alcoholismo.

## INTRODUÇÃO

Os transtornos depressivos afetam cerca de 334 milhões de pessoas no mundo, com uma predominância de até 1,5% superior em mulheres. Em que envolve um humor deprimido ou perda de prazer ou interesse em atividades por longos períodos de tempo, decorrentes de alterações de humor e sentimento em relação ao cotidiano (OMS, 2025). De acordo com o DSM-5, a depressão pode manifestar-se por humor deprimido, fadiga intensa, redução do interesse em atividades previamente satisfatórias, alterações de peso (seja por aumento ou redução do apetite), mudanças no padrão do sono (insônia ou hipersonia), pensamentos de inutilidade e recorrentes em relação a morte. Atualmente a depressão é um dos maiores desafios da saúde pública do mundo, ocupando o primeiro lugar dentre os processos de adoecimento mental, marcado por um sofrimento intenso que afeta a vida dos indivíduos em todos os aspectos (SILVA et al., 2022).

Além disso, é sabido que as demandas de trabalho em que os profissionais de saúde são submetidos é crucial para o desenvolvimento de afecções de saúde mental, seja pela rotina hospitalar quanto pela falta de apoio psicológico no ambiente de trabalho (GOMES et al., 2015). Nesse sentido vale ressaltar o desgaste emocional sofridos pela equipe de saúde responsável por unidade de terapia intensiva(UTI), tendo em vista a falta de controle de eventos adversos futuros, locais e condições insalubres de trabalho, exposição prolongada ao estresse, o que amplia a hipervigilância constante podendo causar ansiedade, depressão e síndrome de *burnout*, até mesmo o suicídio (LACERDA et al., 2024). Não obstante, a equipe de saúde da Atenção Primária também é exposta ao mesmo adoecimento em saúde mental, sejam por demandas inerentes ao serviço, vulnerabilidades sociais dos pacientes, fragilidades na relação médico-paciente, bem como possíveis perdas na continuidade do tratamento de seus pacientes, constituindo também um contexto de exposição prolongada ao estresse (JULIO et al., 2022).

Nesse ínterim envolvendo jornadas exaustivas de trabalho e ambiente laboral como importante fator de estresse e sofrimento intenso, o consumo alcoólico torna-se significativo em profissionais de saúde os quais por diversos motivos não buscam tratamento

psicológico/psiquiátrico para lidar com suas afecções emocionais (OLINDA et al., 2023). De acordo com o Ministério da Saúde (2023), o álcool é a droga psicoativa capaz de causar depressão no sistema nervoso central mais consumida no Brasil, o que infelizmente acarreta diversos desfechos desfavoráveis para a saúde dos indivíduos, sobretudo na ocorrência de lesões, acidentes, violências, bem como o adoecimento do corpo físico e saúde mental. Sabe-se que a relação entre transtornos psiquiátricos e o uso de álcool é clinicamente complexa, já que o álcool age como um depressor do sistema nervoso central, a medida que a tristeza durante a embriaguez pode evoluir para aumento de ansiedade durante período de “ressaca” e abstinência (OLINDA et al., 2023).

Ressalta-se também, que nos mais diversos níveis de atenção à saúde, desde atenção primária ou terciária, em que os diversos perfis de pacientes não prescindem quais profissionais sofrerão mais ou menos de esgotamento em sua saúde mental (LACERDA et al., 2024; JULIO et al., 2022). Outrossim, é possível inferir que o cenário propício ao adoecimento emocional e o uso excessivo de álcool em profissionais de saúde iniciam-se desde a graduação, sobretudo com o ambiente de estudos, novo ciclo social e situações estressantes. Ou seja, essa junção entre sofrimento emocional e etilismo possui associação em duas situações seguinte; a tentativa do seu uso como válvula de escape, e por fim, torna-se um ciclo vicioso em que envolve comportamentos autodestrutivos, e piora dos sintomas ansiosos e depressivos (COUTINHO et al., 2024). Portanto, o presente estudo pretende compreender como se dá a associação do transtorno depressivo e o consumo alcoólico em profissionais de saúde.

3

## METODOLOGIA

O presente estudo configura-se como uma revisão integrativa de literatura, que permite a construção de uma análise ampla acerca do determinado tema. Foi o método Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses (PRISMA) para organização da pesquisa e resultados da mesma, além da definição da questão norteadora por meio do método PICO.

Foi definida a pergunta norteadora da pesquisa, a qual utiliza a estratégia PICO (P: população, paciente ou problema; I: interesse; Co: contexto) para sua formulação: “Quais são os impactos na qualidade de vida de profissionais da saúde acometidos por transtorno depressivo em concomitância ao consumo alcoólico?”.

A busca foi realizada utilizando a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), contemplando as bases de dados LILACS e MEDLINE, e PUBMED. Para a construção da estratégia de busca, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e os termos

correspondentes no Medical Subject Headings (MeSH), combinados com os operadores booleanos AND e OR. A formulação utilizada na busca foi: (Depressive disorder OR Depression) AND (Alcoholism OR Alcohol drinking OR Alcoholism-related disorder) AND (Health Personnel OR Healthcare Workers OR Physicians OR Nurses).

