

ENTRE O CUIDAR E O ADOECER: REVISÃO DA LITERATURA SOBRE A SAÚDE MENTAL E A QUALIDADE DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM EM CONTEXTO HOSPITALAR

BETWEEN CARING AND FALLING ILL: A LITERATURE REVIEW ON THE MENTAL HEALTH AND QUALITY OF LIFE OF NURSING PROFESSIONALS IN HOSPITAL SETTINGS

Bruna Sabrina Cardoso Oliveira¹

Daniella Mesquita de Matos²

Moisés Bezerra Sousa³

Débora Maia Lemos⁴

RESUMO: **Introdução:** A saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam em ambiente hospitalar configurou-se, nos últimos anos, como um problema de saúde pública de crescente relevância, em razão da sobrecarga laboral crônica, da exposição contínua ao sofrimento e à morte e da insuficiência de suporte organizacional enfrentadas por esses trabalhadores. **Objetivo:** analisar e sintetizar as evidências científicas disponíveis na literatura acerca dos fatores que influenciam a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes no ambiente hospitalar. **Método:** trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca nas bases SciELO, PubMed e LILACS, utilizando descritores DeCS/MeSH combinados pelos operadores booleanos AND e OR (saúde mental, profissionais de enfermagem, enfermagem hospitalar, qualidade de vida, esgotamento profissional, burnout, ansiedade, depressão, sobrecarga de trabalho e condições de trabalho), no período de 2022 a 2025, em língua portuguesa. A seleção ocorreu em três etapas, a saber: leitura de títulos, leitura de resumos e, por fim, leitura na íntegra, com extração independente por dois pesquisadores e resolução de divergências por um terceiro. **Resultados:** os doze estudos incluídos indicaram que a sobrecarga de trabalho, o dimensionamento inadequado de pessoal e a insuficiência de suporte organizacional constituem os principais estressores ocupacionais, associados a prevalências relevantes de ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout, sobretudo em setores de alta complexidade. Estratégias de enfrentamento individuais mostraram-se úteis, porém insuficientes quando não acompanhadas de intervenções institucionais estruturadas. **Considerações finais:** os achados confirmam a hipótese de que a sobrecarga crônica e a insuficiência de suporte organizacional estão associadas ao adoecimento mental da enfermagem hospitalar, reforçando a necessidade de políticas institucionais que combinem suporte psicológico individual com mudanças estruturais nas condições de trabalho.

Descritores: Saúde Mental. Enfermeiras e Enfermeiros. Qualidade de Vida. Esgotamento Profissional. Condições de Trabalho.

¹ Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário FAMETRO.

² Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário FAMETRO.

³ Acadêmico do curso de Enfermagem do Centro Universitário FAMETRO.

⁴ Orientadora e professora do curso de Enfermagem do Centro Universitário FAMETRO.

ABSTRACT: Introduction: The mental health of nursing professionals working in hospital settings has become an increasingly relevant public health concern, due to chronic work overload, continuous exposure to suffering and death, and insufficient organizational support faced by these workers. **Objective:** to analyze and synthesize the scientific evidence available in the literature regarding the factors influencing the quality of life and mental health of nursing professionals working in hospital settings. **Method:** this is an integrative literature review, with searches conducted in the SciELO, PubMed, and LILACS databases, using combined DeCS/MeSH descriptors through the Boolean operators AND and OR (mental health, nursing professionals, hospital nursing, quality of life, professional burnout, burnout, anxiety, depression, work overload, and working conditions), covering the period from 2022 to 2025, in Portuguese. Selection occurred in three stages, namely: reading of titles, reading of abstracts, and, finally, reading of full texts, with independent data extraction by two researchers and disagreement resolution by a third. **Results:** the twelve included studies indicated that work overload, inadequate staffing, and insufficient organizational support are the main occupational stressors, associated with relevant prevalences of anxiety, depression, and Burnout Syndrome, especially in high-complexity settings. Individual coping strategies proved useful but insufficient when not accompanied by structured institutional interventions. **Final considerations:** the findings confirm the hypothesis that chronic overload and insufficient organizational support are associated with the mental illness of hospital nursing staff, reinforcing the need for institutional policies that combine individual psychological support with structural changes in working conditions.

Descriptors: Mental Health. Nurses. Quality of Life. Burnout. Professional. Working Conditions.

INTRODUÇÃO

A enfermagem é uma das profissões mais essenciais no sistema de saúde, sendo responsável por grande parte do cuidado direto aos pacientes, especialmente no ambiente hospitalar. Contudo, o exercício dessa profissão expõe os trabalhadores a desafios físicos, emocionais e psicológicos que impactam significativamente sua saúde mental (MARTINS *et al.*, 2024).

Estudos apontam que os transtornos mentais e comportamentais entre enfermeiros se tornaram uma preocupação alarmante no cenário da saúde pública. Dentre as doenças ocupacionais mais frequentes, destacam-se a síndrome de Burnout, o estresse crônico e os transtornos de ansiedade e depressão, especialmente entre profissionais que atuam em unidades de terapia intensiva (UTI) e setores de emergência, onde a pressão emocional e física é mais intensa (ALVES *et al.*, 2022).

A pandemia de COVID-19 ampliou significativamente os níveis de estresse e sofrimento emocional entre os profissionais de enfermagem, que se viram na linha de frente do combate à crise sanitária. Além da alta demanda de trabalho, esses profissionais enfrentaram o medo constante de contaminação, a escassez de equipamentos de proteção individual (EPIs) e

a perda de colegas e pacientes, o que potencializou o desenvolvimento de quadros de ansiedade, depressão, insônia e síndrome de Burnout (ALVES *et al.*, 2022).

