

FATORES DE RISCO PARA A DEPRESSÃO EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Anny Karolliny Duarte Teles¹

Tatieny Aparecida Martins da Costa²

RESUMO: A depressão é um fenômeno complexo e causa sofrimento para a vida das pessoas afetadas e seus familiares. Mundialmente os profissionais de enfermagem acabam fazendo parte dessa estatística, devido a sua maior exposição a fatores de risco que podem desencadear esse transtorno. Objetivase, com o desenvolvimento desse trabalho, revisar a literatura sobre a relação causal da depressão e o trabalho dos profissionais de enfermagem; apresentar os principais fatores desencadeantes da depressão nesses profissionais e enfatizar ações que podem ser realizadas para prevenir a incidência de novos casos de depressão nessa categoria profissional. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, utilizando artigos atualizados e retirados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *PUBMED*, no período 2015-2021 em língua portuguesa e inglesa. Foram encontrados 914 artigos, destes foram utilizados 25, pois atenderam aos critérios de inclusão do estudo. O ano de 2020 foi aquele com maior número de publicação e o ano que teve menor índice de publicação foi o de 2016. Através da análise dos dados observou-se que alguns fatores de risco, como: sobrecarga de trabalho, estresse, conflitos entre as equipes, ambientes de trabalho insalubres, baixa remuneração e falta de valorização profissional, podem desencadear a depressão nos profissionais de enfermagem. Com isso concluímos ser necessário impor medidas preventivas para que esses profissionais não desenvolvam a depressão, para, assim, aumentar a qualidade da assistência prestada aos pacientes, além de promover saúde física e mental desses profissionais.

Palavras-chave: Enfermagem. Depressão. Saúde Mental.

ABSTRACT: Depression is a complex phenomenon and causes great suffering to the lives of affected people and their families. Worldwide, nursing professionals end up being part of this statistic, due to their greater exposure to risk factors that can trigger this disorder. The objective of this work is to review the literature on the causal relationship of depression and the work of nursing professionals; present the main factors that trigger depression in these professionals and emphasize

¹ Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Alfredo Nasser, no ano de 2021-1.

² Doutora em Biotecnologia e Biodiversidade pela Universidade Federal de Goiás. Graduada em Enfermagem pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás e Mestre em Ciências Ambientais e Saúde pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Coordenadora de Curso de Enfermagem do Centro Universitário Alfredo Nasser.

actions that can be taken to prevent the incidence of new cases of depression in this professional category. This is an integrative review of the literature, with a bibliographic review, using updated articles taken from the *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Virtual Health Library (VHL) and *PUBMED*, in the period 2015-2021 in Portuguese and English. 914 articles were found, of which 25 were used, as they met the inclusion criteria of the study. 2020 was the year with the highest number of publications, and the year with the lowest publication rate was 2016. Through data analysis, it was observed that some risk factors, such as: work overload, stress, conflicts between teams, unhealthy work environments, low pay and lack of professional appreciation, can trigger depression in nursing professionals. Thus, we conclude that it is necessary to impose preventive measures so that these professionals do not develop depression, in order to increase the quality of care provided to patients, in addition to promoting physical and mental health for these professionals.

Keywords: Nursing. Depression. Mental health.

1. INTRODUÇÃO

As manifestações de depressão caracterizam-se atualmente como um problema de saúde pública e estão cada vez mais presentes na sociedade moderna. A depressão pode gerar incapacidade devido à sintomatologia e afeta de forma negativa os aspectos cognitivos, trazendo prejuízos para a vida pessoal e profissional do indivíduo (SILVA; MARCOLAN, 2020).

A depressão é considerada um transtorno mental caracterizado por tristeza persistente e por perda de interesse em atividades que normalmente são prazerosas. Além disso, essas pessoas podem apresentar vários sintomas, sendo eles: perda de energia, mudanças no apetite, redução ou aumento do sono, ansiedade, perda da concentração, inquietação, indecisão, aflição, sensação desvalia, culpa ou desesperança, podendo ter pensamentos de suicídio ou de causar danos a si mesmos (OPAS/OMS, 2017).