Foram aplicados filtros para restringir a busca a: publicações no período de 2021 a 2026; idiomas português e inglês, assim como que possuíam acesso ao texto completo gratuitamente. Adicionalmente, na BVS e PUBMED, foram selecionados como descritores principais (“Major Topics”) os termos: Saúde mental, Alcoolismo, Depressão, Médicos, Enfermeiros.

Incluiu-se artigos que apresentam texto completo disponível, sejam estudos primários ou revisões, e que abordem o diagnóstico e seguimento clínico do transtorno depressivo em profissionais de saúde, contemplando aspectos relacionados à qualidade de vida e ao estilo de vida, consumo de álcool, autocuidado e apoio psicossocial. Foram excluídos teses, dissertações, relatos de caso, monografias, editoriais, cartas ao editor, resumos simples, artigos duplicados entre as bases, e ano de publicação fora do intervalo dos anos de 2021 a 2026.

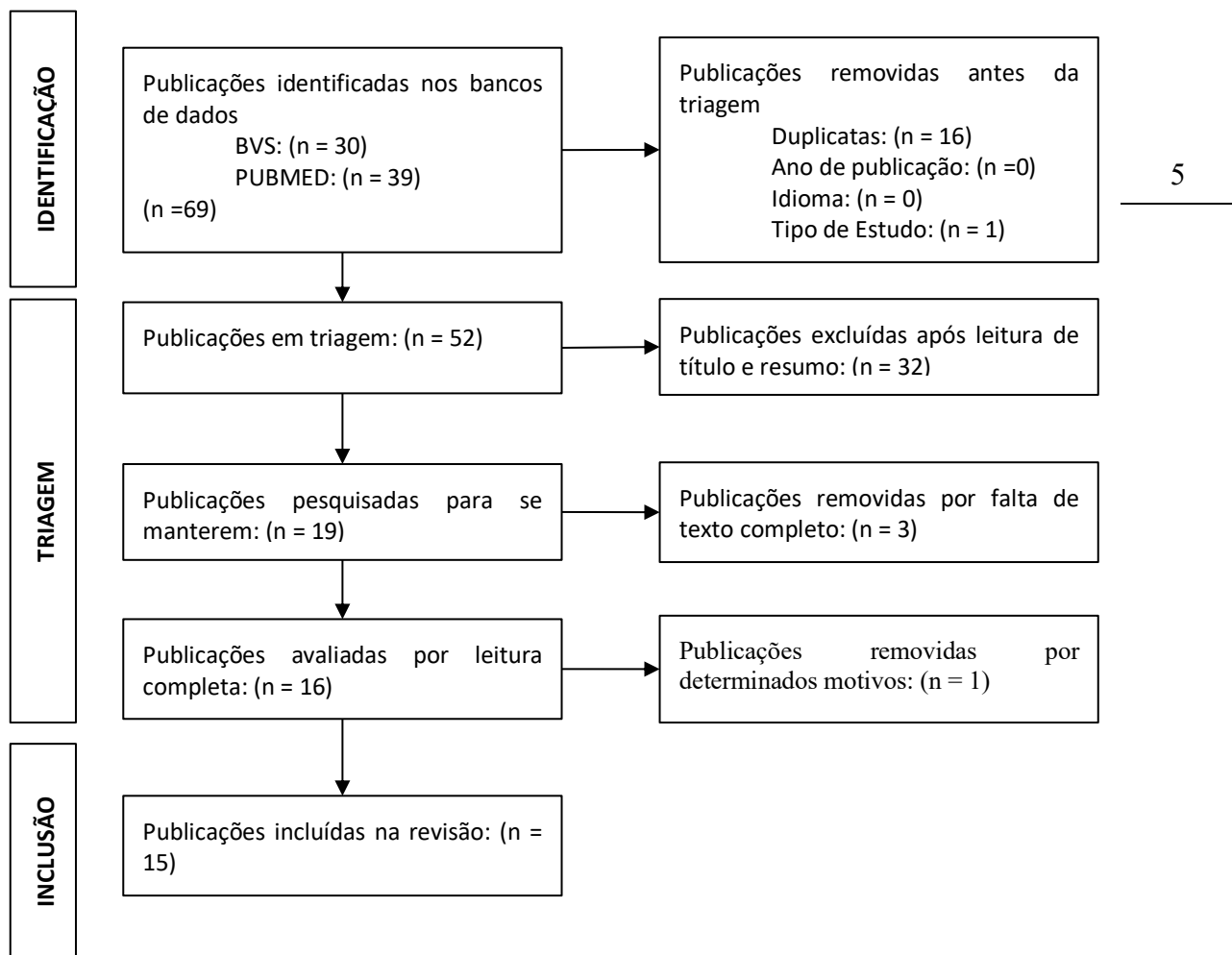
Após a busca, as referências foram organizadas e analisadas no Microsoft Word®, que auxiliou no processo de triagem e seleção dos estudos, possibilitando o registro estruturado das informações e a posterior síntese dos resultados. O presente estudo consiste em uma revisão integrativa de literatura. A revisão integrativa foi realizada em seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão norteadora da pesquisa; 2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos e busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) categorização dos estudos; 5) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa e interpretação e 6) apresentação da revisão.