A sobrecarga de trabalho é apontada como um dos principais agravantes do adoecimento mental. Longas jornadas, múltiplos vínculos empregatícios, baixa remuneração e a necessidade de conciliar a vida profissional com as demandas familiares geram um desgaste acumulado que dificulta a recuperação emocional e contribui para o aumento de transtornos como depressão e ansiedade (SANTOS; MARTINS, 2022; SOUZA, 2023). Profissionais que atuam em unidades de emergência e terapia intensiva são particularmente afetados, pois lidam diariamente com situações de vida ou morte, o que eleva o risco de esgotamento mental e de transtornos de estresse (MARTINS *et al.*, 2024; ALVES *et al.*, 2022).

As manifestações mais comuns dos transtornos mentais entre os profissionais de enfermagem incluem ansiedade, depressão, insônia, fadiga, irritabilidade, dificuldade de memória e concentração, além de sintomas físicos como cefaleia e desgaste corporal (SOUZA, 2023). Em casos mais graves, o sofrimento psíquico pode evoluir para o suicídio, sendo fundamental compreender os fatores envolvidos para a implementação de medidas preventivas (SOUZA, 2023). O uso de substâncias psicoativas como estratégia de enfrentamento do estresse ocupacional também foi identificado em alguns estudos, agravando ainda mais o quadro de adoecimento mental (MARTINS *et al.*, 2024).

3

A saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam em ambiente hospitalar configurou-se, assim, como um problema de saúde pública de crescente relevância, especialmente diante das condições adversas de trabalho, da sobrecarga emocional e da exposição contínua a situações de sofrimento e morte. Pesquisa realizada com 302 profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência, incluindo Unidades de Terapia Intensiva e Pronto-Socorro, identificou prevalência de 20,5% para transtornos mentais comuns, sendo essa prevalência consideravelmente mais elevada entre os profissionais que atuavam nesses setores de alta complexidade e entre aqueles que ocupavam o cargo de enfermeiro, indicando que as condições de trabalho nesses ambientes favorecem significativamente o adoecimento mental (MOURA, R. C. D. *et al.*, 2022). Os autores destacaram que o ritmo acelerado, as longas jornadas, a intensa responsabilidade e a convivência com a morte e o sofrimento dos pacientes se configuraram como estressores ocupacionais determinantes para o desencadeamento de sintomas como insônia, irritabilidade, fadiga, dificuldade de concentração e queixas somáticas.

No contexto específico dos cuidados paliativos, a proximidade constante com a finitude e o sofrimento das famílias impõe desafios adicionais à saúde mental dos profissionais de enfermagem. Estudo realizado com 25 profissionais atuantes em um hospital filantrópico oncológico revelou níveis moderados de exaustão e de desengajamento, mensurados por meio da escala Oldenburg Burnout Inventory, instrumento voltado à avaliação da Síndrome de Burnout em adultos de diversas áreas de trabalho, indicando fadiga emocional e perda de interesse pela prática profissional, mesmo sem que os participantes alcançassem o estágio crítico de Burnout (SANTOS; OLIVEIRA; ALMEIDA, 2024).

Apesar do reconhecimento crescente do impacto do trabalho hospitalar sobre a saúde mental da equipe de enfermagem, as políticas institucionais e públicas ainda se mostravam insuficientes para lidar com a magnitude do problema. Os estudos convergiram ao apontar a carência de estratégias efetivas de enfrentamento e a necessidade premente de intervenções que promovessem o suporte psicológico contínuo, a melhoria das condições laborais e a valorização profissional. Diante desse cenário, a presente pesquisa buscou aprofundar a compreensão dos fatores que associam o cuidado ao adoecimento, bem como identificar as intervenções capazes de promover resiliência e qualidade de vida entre os profissionais de enfermagem em contexto hospitalar.

4

Para orientar esta revisão da literatura, foi formulada a seguinte questão norteadora, estruturada segundo a estratégia PICO: profissionais de enfermagem hospitalar (P) expostos à sobrecarga laboral crônica e à insuficiência de suporte organizacional (I) apresentam maior prevalência de transtornos mentais comuns, com manifestações de ansiedade, depressão, Síndrome de Burnout e Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), e pior qualidade de vida (O) quando comparados àqueles com menor sobrecarga e suporte adequado (C)?

A partir dessa questão, objetivou-se, com este estudo, analisar e sintetizar as evidências científicas disponíveis na literatura acerca dos fatores que influenciam a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes no ambiente hospitalar. Especificamente, buscou-se: a) identificar os principais fatores de risco e estressores ocupacionais relacionados à qualidade de vida e ao bem-estar psicológico desses profissionais; b) descrever as manifestações de transtornos mentais comuns (ansiedade, depressão, Síndrome de Burnout e TEPT) na equipe de enfermagem hospitalar; e c) apontar estratégias de

enfrentamento e intervenções institucionais eficazes na promoção da resiliência, na melhoria da qualidade de vida e na prevenção do adoecimento mental.

Partiu-se da hipótese de que a sobrecarga laboral crônica, aliada à insuficiência de suporte organizacional e à exposição contínua a situações de elevado desgaste emocional, tais como o sofrimento e a morte de pacientes, estaria diretamente associada ao desenvolvimento de transtornos mentais comuns, especialmente ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout, entre profissionais de enfermagem em contexto hospitalar. Supôs-se, por outro lado, que a implementação de estratégias institucionais de enfrentamento, tais como pausas laborais, acolhimento psicológico e gestão humanizada, atuaria como fator protetivo, capaz de promover resiliência, melhorar a qualidade de vida e reduzir o adoecimento mental nessa categoria profissional.

A escolha desta temática justificou-se pela crescente produção científica que evidencia o adoecimento mental entre profissionais de enfermagem atuantes em hospitais, diretamente associado à sobrecarga laboral crônica, à exposição contínua ao sofrimento e à morte de pacientes, bem como à insuficiência de suporte organizacional. Estudos recentes apontam taxas alarmantes de ansiedade, depressão, Síndrome de Burnout e Transtorno de Estresse Pós-Traumático nessa categoria, comprometendo não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada.