De acordo com OPAS (2017) a depressão é um transtorno mental mais frequente e a principal causa de incapacidade em todo o mundo, acometendo mais de 300 milhões de pessoas no mundo independentemente da idade. Na pior das hipóteses, a depressão pode levar uma pessoa a cometer suicídio, e cerca de 800 mil pessoas acabam cometendo esse ato a cada ano, desta forma, o suicídio

é considerada a segunda principal causa de morte entre pessoas com idade de 15 a 29 anos.

Segundo Oliveira *et al.*, (2019) o setor da saúde apresenta alto índice de adoecimento dos trabalhadores decorrente da exposição frequente a cargas biológicas, físicas e psíquicas. Dentre esses trabalhadores, os enfermeiros estão mais expostos e vulneráveis ao desenvolvimento de agravos à saúde, como o alto risco de depressão, fazendo com que esses profissionais necessitem de um olhar específico voltado a eles.

O profissional enfermeiro é responsável por um número maior de atividades desenvolvidas pela equipe multiprofissional. Além de liderar a equipe, ele se torna referência do setor, logo, ele é sobrecarregado e exposto a grande carga de trabalho e de estresse podendo comprometer sua saúde mental e causando seu próprio adoecimento (SOUSA *et al.*, 2020). Diversos fatores podem levar os enfermeiros à depressão, tais como: a relação conflituosa com colegas de profissão, familiares, baixa remuneração, carga horária de trabalho excessiva, falta de reconhecimento profissional e gerenciamento da vida pessoal ou profissional aquém do desejado (COSTA; GONÇALVES, 2020).

Segundo Santana (2015), os elevados índices de depressão na enfermagem podem estar atribuídos ao fato de a categoria estar, de modo geral, mais envolvida com a assistência ao paciente, diretamente mais envolvida emocionalmente com os pacientes, provocando níveis de exaustão elevados, sentimentos de despersonalização e baixa estima quanto à sua profissão.

Observa-se que a prevalência de depressão entre enfermeiros pode estar associada, também, pelo estresse do ambiente e local de trabalho que interferem na vida destes profissionais e na sua qualidade de vida. Algumas evidências de sofrimento humano podem sinalizar a depressão e possível risco de suicídio, sendo eles: lentidão nas atividades, indiferença, displicência, *déficit* de concentração, pensamentos negativos recorrentes, perda da capacidade de planejar e alteração do juízo de verdade (SILVA, *et al.*, 2015).

De acordo com Dal' Bosco *et al.*, (2020) todos os fatores estressores que estão associados à atuação da enfermagem tendem a aumentar de maneira exacerbada diante de um cenário de calamidade pública, como o qual se instalou nos últimos meses por COVID-19, pois estamos passando por um período mais

conturbado que o habitual em decorrência da pandemia ocasionado pelo novo coronavírus.

O presente estudo se justifica pelo interesse em evidenciar a importância dos profissionais de enfermagem na assistência à saúde. A equipe dessa categoria, durante sua jornada de trabalho, se submete a serviços exaustivos, e por estarem mais expostos a fatores estressores podem desenvolver transtornos mentais, como a depressão. Dessa maneira nota-se a necessidade de cuidados específicos para esses profissionais, para, além de prevenir a depressão nessa categoria, ser possível aumentar o nível de qualidade de cuidado prestado aos pacientes. Cabe ressaltar a importância de avaliar os enfermeiros em situação de adoecimento o quanto antes para localizar os sinais e sintomas da depressão e, assim, procurarem tratamento e prevenir futuros problemas na sua vida profissional e pessoal (MELO; SANTOS; SILVA, 2019).

Objetiva-se com o desenvolvimento deste estudo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre a relação causal da depressão e o trabalho dos profissionais de enfermagem, além de enfatizar ações que podem ser realizadas para diminuir a incidência desse acometimento.

2. METODOLOGIA

O estudo foi realizado através de uma revisão bibliográfica, utilizando artigos atualizados e retirados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *PUBMED*, no período 2015-2021 em língua portuguesa e inglesa. Para a pesquisa, os descritores utilizados foram: “Enfermagem”, “Depressão”, “Saúde Mental”. Nas bases de dados foram encontrados 914 artigos. O acesso à base de dados e a coleta de dados foram realizados do mês de março ao mês de maio do ano de 2021. As etapas para seleção dos artigos foram através da leitura exploratória e seletiva de todo o material. Por meio dos descritores e leituras, foram selecionados 25 artigos que atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos pelas pesquisadoras.