Por fim, os artigos com baixo risco de viés e qualidade de estudo boa ou razoável foram utilizados para realização da síntese de dados final, a qual se deu a partir da organização e estratificação em eixos temáticos semelhantes, o que permitiu uma maior fluidez da descrição dos dados. Dessa forma, os dados foram organizados e interpretados de maneira isenta, sem a presença de conflitos de interesse. Por essa razão, não foi necessário estabelecer critérios adicionais para resolução de divergências ou estratégias específicas para o manejo de possíveis conflitos durante a construção da revisão.

## RESULTADOS

Foram encontrados mediante a pesquisa 69 artigos, em que 39 foram encontrados no PUBMED, 26 artigos estavam indexados na BVS e 4 foram encontrados na LILACS. Excluíram-se 13 artigos duplicados, sendo que 8 estavam no PUBMED e 5 artigos indexados na BVS. Enquanto 34 artigos presentes nas bases de dados pesquisadas foram excluídos mediante a leitura por falta de adequação aos critérios de inclusão e exclusão, e um artigo por não ter texto completo livre acesso. Em resumo, 15 artigos foram selecionados para construção da discussão do presente estudo. Destaca-se os anos de publicações, em que predominou 2024 com quatro artigos selecionados, o ano de 2023 com quatro artigos, para cada ano, seguido por 2021 com quatro artigos selecionados, apenas dois encontrados em 2025 e somente um publicado em 2026 no presente dia da pesquisa, doze de março de dois mil e vinte e seis

**Figura 1:** Fluxograma PRISMA.



**Fonte:** Autora, 2026.

**Quadro 1:** Tabulação dos anos de publicação, títulos e princípios achados de cada artigo selecionado para o estudo.

Ano	Título	Achados principais
2021	Psychiatric symptoms, burnout and associated factors in psychiatry residents	Trata-se de um estudo transversal em que analisou a qualidade de vida de médicos residentes em psiquiatria e mostrou as altas taxas de sofrimento mental e uso de álcool no grupo estudado. Também relacionou o relacionamento familiar como positivo para mitigar as afecções emocionais decorrentes do convívio na residência médica.
2021	Mental health of staff working in intensive care during COVID-19	Analisaram fatores como depressão, transtorno do estresse pós-traumático e ansiedade no contexto da Pandemia por COVID-19 e evidenciou que os profissionais de saúde estavam mais propensos à automutilação e ideação suicida a que o consumo alcóolico, relaciona-se isto ao conhecimento dos danos ocasionados pelo álcool.
2021	Socio-ecological predictors of mental health outcomes among healthcare workers during the COVID-19 pandemic in the United States	O transtorno por uso de álcool acomete cerca de 50% dos profissionais analisados no presente estudo, em que os profissionais enfermeiros estavam mais expostos aos piores desfechos em saúde mental
2021	Pandemic-related mental health risk among front line personnel	Descreve como a pandemia por COVID-19 causou riscos à saúde mental dos profissionais de emergência, no presente estudo sintomas depressivos, ansiosos, estresse agudo e consumo indevido de álcool são elucidados.
2023	Prevalence and correlates of alcohol use, mental disorders, and awareness and utilization of support services among healthcare professionals in West Rand District, Gauteng, South Africa: a cross-sectional study	A Pandemia por COVID-19 mostrou-se como fator de adoecimento mental de profissionais de saúde, sendo que homens estão mais propensos ao consumo abusivo de álcool e mulheres possuem menor uso relacionado aos papéis sociais esperados. Além disso, o grupo analisado participava em minoria de tratamento psicológico.
2023	Workplace violence inflicted by patients or their family members/visitors and its relationship with suicidal ideation among undergraduate medical students during clinical training in China	Analisou estudantes de medicina expostos a algum tipo de agressão e seus desfechos em saúde mental após vivência, demonstrou que para o sexo masculino ocorre maior consumo de bebida alcóolica enquanto mulheres são mais acometidas por ideação suicida.
2023	Mental health outcomes in frontline healthcare workers in Brazil during the COVID-19 epidemic: Results of an online survey in four regions using respondent-driven sampling (RDS)	Descreve que a equipe de enfermagem está mais vulnerável em relação a sobrecarga de serviço e afecções mentais, enquanto médicos experienciaram danos em saúde mental dado o isolamento, o que poderia explicar seu maior consumo alcóolico, ainda