5

Do ponto de vista social e teórico, esta pesquisa justificou-se pelo reconhecimento de que a saúde mental dos profissionais de enfermagem repercute diretamente na segurança do cuidado, no absenteísmo e na rotatividade da equipe, afetando a sustentabilidade do sistema de saúde. Embora existam publicações isoladas sobre Burnout ou ansiedade nessa população, ainda eram escassos os trabalhos que reuniam evidências sobre estratégias de enfrentamento, tais como pausas laborais, acolhimento psicológico e gestão humanizada, aplicáveis à realidade dos hospitais brasileiros. Assim, esta revisão integrativa buscou sintetizar e atualizar o conhecimento disponível, preenchendo lacunas e orientando futuras investigações e políticas setoriais.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, modalidade que permite a síntese de conhecimentos já produzidos sobre determinada temática, a partir de estudos com diferentes

delineamentos metodológicos, com vistas a identificar lacunas do conhecimento e direcionar práticas e investigações futuras. A presente revisão foi conduzida com o objetivo de analisar as evidências científicas disponíveis acerca dos fatores que influenciam a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes em contexto hospitalar.

A construção deste estudo seguiu seis etapas características da revisão integrativa: 1) identificação do tema e formulação da questão norteadora, estruturada segundo a estratégia PICO; 2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão e busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) avaliação crítica dos estudos incluídos; 5) interpretação dos resultados; e 6) síntese do conhecimento produzido.

A busca dos estudos foi realizada nas seguintes bases de dados eletrônicas: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (PubMed) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Foram utilizados descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, a saber: “saúde mental”, “profissionais de enfermagem”, “enfermagem hospitalar”, “qualidade de vida”, “esgotamento profissional”, “burnout”, “ansiedade”, “depressão”, “sobrecarga de trabalho” e “condições de trabalho”. As estratégias de busca foram adaptadas para cada base de dados, respeitando suas especificidades terminológicas.

6

Foram incluídos artigos originais, revisões de literatura, estudos observacionais e relatos de pesquisa disponíveis na íntegra e gratuitamente, publicados no período de 2022 a 2025, em língua portuguesa, que abordassem diretamente fatores associados à saúde mental e/ou à qualidade de vida de profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, anais de eventos, teses e dissertações completas quando não disponibilizadas em formato de artigo, estudos duplicados entre as bases, e trabalhos que não abordassem diretamente a equipe de enfermagem hospitalar ou que focassem exclusivamente em outros níveis de atenção à saúde.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas sucessivas: leitura de títulos, leitura de resumos e, por fim, leitura na íntegra dos artigos pré-selecionados. A extração dos dados foi realizada de forma independente por dois pesquisadores, por meio de um formulário estruturado contendo título, autoria, ano de publicação, periódico, base de dados, delineamento do estudo, nível de evidência, principais resultados e síntese das conclusões; eventuais divergências entre os pesquisadores foram resolvidas por um terceiro componente, em acordo comum.

Os resultados foram organizados em categorias temáticas correspondentes aos objetivos específicos do estudo, a saber: (1) fatores de risco e estressores ocupacionais associados à saúde mental e à qualidade de vida; (2) manifestações dos transtornos mentais comuns na equipe de enfermagem hospitalar; e (3) estratégias de enfrentamento e intervenções institucionais voltadas à promoção da resiliência e da qualidade de vida.

Por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, fundamentada em dados secundários de domínio público, extraídos de produções científicas já publicadas e sem contato direto com seres humanos, dispensou-se a submissão do presente estudo ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), em conformidade com o disposto na Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

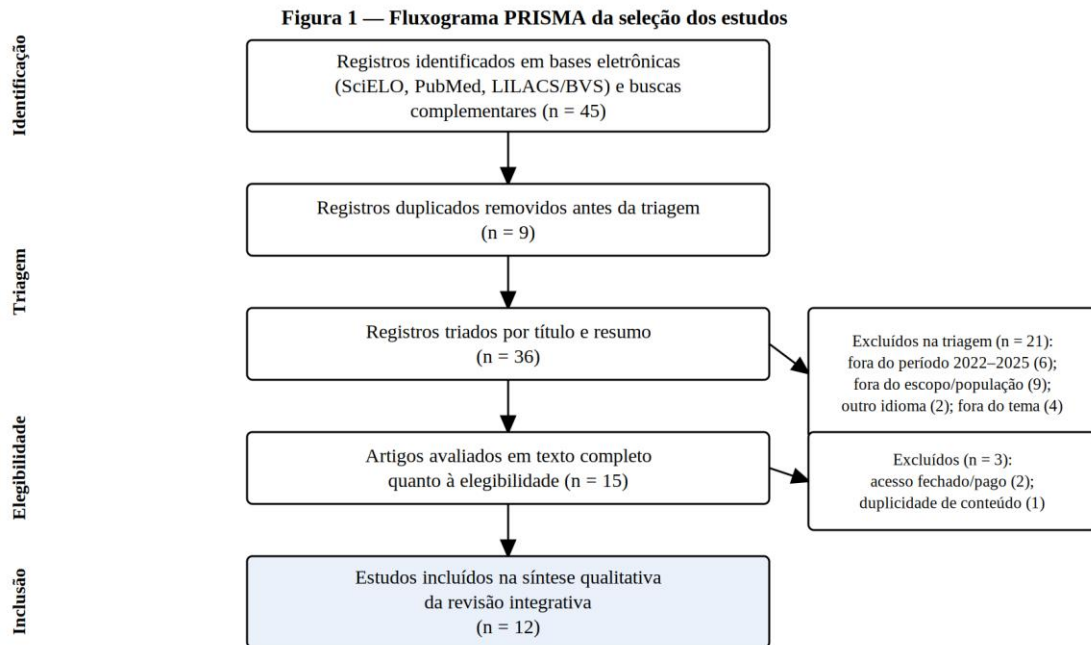
RESULTADOS E DISCUSSÃO

A síntese apresentada a seguir baseia-se em um levantamento amplo realizado nas bases eletrônicas previstas na metodologia, com leitura na íntegra dos artigos selecionados e extração dos dados diretamente das seções de métodos e resultados de cada estudo. Os achados foram organizados nas três categorias temáticas correspondentes aos objetivos específicos desta revisão.