Foram considerados os seguintes critérios de inclusão: estudos que abordaram a depressão entre os profissionais de Enfermagem; artigos que destacaram os fatores desencadeantes da depressão e ações que podem ser

realizadas para diminuir os casos entre profissionais de enfermagem; publicações dos últimos 6 anos; publicados no idioma português e inglês. Foram excluídas dissertações, teses, revisões narrativas, artigos que antecederam o período proposto, artigos que não atenderam a temática e não responderam à pergunta norteadora.

Assim, trata-se de uma revisão integrativa da literatura que se refere a um método que analisa e sintetiza as pesquisas/produtos de pesquisa de maneira sistematizada contribuindo para o aprofundamento do tema investigado e, a partir dos estudos analisados separadamente, ser possível construir uma única conclusão, pois foram investigados problemas idênticos ou semelhantes (MENDES, 2008). A questão norteadora do presente estudo foi: Quais fatores estão relacionados ao desencadeamento da depressão nos profissionais de enfermagem?

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Depressão

A depressão é um transtorno mental que afeta grande parte da população do mundo todo, podendo prejudicar o convívio social e familiar. Por ser uma doença a qual todos estão susceptíveis, a tendência é que a incidência cresça em todo o mundo, (COSTA; GONÇALVES, 2020).

Segundo OPAS (2017) a depressão é resultado de uma complexa interação de fatores sociais, biológicos e psicológicos. Pessoas que passaram por maiores eventos adversos durante a vida (luto, trauma psicológico, desemprego) são mais susceptíveis a desenvolver a depressão, que por sua vez, pode levar a carga elevada de estresse e piorar assim a situação de vida da pessoa afetada e o transtorno em si. Rufino *et al.*, (2018) afirmam que, embora a depressão se caracterize como um transtorno de humor, existem quatro conjuntos de sintomas mais comuns. Além dos sintomas emocionais (tristeza, perda de prazer) existem sintomas cognitivos (pensamentos negativos sobre si mesmo, perda da esperança, diminuição da memória e concentração), motivacionais (falta de

iniciativa e de persistência) e físicos (mudança de apetite e sono, fadiga, aumento de mal-estar e dores nas atividades).

Existem tratamentos eficazes para a depressão que pode acometer o sujeito de forma leve, moderada e grave. Em casos de depressão leve os tratamentos psicossociais são efetivos, por ser considerado mais brando e o uso de medicação não se torna a primeira linha de tratamento. Já em casos moderados a graves os próprios profissionais de psicologia orientam o paciente a buscar o médico psiquiatra para avaliação do quadro geral e a possibilidade de intervenção medicamentosa. As abordagens de tratamento psicológico durante as terapias são várias, como: psicanálise, terapia cognitivo-comportamental, ativação comportamental e psicoterapia interpessoal. Entre os diferentes tratamentos psicológicos a serem considerados estão os individuais ou em grupo (OPAS/OMS, 2017).

3.2 Doenças psíquicas que os enfermeiros enfrentam

A depressão é considerada um dos transtornos mais comuns e motivo de incapacidade. No âmbito da enfermagem o ambiente de trabalho possui estressores importantes que podem influenciar na qualidade de vida desses profissionais e diversos fatores, incluindo o alto grau de responsabilidade, pode predispor ao adoecimento do profissional de enfermagem, (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

O uso de substâncias psicoativas pelos trabalhadores de enfermagem e o cotidiano que o enfermeiro está exposto podem causar sérios danos à saúde do trabalhador, visto que esforço repetitivo que convivem há anos, exige maior desempenho de suas competências e sobrecarga de trabalho. Buscam no consumo dessas substâncias, a diminuição do cansaço físico e psíquico a que esses profissionais estão continuamente expostos (VIEIRA *et al.*, 2016).

Segundo Junqueira *et al.*, (2018) os índices de consumo de bebidas alcoólicas entre os profissionais da equipe de enfermagem variam entre 6 e 8% e podem ser ainda maior quando se refere ao uso abusivo de sedativos, podendo atingir 20%. Em seu estudo feito com esses profissionais, as drogas mais

consumidas no nível de risco médio/alto foram o álcool no padrão binge (35,8%), álcool (21,2%) e tabaco (6,6%).