		que apenas 10% possuía consumo abusivo.
2023	Implementation of the International Olympic Committee Sport Mental Health Assessment Tool 1: Screening for Mental Health Symptoms in a Canadian Multisport University Program	Analisa sintomas mentais de universitários durante a pandemia em que previamente praticavam esportes, pode-se notar que o sofrimento psicológico, depressão e ansiedade, além do consumo de álcool tiveram suas taxas aumentadas em decorrência da pandemia por COVID-19.
2024	The burden of anxiety, depression, and stress, along with the prevalence of symptoms of PTSD, and perceptions of the drivers of psychological harms, as perceived by doctors and nurses working in ICUs in Nepal during the COVID-19 pandemic; a mixed method evaluation	Estudo com médicos e enfermeiros de UTI, pode-se notar que apenas dos problemas de saúde mental causados durante a pandemia, o consumo indevido de álcool manteve-se de baixo risco.
2024	Medications for Alcohol Use Disorder	Pode-se listar medicamentos como Naltrexona, Gabapentina, Topiramato, Acamprosato, Vareniclina, Baclofeno e Dissulfiram como controle farmacológico do consumo excessivo de álcool. A Naltrexona continua sendo a escolha de primeira linha.
2024	Compassionate Care: A Qualitative Exploration of Nurses' Inner Resources in the Face of Burnout	Análise de enfermeiros e graduandos em enfermagem e seu processo de adoecimento como <i>Burnout</i> e aumento do consumo de álcool.
2024	Prevalence of burnout and associated factors among nurses working in public hospitals, southern Ethiopia: a multi-center embedded mixed study	Revela que o processo de adoecimento mental está relacionado ao trabalho, e piorado pelo consumo de álcool, pois o <i>burnout</i> foi mais evidente nos enfermeiros etilistas.
2025	Longitudinal associations between alcohol use, occupational stressors, and mental health among healthcare and ancillary workers in the United Kingdom during the COVID-19 pandemic (UK-REACH)	Estudo de coorte que analisou o padrão de consumo excessivo de álcool em associação a doenças de saúde mental, percebe-se que há associação entre sintomas mais severos de depressão e etilismo.
2025	Problem drinking and comorbidity with mental ill health: a cross-sectional study among healthcare workers in Sweden	Pode-se analisar que sintomas mais severos de depressão e <i>burnout</i> durante a pandemia corroboram com aumento do consumo problemático de álcool
2026	Psychological Distress, Resilience, and Immunoinflammatory Signatures in Healthcare Workers During COVID-19	Analisa a presença de marcadores inflamatórios e manutenção dos sintomas em saúde mental, assim como o consumo de álcool e danos à saúde mental.

**Fonte:** Autora, 2026.

Na presente análise é válido ressaltar a predominância do sexo masculino com maiores taxas de consumo excessivo de álcool, no estudo desenvolvido por Magh, Fadahun e Francis (2023) essas diferenças são decorrentes da diferença entre os gêneros pode estar relacionado a

crenças culturais, valores e papéis de gênero tradicionais podem impedir o consumo excessivo de álcool no sexo feminino. Em contrapartida, o estudo de Mountjoy e colaboradores em 2023, que analisou acadêmicos de medicina de uma instituição canadense não demonstrou diferença entre os gêneros, tanto para o consumo de álcool quanto o abuso e dependência de outras substâncias psicoativas.

Ansiedade, depressão, *burnout* e transtorno do estresse pós-traumático foram as principais afecções em saúde mental presentes nas referências bibliográficas estudadas. De maneira unânime os profissionais da enfermagem estão mais expostos ao sofrimento psicológico e ansiedade, enquanto os médicos consomem mais álcool e são menos acometidos por depressão, o estudo de elaborado por Books e coparticipação de 2021 avaliou que tanto para o adoecimento mental quanto uso abusivo de álcool não apresentou diferenças entre médicos e os demais profissionais de saúde do setor de emergência, dado que expõe o contexto estressor e potencialmente traumáticos em que esses profissionais trabalham.

Destaca-se também que os 15 artigos estudados para construção deste trabalho utilizaram diversas escalas de avaliações de saúde mental em seus respectivos questionários aplicados. Em que o Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-9), o Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7) e o Teste Conciso de Identificação de Transtornos por Uso de Álcool (AUDIT-C), foram aplicados respectivamente para triagem de de depressão, ansiedade e consumo excessivo de álcool. Além disso, os estudos de Mountjoy e colaboradores (2023) e Peláz-Zuberbuhler e colaboradores (2025) avaliaram o consumo indevido de álcool por meio do Cut down, Annoyed, Guilty e Eye Opener (CAGE). Além disso, a pesquisa de Efa et.al., (2024) classifica o etilismo como um consumo acima de 4 bebidas diariamente para homens ou 14 bebidas por semana, e 3 bebidas ao dia ou 7 bebidas por semana para mulheres, bem como a frequência de uso para acima de 14 unidades corroborada pela pesquisa de irizar e colaboradores, 2025.

## DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão integrativa de literatura demonstram elevada prevalência de sofrimento psíquico entre os profissionais de saúde, destacam-se sintomas de depressão, ansiedade e estresse ocupacional. Diversos profissionais da área da saúde são expostos diariamente aos mais variados contextos de cuidados em saúde, jornadas de trabalho extensas, elevada responsabilidade, além de frequentes situações envolvendo sofrimento e morte de seus pacientes. Além disso, outro achado relevante do presente estudo foi a associação entre transtornos depressivos e consumo de álcool, em que parte destes estudos evidenciam que o uso

de álcool pode funcionar como uma estratégia de enfrentamento diante da exaustão emocional. Nesse sentido, diante desses achados a discussão foi organizada em três eixos temáticos:

### **Sofrimento psíquico, estresse ocupacional e depressão em profissionais da saúde**

Os transtornos mentais associados aos profissionais de saúde têm como gênese ainda durante a graduação, em que se constitui como fator de início e/ou piora dos sintomas de saúde mental, como depressão, ansiedade, *burnout* e transtorno do estresse pós-traumático (TEPT) (FLOWERS et al., 2024; MOUNTJOY et al., 2023). O estudo de Wang e colaboradores (2023) explica como a violência no trabalho, seja de origem verbal e/ou física pode estar presente desde os últimos anos dos cursos de medicina e enfermagem, o bullying, difamação, assédio sexual e comportamentos ameaçadores sofridos por estes acadêmicos pioram a saúde mental, podendo exacerbar sintomas depressivos e *burnout*. Além dos possíveis cenários negativos envolvendo as atividades práticas na graduação, a pesquisa de Mountjoy et al., em 2023, demonstrou que fatores como compromissos acadêmicos, residir longe de casa, abuso de álcool aumentam o sofrimento emocional de acadêmicos em medicina.

Após o fim da graduação, as incertezas sobre o futuro, sentimento de insegurança, altos níveis de responsabilidade e alta carga de trabalho, sobretudo, durante a residência médica gera instabilidades emocionais diretamente envolvidas com os cenários intrínsecos dos médicos quanto aos extrínsecos, tais como a adaptação na rotina da residência médica, problemas interpessoais envolvendo seus chefes de residência e conflitos com a equipe de saúde (MONTEIRO et al., 2021). Além disso, para Books e colaboradores (2021), eventos estressantes e potencialmente traumáticos, como desastres naturais e ataques terroristas, aumentam o risco de desenvolvimento de depressão, transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e TEPT, sobretudo em profissionais de saúde dos setores de urgência e emergência e UTI, as quais estão relacionadas aos desfechos em saúde mais preocupantes. O estudo de Greenberg et.al., 2021, demonstrou como o sofrimento psicológico, lesão moral e conseqüente aumento nas taxas de depressão e TEPT foram evidentes durante a Pandemia por COVID-19, os piores desfechos em saúde mental foram mais evidentes em profissionais da enfermagem.

Ademais, para os autores Hennein, Mew e Lowe no seu respectivo estudo de 2021, os enfermeiros e técnicos de enfermagem apresentaram 2,5 vezes mais chances de sofrer de transtorno depressivo maior (TDM), enquanto os participantes acometidos por TAG possuíam 2,3 vezes chances maiores de sofrer com algum outro adoecimento emocional. Esta maior vulnerabilidade aos piores desfechos de saúde mental de enfermeiros e técnicos de enfermagem

tem como principais causas, a sobrecarga no trabalho estavam, altos níveis de *burnout*, seja por trabalho ou fadiga pelo cuidado em saúde aos seus pacientes, saúde mental fragilizada, com consequente aumento das taxas de abandono (COHEN et al., 2023; FLOWERS et al., 2024). Para Efa e colaboradores, na pesquisa de 2024, os médicos, o isolamento familiar principalmente durante a Pandemia por Sars-Cov-2 contribuiu como o principal fator para o aumento de depressão e ansiedade, dado que o apoio de familiares e amigos são ferramentas de proteção para desfechos ruins em saúde mental.

No estudo, em 2021, de Monteiro e coparticipação demonstrou a predominância feminina a problemas associados à saúde mental quando comparado ao sexo masculino, com 60% padrão de exaustão mental, 54% em despersonalização e 33% para baixa percepção de atividade física. predominância feminina, mas homens sofrem mais com esses problemas associados à saúde mental. Corroborado pelos dados do estudo de Hennein, Mew e Lowe (2021), os desfechos em saúde mental estavam em mulheres de idade mais jovem, histórico de transtorno mental, bem como os profissionais da enfermagem são mais expostos ao sofrimento emocional quando comparados com médicos. Apesar de os médicos e enfermeiros do sexo masculino possuem menor associação com sofrimento de saúde mental por depressão, o consumo problemático de álcool é mais evidente nesse público (MOUNTJOY et al., 2023; PELÁZ-ZUBERBUHLER et al., 2025).

### **Associação entre transtorno depressivo e consumo de álcool**

O estudo de Monteiro e colaboradores, em 2021, reafirmou que a presença de problemas em saúde mental de médicos e residentes está associada positivamente ao abuso de álcool, em que testes como o AUDIT-C mostram a prevalência deste comportamento em homens médicos. A vulnerabilidade dos profissionais de saúde para o uso excessivo de álcool concerne à exposição de longas jornadas de trabalho, preocupação das atividades laborais, alta carga, responsabilidade e autocobrança, conflitos inerentes ao serviço médico (MAGH, FADAHUN, FRANCIS, 2023). Cerca de 52% dos participantes estudados por Efa e coparticipação (2024) sofriam com depressão, destes, 7,5% consumiam álcool indevidamente, maior que 14 bebidas semanais para homens, e acima de 7 bebidas por semana em mulheres, em decorrência do trabalho. Além disso, dos 709 profissionais participantes, 50% relataram ter atingido o limiar pelo menos em uma das seguintes entidades: depressão grave; TEPT, ansiedade grave ou abuso com bebida alcoólica (GREENBERG et al., 2021).