7

Caracterização dos estudos incluídos

O levantamento inicial identificou 45 registros nas bases eletrônicas e em buscas complementares. Após a remoção de 9 duplicatas, 36 registros foram triados por título e resumo, dos quais 21 foram excluídos por estarem fora do período 2022–2025, fora do escopo (equipe de enfermagem hospitalar), em outro idioma ou fora do tema. Os 15 artigos remanescentes foram avaliados quanto à elegibilidade (acesso aberto e texto completo disponível), resultando na exclusão de 3 (2 de acesso fechado e 1 por duplicidade de conteúdo com outro estudo já incluído). A amostra final é composta por 12 estudos, publicados entre 2022 e 2025, em periódicos de acesso aberto brasileiros. O fluxo de seleção é apresentado na Figura 1.



Fonte: elaborado pelos autores (2026), adaptado de PAGE et al. (2021).

Quadro 1: Síntese dos estudos incluídos na revisão integrativa

Nº	Autor(es)/Ano	Periódico	Delineamento	Categoria	Principal resultado
1	MOURA, R. C. D. et al., 2022	Acta Paulista de Enfermagem	Transversal (n=302)	Cat. 1	Prevalência de 20,5% de transtornos mentais comuns, mais elevada em UTI/PS e no cargo de enfermeiro.
2	SANTOS; OLIVEIRA; ALMEIDA, 2024	Rev. Bras. Reabilitação e Ativ. Física	Transversal (n=25)	Cat. 2	Níveis moderados de exaustão e desengajamento (OLBI), oncologia/paliativo.
3	JESUS et al., 2024	Contribuciones a las Ciencias Sociales	Revisão integrativa (N=8)	Cat. 2	Sintomatologia positiva para burnout, estresse, depressão e TEPT.
4	SANTOS, B. V. et al., 2023	Rev. Enferm. UFSM	Revisão integrativa (N=11)	Cat. 3	Treinamento de habilidades, teleassistência e resiliência reduziram sintomas.

Nº	Autor(es)/Ano	Periódico	Delineamento	Categoria	Principal resultado
5	OLIVEIRA, M. S. S. <i>et al.</i> , 2025	Cogitare Enfermagem	Transversal (n=97)	Cat. 1/3	35,1% com diagnóstico de transtorno mental; reavaliação positiva foi a estratégia mais usada.
6	TEIXEIRA, H. C. <i>et al.</i> , 2025	ARACÊ	Revisão integrativa (N=15)	Cat. 1	Sobrecarga, falta de apoio emocional e condições organizacionais inadequadas favorecem a SB.
7	SERRA <i>et al.</i> , 2025	Rev. Soc. Bras. Psicologia Hospitalar	Transversal (n=157)	Cat. 2	Burnout em 51,6% dos enfermeiros de UTI-Covid; exaustão emocional 58%.
8	SACCOMANN; OLIVEIRA; BRANTS, 2024	Rev. Eletrônica de Enfermagem	Transversal (n=112)	Cat. 1/3	Estresse ocupacional associado às estratégias de coping adotadas pela equipe.
9	DIAS <i>et al.</i> , 2024	Rev. Enferm. Atual In Derme	Transversal/exploratório	Cat. 1/2	Fatores associados a estresse, ansiedade e depressão um ano após a pandemia.
10	ALMEIDA, A. F. N. <i>et al.</i> , 2025	Rev. Enfermagem UERJ	Transversal (n=44)	Cat. 2	Depressão 38,6%, ansiedade 29,5% e estresse 38,6% em pronto-socorro.
11	MOURA, M. N. <i>et al.</i> , 2025	Revista JRG de Estudos Acadêmicos	Revisão integrativa (N=20)	Cat. 1/2	Burnout gera fadiga crônica, distúrbios do sono e queda no desempenho profissional.
12	MENDES, T. M. C. <i>et al.</i> , 2024	Rev. Brasileira de Cancerologia	Revisão sistemática (N=39)	Cat. 1/3	Distanciamento emocional, apoio institucional e lazer ocupacional como estratégias, em equipe oncológica

Nº	Autor(es)/Ano	Periódico	Delineamento	Categoria	Principal resultado
					multiprofissional (enfermagem majoritária).

Fonte: Elaborado pelos autores (2026)

Fatores de risco e estressores ocupacionais associados à saúde mental e à qualidade de vida

Os doze estudos reunidos nesta revisão convergem ao apontar a sobrecarga de trabalho como o estressor ocupacional mais determinante para o adoecimento mental da equipe de enfermagem hospitalar. No estudo de MOURA, R. C. D. *et al.* (2022), realizado com 302 profissionais de serviços de urgência e emergência, atuar em setores de alta complexidade, como Unidade de Terapia Intensiva e Pronto Socorro, e ocupar o cargo de enfermeiro aumentaram consideravelmente a chance de desenvolver transtornos mentais comuns. O achado reforça que a complexidade do setor de atuação, e não apenas a jornada de trabalho isoladamente, funciona como um multiplicador de risco para o sofrimento psíquico.

TEIXEIRA, H. C. *et al.* (2025) chegaram a conclusões semelhantes ao conduzir uma revisão integrativa de 15 estudos nacionais publicados entre 2019 e 2023, estruturada segundo o protocolo PEO, sigla para população, fenômeno de interesse e resultados, e realizada na Biblioteca Virtual em Saúde. Os autores identificaram que a sobrecarga de trabalho, a falta de apoio emocional, as condições organizacionais inadequadas e a ausência de reconhecimento profissional figuram entre os principais fatores de risco para a Síndrome de Burnout entre enfermeiros brasileiros. Um achado relevante desse estudo é que a pandemia de COVID-19 não criou esses estressores, apenas os intensificou, expondo fragilidades estruturais que já existiam nos serviços de saúde antes da crise sanitária.