A depressão também pode estar associada à síndrome psicológica conhecida com *Burnout*. Desenvolve-se em indivíduos mais expostos a fontes de estresse presentes em seu local de trabalho, acometendo pessoas que se relacionam intensamente com outras pessoas. É caracterizada por três componentes relacionados, porém independentes: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2015).

Gasparino e Guirardello (2015), ressaltam que essa síndrome, associada à ambientes de trabalho, dificulta o exercício profissional do enfermeiro contribuindo para resultados negativos e significativos para os indivíduos, instituições e sociedade. Assim, esses ambientes desfavoráveis à prática assistencial do enfermeiro podem resultar no desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, independente da complexidade do cuidado que é prestado ao paciente.

Santos *et al.*, (2021) afirma que os profissionais de saúde estão mais vulneráveis a ter problemas psíquicos, como ansiedade e depressão. De acordo com sua pesquisa, os enfermeiros entrevistados apresentaram sintomas de ansiedade moderada ou severa, e transtorno ansioso como o pânico, por estarem trabalhando diretamente com pacientes suspeitos ou confirmados durante a pandemia de Covid-19.

Diante da pandemia de Covid-19, os trabalhadores de enfermagem estão sendo pressionados pela situação e vem apresentando altos níveis de ansiedade, acrescidos do maior risco de adoecimento, provocando severos problemas de saúde mental e aumentando os casos de Síndrome de *Burnout*, além de gerar outros transtornos de ansiedade e depressão associados. Os sentimentos mais declarados por esses profissionais foram: ansiedade, estresse, medo, ambivalência, depressão, esgotamento (HUMEREZ; OHL; SILVA, 2020).

De acordo com o Ministério da Saúde, (2020) no enfrentamento da Covid-19, os profissionais da saúde que ficam na linha de frente do combate ao vírus estão sendo prejudicados em seu bem-estar psicológico. Ao avaliar o comportamento dos profissionais envolvidos, entre os três transtornos analisados – de ansiedade, do sono, e do humor como a depressão – o da ansiedade é a

que mais afeta os trabalhadores de saúde. Parte disso se deve ao medo de contaminação dos familiares que moram na mesma residência.

3.3 Depressão em Enfermeiros

Silva *et al.*, (2015) afirma que o enfermeiro deve ser entendido não apenas como um profissional da saúde, mas como uma pessoa comum que também pode sofrer prejuízos à própria saúde. Cabe ressaltar que essa categoria profissional está mais suscetível aos transtornos psíquicos, já que os mesmos lidam constantemente com a dor e morte das pessoas que estão sob seus cuidados.

Atualmente é comum identificar sintomas de ansiedade e depressão e a implicação que essas manifestações pesam sobre a vida dos trabalhadores da saúde. Na enfermagem observa-se grande aumento dessas manifestações psíquicas, e estudos têm investigado esses sintomas entre a equipe de enfermagem (DAL' BOSCO *et al.*, 2020).

A depressão é um dos três transtornos mais mencionados pelos profissionais de enfermagem, para tal, os responsáveis pelos serviços de saúde devem identificar esse problema o quanto antes para promover a saúde no trabalho, aumentar a qualidade da assistência prestada e, além disso, evitar desfechos tristes e fatais para esses profissionais (SILVA *et al.*, 2015).

Conforme um estudo realizado com profissionais de enfermagem, 98,31% dos entrevistados acreditavam que existia fatores no trabalho do enfermeiro que favoreciam o adoecimento psíquico. Alguns desses fatores foram estresse, excesso de responsabilidade e de pacientes, sobrecarga de trabalho, cansaço psíquico e físico (FERNANDES; MARCOLAN, 2017).

Os principais fatores estressores vivenciados pelos profissionais de enfermagem, entre os mais prevalentes estão o relacionamento interpessoal, sobrecarga de trabalho, dupla jornada de trabalho, remuneração salarial baixa, falta de capacitação dos profissionais, estrutura física e recursos materiais ineficazes (SOUSA *et al.*, 2020).