O consumo problemático de álcool envolve etilismo em pessoas que bebem grandes

quantidades de álcool ou que ocasionalmente enfrentam problemas devido a esse consumo excessivo, no entanto não apresentam histórico de dependência física grave ao álcool (PELÁZ-ZUBERBUHLER et al., 2025). Para Irizar e colaboradores (2025), diversas formas de adoecimento emocional pode cursar com consumo indevido, a exemplo a pandemia a qual aumentou os quadros de depressão, ansiedade e TEPT, o etilismo envolve um enfrentamento mal adaptativo com a tentativa de lidar com as mazelas envolvidas no trabalho em saúde.

Além disso, ainda na pesquisa de Efa e coparticipação (2024) os profissionais em saúde etilistas possuem até 4 vezes mais chances de desenvolver *burnout* em comparação aos enfermeiros que não consumiam álcool, dado que este evoca emoções negativas que podem levar a estilo de vida em que a busca pelo álcool é uma tentativa de relaxamento. Sendo assim, o etilismo está associado a outros problemas de saúde mental, como depressão e *burnout* em profissionais de saúde, assim como esses mesmos transtornos mentais podem gerar maior consumo alcoólico, por exemplo 3,52% dos médicos, 2,02% enfermeiros e 2,96% para auxiliares de enfermagem possuíam de fato problemas com uso de álcool (PELÁZ-ZUBERBUHLER et al., 2025). A interação entre consumo de álcool e os fatores estressantes associados com depressão quando se analisa profissionais que possuem maior fragilidade em saúde mental, como sintomas mais intensos de depressão (IRIZAR et al., 2025).

Além disso, o estudo de Peláz-Zuberbuhler e colaboradores (2025), os participantes relataram uso nocivo de álcool em concomitância a no mínimo níveis moderados de depressão e *burnout*, depressão e consumo nocivo foi observada em todas profissões analisadas. Homens adoecidos emocionais são mais propensos a relatar consumo de álcool, ainda que a mulheres enfermeiras estejam mais propensas a depressão, ansiedade, autoagressão e ideação suicida, apesar do menor consumo abusivo de álcool (COHEN et al., 2023; PELÁZ-ZUBERBUHLER et al., 2025). Fiorenza et.al., em 2026, demonstrou que o adoecimento mental feminino, sobretudo, durante a pandemia é carga psicológica por função ocupacional, histórico de infecção e gravidade da doença. Ressaltando que a pandemia por COVID-19 como um enorme estressor de saúde mental de profissionais de saúde; envolvendo áreas de risco à exposição ao Sars-Cov-2, uso de EPI, desafios na escassez de suprimentos e equipamentos por longos períodos, sobretudo na primeira onda (GREENBERG et al., 2021).

Lembrando que, como explicado por Koirala e colaboradores (2024), metade dos participantes (médicos e enfermeiros) relataram pelo menos um episódio de ansiedade e depressão, além de 95% do público estudado obtiveram pontuações de baixo risco para dependência de álcool, enquanto apenas cerca de 2% relataram dependência de álcool

consolidada, ou seja, mesmo que exista o consumo de álcool entre profissionais da saúde, as taxas de dependência continuam sendo baixas. O estudo de Magh, Fadahun e Francis de 2023, o consumo de álcool foi 20,9% entre os participantes, com predomínio para sexo masculino e menor probabilidade de relatar consumo alcóolico entre mulheres, acredita-se que a diferença entre os sexos pode estar relacionada aos papéis de gênero tradicionais que podem impedir o consumo excessivo de álcool.

### **Impactos na qualidade de vida e necessidade de estratégia de enfrentamento**

Como ressaltado previamente, a enfermagem quando comparada com a medicina sofre mais eventos estressores e altos níveis de *burnout*, seja por trabalho, fadiga por compaixão, saúde mental fragilizada, e altas taxas de abandono são mais evidentes, com previsão de déficit até 2030, causando carga de trabalho ainda maior aos que permanecerem (FLOWERS et.al., 2024). O estudo de Efa et al., (2024) demonstrou que a falta de apoio social é mais pronunciada em profissionais da enfermagem quando comparados com médicos, o que aumenta as taxas de sofrimento emocional e o consumo alcóolico como medida de relaxamento, enquanto ele pode ser agente de manutenção do adoecimento mental e absenteísmo. Apesar de os médicos possuírem maior taxa de etilismo, somente cerca de 10% são usuários abusivos de álcool, o que pode estar relacionado com a maior tentativa de manter o emprego dado o contexto de saúde pública e economia do país, além de o reconhecimento dos danos à saúde de maneira global causada pelo álcool (COHEN et al., 2023; GREENBERG et al., 2021).