O efeito duradouro da pandemia sobre a saúde mental da enfermagem é evidenciado com detalhe por DIAS *et al.* (2024), que avaliaram 106 profissionais de uma unidade específica de atendimento a pacientes com COVID-19, um ano após o início do enfrentamento à doença. A amostra era composta majoritariamente por mulheres (87,7%) e técnicos de enfermagem (77,4%). Os autores verificaram que os sintomas de ansiedade, depressão e estresse permaneciam associados à categoria profissional, ao tipo de vínculo empregatício, à sobrecarga de trabalho e ao nível de satisfação e motivação no trabalho, demonstrando que os efeitos da

crise sanitária sobre a saúde mental da equipe de enfermagem não se dissiparam com o fim da fase aguda da pandemia.

SACCOMANN, OLIVEIRA e BRANTS (2024) aprofundam essa análise ao comparar diretamente enfermeiros e técnicos de enfermagem de um hospital do interior paulista quanto ao estresse ocupacional decorrente do cuidado direto a pacientes com COVID-19. Utilizando o Inventário de Estresse de Enfermeiros, os autores identificaram nível elevado de estresse ocupacional tanto entre enfermeiros quanto entre técnicos de enfermagem, sendo a pontuação significativamente maior entre os enfermeiros para os fatores intrínsecos ao próprio trabalho. As relações interpessoais no ambiente hospitalar se destacaram como a principal fonte de estresse identificada no estudo, achado que amplia o foco tradicionalmente centrado apenas na carga horária e no volume assistencial.

OLIVEIRA, M. S. S. *et al.* (2025) acrescentam a esse quadro os aspectos sociodemográficos associados ao adoecimento, ao descrever que a maioria dos enfermeiros pesquisados em um hospital universitário de Maceió era composta por mulheres, de cor parda, casadas e mães, reforçando a sobreposição entre as demandas profissionais e as demandas familiares como um fator de vulnerabilidade adicional. Já MOURA, M. N. *et al.* (2025), em revisão integrativa de 20 estudos publicados entre 2020 e 2024, situam o cotidiano exaustivo, a sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento institucional como elementos que se retroalimentam, intensificando progressivamente o adoecimento físico e mental dos enfermeiros hospitalares.

Por fim, MENDES, T. M. C. *et al.* (2024), em revisão sistemática que analisou 644 estudos e selecionou 39 para a amostra final, acrescentam uma dimensão pouco explorada nos demais estudos: o enfrentamento cotidiano da morte e o despreparo técnico e emocional para lidar com o sofrimento do paciente, identificados como as causas mais frequentes de adoecimento psicoemocional entre trabalhadores de hospitais oncológicos, entre os quais a equipe de enfermagem constitui a categoria profissional mais representada. Tomados em conjunto, os estudos analisados nesta categoria sugerem que os estressores ocupacionais da enfermagem hospitalar não se restringem à quantidade de trabalho: envolvem igualmente a qualidade do suporte institucional recebido, a natureza das relações interpessoais na equipe e a intensidade emocional do contato cotidiano com o sofrimento e a morte, três eixos que precisam ser considerados de forma conjunta em qualquer proposta de intervenção.

Em conjunto, esses estressores podem ser compreendidos à luz do Modelo de Demandas e Recursos no Trabalho, amplamente utilizado na literatura internacional sobre saúde ocupacional, segundo o qual o adoecimento psíquico tende a se instalar quando as demandas impostas pelo trabalho, como a sobrecarga assistencial, a complexidade dos casos e a exposição ao sofrimento, superam os recursos disponíveis para enfrentá-las, como o apoio da chefia, o dimensionamento adequado de pessoal e o reconhecimento profissional. Essa perspectiva ajuda a compreender por que os ambientes de alta complexidade concentram as maiores prevalências de adoecimento identificadas nesta revisão: não é apenas o volume de trabalho que adocece, mas o desequilíbrio persistente entre o que se exige do profissional e o que a instituição oferece como suporte para que ele dê conta dessas exigências.

Manifestações dos transtornos mentais comuns na equipe de enfermagem hospitalar

As manifestações identificadas nos estudos incluídos nesta revisão são heterogêneas tanto em prevalência quanto em gravidade, o que reflete, em parte, a diversidade de instrumentos utilizados para mensurá-las. SERRA *et al.* (2025) identificaram Síndrome de Burnout em 51,6% de uma amostra de 157 enfermeiros de Unidades de Terapia Intensiva-Covid-19 na Amazônia, com exaustão emocional elevada em 58% dos participantes, despersonalização em 36,9% e níveis médios de realização profissional em 45,2%. Os autores utilizaram o Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS), um dos instrumentos mais utilizados internacionalmente para avaliar as três dimensões clássicas do burnout, e identificaram, por meio de regressão logística, que a exaustão emocional esteve associada a ser do sexo feminino, morar sozinho, possuir vínculo emergencial e realizar horas extras.

Resultados igualmente relevantes foram descritos por OLIVEIRA, M. S. S. *et al.* (2025), que constatarem diagnóstico prévio de transtorno mental em 35,1% dos enfermeiros de um hospital universitário de Maceió, com maior comprometimento na dimensão de obsessividade e compulsividade, avaliada por meio da Escala de Avaliação de Sintomas de 40 itens revisada. Chama atenção o fato de que 8,2% dos participantes já realizavam acompanhamento psicológico e 7,2% acompanhamento psiquiátrico no momento da coleta de dados, o que indica que uma parcela significativa da equipe já buscava ajuda profissional por conta própria, mesmo na ausência de programas institucionais estruturados de suporte à saúde mental.