Conforme entrevistas realizadas com profissionais de enfermagem pertencentes à unidade de emergência intra-hospitalar foram evidentes algumas queixas desses profissionais a respeito de suas condições de trabalho, entre elas

foram citadas: desorganização do trabalho, relacionamento inadequado com chefias, comportamento inadequado do médico, desrespeito por parte da equipe, pacientes e acompanhantes; falta de reconhecimento social, falta de insumos, infraestrutura e recursos humanos, e desvalorização profissional (SILVA; MARCOLAN, 2020).

Segundo Santos *et al.*, (2019) os enfermeiros, em seu ambiente de trabalho, estão mais suscetíveis a estressores que influenciam de maneira direta em sua saúde pois possuem maior convívio e interação com o paciente e seus familiares permanecendo mais tempo lidando com a dor, sofrimento e, até mesmo, a morte. Outrossim, suas longas jornadas de trabalho, número insuficiente de profissionais, desvalorização e desrespeito profissional, maior exposição a riscos e falta de condições dignas de trabalho trazem prejuízos a saúde mental do enfermeiro como fadiga psíquica e o sofrimento mental grave.

Diante desses fatores, a segurança do paciente pode ser prejudicada como consequência da sobrecarga de trabalho ou dos efeitos negativos do sofrimento psíquico e físico dos profissionais, pois a maioria deles, mesmo apresentando sintomas de depressão, continuam exercendo suas atividades. Devido a isso é importante ressaltar a importância de prevenir e tratar as desordens desses profissionais antes que isso implique tanto na saúde mental de quem presta o atendimento, quanto na segurança dos pacientes de recebem os cuidados (ESPLENDORI, 2020).

3.4 Possíveis abordagens para prevenção e tratamento da depressão dos enfermeiros

As instituições devem promover a saúde através da prevenção de transtornos mentais entre os trabalhadores de enfermagem, pois são eles que prestam cuidados aos enfermos. Sem uma atenção específica voltada a esses profissionais, os mesmos podem tornar-se os doentes de amanhã (FERNANDES; SOARES; SILVA, 2018). Faz-se necessário formular políticas que favoreçam a redução de estressores no ambiente de trabalho e realização do acompanhamento psicológico dos profissionais para identificar precocemente os danos causados pelos estressores ocupacionais e consecutivamente reduzi-los (SOUSA *et al.*, 2020).

Segundo Tonon *et al.*, (2020) o ambiente onde esses profissionais atuam necessitam estar atentos aos sintomas que remetem a depressão, buscando sua prevenção e promoção à saúde, sendo as medidas preventivas importantes: a melhoria da assistência por meio de palestras, campanhas, cursos de preparação e aperfeiçoamento.

Para prevenção e tratamento, o problema teria que ser abordado como um fenômeno coletivo e não apenas individual. Medidas objetivas como: diminuir o excesso de horas extras, proporcionar um ambiente de trabalho agradável e tranquilo, manter uma alimentação saudável e praticar exercícios físicos, também contribuem para a prevenção desses fatores, (MUNIZ; ANDRADE; SANTOS, 2019).

Mediante o exposto, Carvalho *et al.*, (2019) apontam para a necessidade do desenvolvimento de programas de promoção de Saúde Mental (SM) no contexto ocupacional, assim como a necessidade de preparar os enfermeiros com estratégias para o autocontrole da ansiedade e promoção do bem-estar psicológico. Esses programas deverão ser dirigidos, primeiramente, aos enfermeiros que exercem funções em empregos não psiquiátricos.

Ações que visem a evolução das condições de trabalho e que incentivem a prática de exercícios físicos podem ser favoráveis para o fortalecimento das condições de saúde mental dessa população. Ressalta-se a importância de ações como o COFEN (Conselho Federal de Enfermagem) tem promovido como atendimentos virtuais. Seu auxílio tem sido observado tanto de forma indireta como direta para esses profissionais e para os pacientes do SUS, repelindo o risco de colapso no sistema de saúde por falta de profissionais devido aos sofrimentos psíquicos, (SANTOS *et al.*, 2021). Outra ação importante é um conjunto de atitudes do Ministério da Saúde para a efetivação, de forma obrigatória nos currículos acadêmicos das instituições de ensino de saúde, disciplinas que instiguem nos alunos a empatia e a discussão de temas como depressão e suicídio. Isso poderá contribuir para a compreensão do sofrimento do outro e de si mesmos (MELO; SANTOS; SILVA, 2019).