12

No entanto, como avaliou o estudo canadense de Mountjoy et.al., (2023), os acadêmicos de medicina também enfrentam piora na qualidade de vida desde a graduação, o que entrega para o mercado de trabalho profissionais médicos com maiores taxas de problemas emocionais dado que os agentes estressores psicológicos podem causar depressão, abuso de álcool, alterações no sono e ideação suicida em até 18% da população estudada. Além disso, o estudo de Flowers et.al., de 2024, também evidenciou padrão emocional semelhante entre acadêmicos de enfermagem do quarto ano de graduação, expondo estes indivíduos às maiores chances de *burnout*, apesar da menor associação com o etilismo isso pode estar relacionado com o maior público feminino presente na enfermagem, como visto na pesquisa de Fiorenza e colaboradores (2026). Peláz-Zuberbuhler e colaboradores (2025) destaca que médicos homens possuem maior ocorrência de consumo nocivo de álcool, além da carga horária de serviço aumentada que também é componente para esse etilismo tanto para médicos quanto enfermeiros, acarretando na piora da saúde mental e aumento do absenteísmo por doença, sobretudo na piora da garantia

da segurança do paciente. Apesar da necessidade da abordagem de enfrentamento, Magh, Fadahun e Francis (2023) demonstrou em seu estudo que cerca de 21% dos 330 participantes estavam sob cuidados psicológicos com abordagem sobre consumo de álcool, depressão, ansiedade e ideação suicida.

Koirala e colaboradores (2024) estudaram como o isolamento social e a alta carga de trabalho durante a pandemia por COVID-19 pioraram a qualidade de vida dos profissionais de saúde, e ressaltou que medidas não farmacológicas de enfrentamento como atividades no tempo livre como jardinagem, leitura, meios de entretenimento (músicas, séries e filmes), além do apoio psicológico especializado como o treinamento de resiliência, grupos de psicoeducação, terapia cognitivo-comportamental (TCC). Além disso, a prática de esportes durante a graduação de medicina se demonstrou como uma ferramenta importante de socialização e mitigação do adoecimento emocional, pois na pesquisa desempenhada por Mountjoy et al., em 2023, a prevalência dos sintomas de saúde mental foram de 24 % a 40% para sofrimento psicológico, 15% a 30% de ansiedade, 19% a 26% depressão, 23% a 39% em distúrbios do sono, 49% a 55% para abuso de álcool, 5% a 10%. Destaca-se também, o enfrentamento do álcool também pode ocorrer de maneira farmacológica, em destaque a Naltrexona constitui primeira linha no tratamento, podendo ser associada também a outros fármacos como Gabapentina, Topiramato; destaca-se também o Dissulfiram, o qual age causando efeito aversivo ao consumo de álcool (POORMAN, MCQUADE, MESSMER, 2024). Portanto, é crucial que esses profissionais de saúde possam ter acesso ao tratamento não farmacológico e farmacológico, quando bem indicado, para que seja possível a manutenção dos problemas mentais associados.

## CONCLUSÃO

A depressão constitui-se como papel crucial no processo de associação entre outras comorbidades psiquiátricas e o consumo de álcool. É possível entender com o presente estudo que o sofrimento psíquico pode iniciar-se ainda durante a graduação, tanto para medicina quanto enfermagem, dado que a mudança na rotina, adaptação ao cenário acadêmico e infortúnios inerentes à prática do cuidado em saúde são potencializadores de sintomas depressivos, ansiedade, TEPT e até mesmo *burnout*.

Vale ressaltar também que o sexo feminino está mais associado a maior gravidade dos desfechos depressivos, como automutilação e ideação suicida, enquanto homens ainda que adoecidos mentalmente recorrem em maior proporção ao consumo de álcool. O etilismo possuiu duas nuances presentes nesse estudo: a primeira em que o álcool funciona como estratégia para

o sofrimento mental em relação ao trabalho em saúde; a segunda como contribuidor para o maior adoecimento psíquico.

Apesar de as situações potencialmente padecedoras presentes desde a graduação, a taxa de profissionais em saúde que buscam cuidado psicológico ou apoio social ainda é baixa. Além disso, mesmo que o consumo de álcool nesse público seja evidente, ainda existe baixa prevalência para dependência por essa substância. Vale ressaltar também que as estratégias de enfrentamento da sinergia entre depressão e consumo de álcool necessita de abordagens que podem ser não farmacológicas e/ou farmacológicas.