ALMEIDA, A. F. N. *et al.* (2025), ao avaliarem profissionais de um pronto-socorro adulto de Minas Gerais por meio da Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), encontraram sintomas de depressão em 38,6% da amostra, de ansiedade em 29,5% e de estresse em 38,6%, entre níveis moderados a extremamente graves. As mulheres apresentaram maiores níveis nos três sintomas em comparação aos homens, os técnicos de enfermagem relataram mais sintomas depressivos, os enfermeiros apresentaram mais ansiedade e estresse, e os profissionais com mais de um vínculo empregatício apresentaram níveis significativamente mais altos do que aqueles com vínculo único.

Em uma perspectiva mais ampla, JESUS *et al.* (2024), em revisão integrativa que analisou 1.901 registros e incluiu oito estudos publicados na última década, verificaram sintomatologia positiva para burnout, estresse, depressão, Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e transtorno mental comum entre profissionais de enfermagem hospitalar. Esse achado evidencia a coexistência frequente de diferentes quadros psicopatológicos nessa categoria profissional: raramente um único transtorno se manifesta de forma isolada, o que reforça a necessidade de instrumentos de triagem que avaliem múltiplas dimensões da saúde mental simultaneamente, e não apenas um transtorno específico.

MOURA, M. N. *et al.* (2025) complementam esse panorama ao descrever que, além do sofrimento psíquico propriamente dito, o Burnout se manifesta também por meio de fadiga crônica, distúrbios do sono e queda no desempenho profissional, consequências físicas e comportamentais que reforçam a compreensão do burnout como uma síndrome multidimensional, e não apenas um estado emocional pontual. DIAS *et al.* (2024) acrescentam que, entre profissionais que atuaram diretamente no atendimento a pacientes com COVID-19, praticamente metade da amostra, 49,5%, apresentava sintomas de ansiedade e outra metade, também 49,5%, apresentava sintomas de depressão, prevalências substancialmente mais altas do que as observadas em outros contextos assistenciais analisados nesta revisão.

Tomados em conjunto, os estudos analisados nesta categoria indicam que a avaliação da saúde mental da equipe de enfermagem hospitalar não deveria se restringir a um único instrumento ou a um único transtorno. As prevalências variam conforme o contexto assistencial, sendo mais elevadas em setores críticos como Unidade de Terapia Intensiva, Pronto Socorro e unidades específicas de atendimento à COVID-19, e conforme o instrumento

utilizado, o que dificulta a comparação direta entre os estudos, mas reforça, de forma consistente, a magnitude do problema em toda a categoria profissional.

Do ponto de vista clínico e da gestão em saúde do trabalhador, a coexistência frequente de diferentes transtornos em um mesmo profissional, evidenciada em praticamente todos os estudos analisados nesta categoria, reforça a importância de que os serviços de saúde ocupacional hospitalares adotem protocolos de rastreio periódico e multidimensional da saúde mental da equipe de enfermagem, e não apenas ações pontuais e reativas diante de afastamentos já instalados. O perfil predominantemente feminino, que se repete entre os estudos, sugere ainda que essas ações de vigilância em saúde precisam considerar as particularidades de gênero e de organização do trabalho próprias da enfermagem brasileira.

Estratégias de enfrentamento e intervenções institucionais

Quanto às estratégias de enfrentamento e às intervenções institucionais, SANTOS, B. V. *et al.* (2023) conduziram uma revisão integrativa de onze estudos, envolvendo 1.877 trabalhadores de enfermagem, com seleção realizada em duplo cego. Os autores identificaram que intervenções de treinamento de habilidades socioemocionais, teleassistência e programas de fortalecimento da resiliência reduziram sintomas de depressão, ansiedade, estresse e burnout, além de elevarem a satisfação no trabalho, a adoção de estilos de vida mais saudáveis e o bem-estar geral dos participantes.

14

Os autores alertam, contudo, para uma limitação importante identificada na maior parte dos estudos analisados: essas estratégias concentram-se predominantemente no indivíduo, por meio de treinamentos e programas de autocuidado, e pouco endereçam os aspectos organizacionais e coletivos que originam o problema. Em outras palavras, tratam consequências sem necessariamente atuar sobre as causas estruturais do adoecimento, como o dimensionamento inadequado de pessoal, a sobrecarga de trabalho e a insuficiência de suporte institucional já identificados na primeira categoria temática desta revisão.

No nível individual, OLIVEIRA, M. S. S. *et al.* (2025) constataram, por meio do Inventário de Estratégias de Enfrentamento de Folkman e Lazarus, que a reavaliação positiva, estratégia cognitiva que consiste em reinterpretar a situação estressora sob uma perspectiva mais construtiva, foi o mecanismo de enfrentamento mais utilizado pelos enfermeiros pesquisados. Em contrapartida, a fuga-esquiva, que consiste em evitar ou negar o problema, foi

a estratégia menos utilizada, sugerindo que parte considerável da equipe já mobiliza recursos psicológicos adaptativos mesmo na ausência de suporte institucional formal.

SACCOMANN, OLIVEIRA e BRANTS (2024) chegaram a resultados complementares ao identificar, por meio do Inventário de Respostas de Coping no Trabalho, que as respostas de enfrentamento voltadas à resolução direta do problema apresentaram as maiores médias tanto entre enfermeiros quanto entre técnicos de enfermagem. Esse achado reforça, junto ao de OLIVEIRA, M. S. S. *et al.* (2025), que estratégias de enfrentamento ativas e centradas no problema tendem a predominar sobre estratégias evitativas nessa categoria profissional, mesmo diante de um cenário de sobrecarga crônica.

Em contexto assistencial diferente, MENDES, T. M. C. *et al.* (2024) descrevem que, entre profissionais de hospitais oncológicos, as estratégias de enfrentamento mais relatadas foram o distanciamento emocional em relação aos pacientes, a busca por apoio institucional e da equipe, e a realização de atividades corporais associadas ao lazer ocupacional. O distanciamento emocional, embora funcione como mecanismo protetivo a curto prazo, é discutido pelos autores como uma estratégia potencialmente custosa a longo prazo, na medida em que pode comprometer a qualidade do vínculo terapêutico entre o profissional e o paciente.

Em síntese, os estudos analisados nesta categoria reforçam a importância de que as instituições hospitalares não apenas tolerem, mas promovam ativamente espaços formais de acolhimento psicológico, pausas programadas e dimensionamento adequado de pessoal, combinando iniciativas de suporte individual com mudanças estruturais nas condições de trabalho. Estratégias que atuam isoladamente sobre o indivíduo, sem correspondência em nível organizacional, tendem a produzir alívio pontual, porém insuficiente diante da cronicidade dos estressores identificados ao longo desta revisão.

Ressalta-se, por fim, que a efetividade de qualquer estratégia de enfrentamento depende, em grande medida, do envolvimento da liderança e da gestão de enfermagem na sua implementação e manutenção ao longo do tempo. Programas institucionais implantados de forma isolada, sem adesão da chefia imediata e sem revisão periódica de sua efetividade, tendem a perder força e credibilidade junto à equipe. Nesse sentido, o dimensionamento adequado de pessoal, alinhado a parâmetros normativos da própria categoria profissional, surge nos estudos analisados não apenas como uma medida administrativa, mas como uma condição estrutural

para que as demais estratégias de acolhimento psicológico e promoção da saúde mental possam, de fato, produzir efeito sustentável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa teve como objetivo analisar e sintetizar as evidências científicas disponíveis na literatura acerca dos fatores que influenciam a qualidade de vida e a saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes no ambiente hospitalar. A partir da análise de doze estudos publicados entre 2022 e 2025, foi possível construir um panorama abrangente sobre os estressores ocupacionais, as manifestações psicopatológicas mais frequentes e as estratégias de enfrentamento adotadas por essa categoria profissional, cumprindo de forma satisfatória o propósito geral e os propósitos específicos delineados para este estudo.

De modo geral, os achados evidenciam que a sobrecarga de trabalho, o dimensionamento inadequado de pessoal, a insuficiência de suporte organizacional e a exposição contínua ao sofrimento e à morte constituem os principais fatores de risco e estressores ocupacionais associados ao adoecimento mental da equipe de enfermagem hospitalar, sendo esses fatores particularmente intensos em setores de alta complexidade e em contextos assistenciais emocionalmente exigentes, como a oncologia. Paralelamente, observou-se que as manifestações de transtornos mentais comuns nessa categoria profissional são heterogêneas e frequentemente coexistem em um mesmo indivíduo, incluindo ansiedade, depressão, Síndrome de Burnout e sintomas compatíveis com Transtorno de Estresse Pós-Traumático.

Quanto às formas de enfrentamento desse cenário, as evidências reunidas indicam que estratégias individuais, como a reavaliação positiva e as respostas de enfrentamento centradas no problema, já são mobilizadas espontaneamente por parcela relevante da equipe de enfermagem, mas produzem efeito limitado quando não acompanhadas de intervenções institucionais, como programas de acolhimento psicológico, teleassistência, treinamento de habilidades socioemocionais e, principalmente, mudanças estruturais nas condições de trabalho. Esse conjunto de achados permite afirmar que os objetivos propostos para esta revisão foram alcançados de forma articulada, na medida em que os fatores de risco, as manifestações e as estratégias de enfrentamento se mostraram intimamente relacionados entre si ao longo de toda a análise.

Em resposta à questão norteadora desta revisão, os estudos analisados sustentam que profissionais de enfermagem hospitalar expostos à sobrecarga laboral crônica e à insuficiência de suporte organizacional apresentam maior prevalência de transtornos mentais comuns e indícios de pior qualidade de vida quando comparados àqueles com menor sobrecarga e suporte adequado. A hipótese inicial deste estudo foi, portanto, confirmada pelos achados: a sobrecarga crônica e a insuficiência de suporte organizacional mostraram-se diretamente associadas ao adoecimento mental, ao passo que a implementação de estratégias institucionais de enfrentamento se configurou, nos estudos que as investigaram, como um fator protetivo relevante para a promoção da resiliência e da qualidade de vida.

Como principal contribuição, esta revisão reúne evidências recentes e nacionais que podem subsidiar gestores de enfermagem e formuladores de políticas institucionais na priorização de ações voltadas à saúde mental da equipe, especialmente em setores hospitalares de alta complexidade. Como limitações, destacam-se o número relativamente reduzido de estudos incluídos, a heterogeneidade metodológica entre eles, o uso de instrumentos distintos para mensurar constructos semelhantes e a inclusão de um estudo referente a equipe multiprofissional, e não exclusivamente de enfermagem. Sugere-se, para pesquisas futuras, a realização de estudos longitudinais que acompanhem a evolução da saúde mental da equipe de enfermagem ao longo do tempo, bem como ensaios que testem a efetividade de intervenções institucionais combinadas, unindo suporte psicológico individual e mudanças estruturais nas condições de trabalho.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Ana Flávia Nunes de; BOMFIM, Mariana Alves Messias Souza; SILVA, Maria Eduarda Evangelista; SILVA, Michele Cunha; MOLINA, Nayara Paula Fernandes Martins; GOULART, Bethania Ferreira; NICOLUSSI, Adriana Cristina. Avaliação da depressão, ansiedade e estresse entre profissionais de enfermagem emergencistas: estudo transversal. *Revista Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 33, e86068, 2025. DOI: 10.12957/reuerj.2025.86068. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2025.86068> . Acesso em: 31 ago. 2026.

ALVES, Júlio Cezar Silva; FERREIRA, Naiane Alves; MARTINS, Wesley. Síndrome de Burnout e saúde mental de profissionais da enfermagem na pandemia de Covid-19. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 8, e57911831360, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31360>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31360> . Acesso em: 15 abr. 2026.