O presente estudo apresenta como principal limitação a quantidade de artigos revisados que associavam o adoecimento mental e o consumo de álcool em profissionais de saúde. Espera-se que no futuro, mais estudos possam ser realizados com objetivo de avaliar com maior acurácia e evidência científica robusta acerca da concomitância de transtorno depressivo e o etilismo nos profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS

1. AMERICAN ACADEMY OF FAMILY PHYSICIANS. Medications for alcohol use disorder. *American Family Physician*, ed. 5, p. 155-161, 2014.
2. BROOKS, S. K. et al. Pandemic-related mental health risk among front line personnel. *Journal of Psychosomatic Research*, Amsterdã, v. 140, 110290, 2021.
3. COHEN, M. et al. Mental health outcomes in frontline healthcare workers in Brazil during the COVID-19 epidemic: results of an online survey in four regions using respondent-driven sampling (RDS). *Comprehensive Psychiatry*, Amsterdã, v. 126, 2023.
4. COUTINHO, A. F. et.al. Relação do álcool com sintomas ansiosos e depressivos em estudantes universitários da região de Barbacena. *Revista Médica de Minas Gerais*, Belo Horizonte, v. 34, supl. 3, 2024.
5. EFA, A. G. et al. Prevalence of burnout and associated factors among nurses working in public hospitals, southern Ethiopia: a multi-center embedded mixed study. *Scientific Reports*, Londres, v. 14, n. 1, 31268, 2024.
6. FLOWERS, S.-L. D. A. et al. Compassionate care: a qualitative exploration of nurses' inner resources in the face of burnout. *Nursing Reports*, Basel, v. 14, n. 1, p. 66-77, 2024.
7. FIORENZA, N. G. et al. Psychological distress, resilience, and immunoinflammatory signatures in healthcare workers during COVID-19. *Stress and Health*, Hoboken, v. 42, n. 1, e70146, 2026.
8. GREENBERG, N. et al. Mental health of staff working in intensive care during COVID-19. *Occupational Medicine*, Oxford, v. 71, n. 2, p. 62-67, 2021.

9. GOMES, R. S. M et.al. Transtornos depressivos em profissionais de saúde. *Revista de Medicina e Saúde de Brasília*. v. 11, n. 1, p. 122-128. 2015.
10. HENNEIN, R.; MEW, E. J.; LOWE, S. R. Socio-ecological predictors of mental health outcomes among healthcare workers during the COVID-19 pandemic in the United States. *PLOS ONE*, São Francisco, v. 16, n. 2, e0246602, 2021.
11. IRIZAR, P. et al. Longitudinal associations between alcohol use, occupational stressors, and mental health among healthcare and ancillary workers in the United Kingdom during the COVID-19 pandemic (UK-REACH). *BMC Medicine*, Londres, v. 23, 2025.
12. JULIO, R. S.; et.al. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, São Carlos, v. 30, e2997, 2022.
13. KOIRALA, S. et al. Point-prevalence survey of antimicrobial use in intensive care units in Nepal. *Antimicrobial Stewardship & Healthcare Epidemiology*, Cambridge, v. 4, n. 1, 2024.
14. LACERDA, I. L. F. et.al. Incidência da ansiedade e depressão nos profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. *Revista Acervo Saúde*. v. 24, n. 10, 2024. Acesso em: 10 abr. 2026.
15. MAGH, F.; FADAHUN, O.; FRANCIS. Prevalence and correlates of alcohol use, mental disorders, and awareness and utilization of support services among healthcare professionals in West Rand District, Gauteng, South Africa: a cross-sectional study. *BMJ Open*, Londres, v. 13, 2023.
16. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Bebidas alcoólicas no Brasil: Disponibilidade, Marketing e Desafios regulatórios. Brasília-DF. p. 15-24, 2023.
17. MONTEIRO, G. M. C. et al. Psychiatric symptoms, burnout and associated factors in psychiatry residents. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, Porto Alegre, v. 43, n. 3, p. 207-216, 2021.
18. MOUNTJOY, M. et al. Implementation of the International Olympic Committee Sport Mental Health Assessment Tool 1: screening for mental health symptoms in a Canadian multisport university program. *Clinical Journal of Sport Medicine*, Filadélfia, v. 33, n. 1, p. 5-12, 2023.
19. OLINDA, G. A. et.al. Alcoolismo em profissionais de saúde: Uma Revisão Sistemática. *Revista de Saúde Pública de Santa Catarina, Florianópolis*, v. 13, n. 1, p. 1, 2023.
20. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Depression. Genebra: World Health Organization, 2025. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 20 fev. 2026.
21. PELÁEZ-ZUBERBUHLER, J. et al. Problem drinking and comorbidity with mental ill health: a cross-sectional study among healthcare workers in Sweden. *Alcohol and Alcoholism*, Oxford, v. 60, n. 3, 2025.
22. POORMAN, E.; MCQUADE, B. M.; MESSMER, S. Medications for alcohol use disorder. *American Family Physician*, Leawood, v. 109, n. 1, p. 71-78, 2024.

23. SILVA, C. A .P. et.al. A associação entre consumo de álcool e sintomas depressivos em estudantes do Centro Universitário Estácio de Ribeirão Preto. INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE BRASÍLIA. *Revista Eixo*, Brasília-DF, v. 11, n. 3. 2022.
24. WANG, X. et al. Workplace violence inflicted by patients or their family members/visitors and its relationship with suicidal ideation among undergraduate medical students during clinical training in China. *Annals of Medicine*, Londres, v. 55, n. 2, 2023.