DIAS, Edilene dos Santos; SILVA, Gleicy Kelly Teles da; SANTOS, Reginaldo Passoni dos; LORDANI, Tarcísio Vitor Augusto; CARVALHO, Ariana Rodrigues da Silva. Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão entre profissionais de enfermagem pós-pandemia por Covid-19. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 98, n. 4, 2024. DOI: 10.31011/reaid-2024-v.99-n.4-art.2251. Disponível em:

<https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/2251> . Acesso em: 31 ago. 2026.

JESUS, Suzicleia Elizabete de; FREITAS, Mariana Santos; SILVA, Liliane Santos da; LIMA, Jucélia Moraes de; ROCHA, Elias Marcelino da; NASCIMENTO, Vagner Ferreira do; LEMES, Alisséia Guimarães; ROBAZZI, Maria Lucia do Carmo Cruz. Saúde mental dos profissionais de enfermagem dos serviços hospitalares: uma revisão integrativa. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, v. 17, n. 1, p. 7671-7689, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.1-463. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/4752> . Acesso em: 31 ago. 2026.

MARTINS, Ivani Pose; ANDRADE, Alycia Barros de Carvalho; PINHEIRO, Polliana Lucio Lacerda; RODRIGUES, Luciana Soares; LEAL, José Carlos. A saúde mental do profissional de enfermagem no ambiente intra-hospitalar. *LUMEN ET VIRTUS*, v. 15, n. 43, p. 065, 2024. DOI: <https://doi.org/10.56238/levv15n43-065>. Disponível em: <https://doi.org/10.56238/levv15n43-065> . Acesso em: 15 abr. 2026.

MENDES, Tatiana de Medeiros Carvalho; VASCONCELOS, Helena Seram de; OLIVEIRA, Nayara Priscila Dantas de; SOUZA, Dyego Leandro Bezerra de; CASTRO, Janete Lima de. Impacto na saúde mental e estratégias de enfrentamento da equipe multiprofissional hospitalar oncológica: revisão sistemática da literatura. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 70, n. 4, e-244853, 2024. DOI: 10.32635/2176-9745.RBC.2024v70n4.4853. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/4853> . Acesso em: 31 ago. 2026.

MOURA, Mônica Novais de; DUARTE, Pedro Luis Garbeloti; PENACCI, Fernanda Augusta. As complicações da síndrome de burnout em enfermeiros que atuam em áreas hospitalares. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 8, n. 19, p. e082534, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2534. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2534> . Acesso em: 31 ago. 2026.

MOURA, Raysa Cristina Dias de; CHAVAGLIA, Suzel Regina Ribeiro; COIMBRA, Marli Aparecida Reis; ARAÚJO, Ana Paula Alves; SCÁRDUA, Sabina Aparecida; FERREIRA, Lúcia Aparecida; DUTRA, Cíntia Machado; OHL, Rosali Isabel Barduchi. Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 35, eAPE03032, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2022A003032> . Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022A003032>. Acesso em: 15 abr. 2026.

OLIVEIRA, Mayara Stefanie Sousa *et al.* Adoecimento mental e estratégias de enfrentamento de enfermeiros de um hospital universitário. *Cogitare Enfermagem*, v. 30, e94567, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/YQNLDMMFTryCNxtbqpcfCxz/> . Acesso em: 31 ago. 2026.

SACCOMANN, Izabel Cristina Ribeiro da Silva; OLIVEIRA, Arleti de Souza; BRANTS, Maria Paula de Camargo. Estresse ocupacional e estratégias de coping de enfermeiros e técnicos de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 26, 2024. DOI: 10.5216/ree.v26.75608. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v26.75608> . Acesso em: 31 ago. 2026.

SANTOS, Amanda Ferreira dos; MARTINS, Wesley. Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga de trabalho: uma revisão integrativa de literatura. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 8, e5132188, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31360>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31360> . Acesso em: 15 abr. 2026.

SANTOS, Bruna Vasconcelos dos; MIRANDA, Fernanda Maria de; SILVA, Jaqueline Alcantara Marcelino da; SATO, Tatiana de Oliveira; MININEL, Vivian Aline. Estratégias de promoção à saúde mental no trabalho de enfermagem hospitalar: revisão integrativa. *Revista de Enfermagem da UFSM*, v. 13, e36, 2023. DOI: 10.5902/2179769274722. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/74722> . Acesso em: 31 ago. 2026.

SANTOS, Larissa Moraes dos; OLIVEIRA, Tatiana Aparecida das Graças de; ALMEIDA, Luciane Infantini da Rosa. O impacto dos cuidados paliativos na saúde mental dos profissionais de enfermagem: desafios e estratégias de enfrentamento. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*, Vitória, v. 13, n. 2, p. 43-53, dez. 2024. DOI: 10.5281/zenodo.14577228. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14577228> . Acesso em: 15 abr. 2026.

SERRA, Jéssica Gonçalves; FARIAS, Edson dos Santos; CORRÊA, Marcelo Tiago Balthazar; NUNES, Laísy de Lima; PARMEJIANI, Elen Petean; FEITOSA, Fábio Biasotto. Síndrome de Burnout em enfermeiros de UTI-Covid-19 na Amazônia: prevalência e fatores. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, v. 28, e026, 2025. DOI: 10.57167/Rev-SBPH.2025.v28.617. Disponível em: <https://revistasbph.emnuvens.com.br/revista/article/view/617> . Acesso em: 31 ago. 2026.

SOUZA, Monique Marques de. Saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil: revisão integrativa. *RCMOS – Revista Científica Multidisciplinar O Saber*, São Paulo, 2023. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/LEV/article/view/2357> . Acesso em: 15 abr. 2026.

TEIXEIRA, Helton Camilo *et al.* Desafios ocultos da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no Brasil: fatores de risco e impactos – uma revisão integrativa da literatura (RIL). *ARACÊ*, v. 7, n. 1, p. 96-109, 2025. DOI: 10.56238/arev7n1-006. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/2654> . Acesso em: 31 ago. 2026.