De acordo com Santos *et al.*, (2021) é importante compreender a dinâmica de trabalho e de vida dos profissionais enfermeiros. Os autores sugerem que sejam elaboradas estratégias de promoção e valorização do enfermeiro por meio

de seus órgãos representativos. Sousa *et al.*, (2020) complementam afirmando a necessidade de elaboração de políticas que possibilitem a diminuição de agentes estressores no local de trabalho e a realização de acompanhamento psicológico dos profissionais dessa categoria profissional.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O Quadro 1 apresenta a sistematização de todos os estudos analisados para a construção desse trabalho. São materiais teóricos publicados a partir do ano de 2015. A sistematização contempla: os autores, ano de publicação por ordem crescente, tipo, periódico e título. A partir das informações dos 25 artigos, foram identificados os principais fatores de risco que podem levar o profissional de enfermagem a ter depressão e que, por sua vez, foram separados em seis categorias (Tabela 1).

Foram encontrados 914 artigos sobre o tema, porém 25 artigos foram utilizados, pois atenderam aos critérios de inclusão do estudo. O ano que mais publicou foi o ano de 2020 com 8 artigos (32%), e o ano que teve menor índice de publicação foi 2016, com 4%.

Quadro 1. Distribuição ordenada dos trabalhos selecionados quanto ao ano, autores, tipo, periódico e título.

Autores	Ano	Tipo	Periódico	Título
OLIVEIRA F.P; MAZZAIA M.C. & MARCOLAN J.F.	2015	Artigo científico	Escola Paulista de Enfermagem	Sintomas de depressão e fatores intervenientes entre enfermeiros de serviço hospitalar de emergência
SILVA D.S.D. et al	2015	Artigo científico	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa
GASPARINO R.C. & GUIARDELLO E.B.	2015	Artigo científico	Revista Rene	Ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros

Vieira G.C.G. et al.	2016	Artigo científico	Revista CINERGIS, Santa Cruz do Sul	Uso de psicotrópicos pelo enfermeiro: sua relação com o trabalho
FERNANDES D.M. & MARCOLAN J.F.	2017	Artigo científico	Revista eletrônica SMAD	Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família
FERNANDES M.A.; SOARES L.M.D.; SILVA J.S.	2018	Artigo científico	Revista Brasileira de medicina do trabalho	Work-related mental disorders among nursing professionals: a Brazilian integrative review
JUNQUEIRA M.A.B. et al.	2018	Artigo de pesquisa empírica	Escola Anna Nery	Sintomas depressivos e uso de drogas entre profissionais da equipe de enfermagem
RUFINO, S. et al.	2018	Artigo científico	Revista Saúde em Foco	Aspectos gerais, sintomas e diagnóstico da Depressão
MELO A.A.S.; SANTOS A.C. & SILVA G.P.F.	2019	Artigo científico	Revista eletrônica Estácio Recife	O suicídio em profissionais de enfermagem: uma análise bibliográfica da dimensão social dentro de uma perspectiva contemporânea
SANTOS D.L. et al.	2019	Artigo científico	Saúde coletiva	Contributos que afetam a saúde mental do enfermeiro: revisão integrativa
OLIVEIRA D.M. et al.	2019	Artigo de pesquisa empírica	Revista Cuidarte	Afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais entre profissionais de enfermagem
CARVALHO D. et al.	2019	Artigo de pesquisa empírica	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental	A saúde mental dos enfermeiros: um estudo preliminar

MUNIZ D.C; ANDRADE E.G.S; & SANTOS W.L.S.	2019	Artigo de revisão de literatura	Revista de iniciação científica e extensão	A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho
RIBEIRO M.F.Z.S.Y.S.	2019	Monografia	Faculdade CESMAC do Sertão	A saúde mental do enfermeiro: Identificando fatores de risco no trabalho
SILVA B.A.	2019	Monografia	Centro Universitário São Lucas	Depressão e suicídio entre os profissionais de enfermagem: Revisão de literatura
OLIVEIRA A.V. et al.	2020	Artigo científico	Revista brasileira interdisciplinar de saúde	Suicídio entre os profissionais de saúde
SOUSA, P. H. S. F. et al.	2020	Artigo científico	Journal of Health Connections	Fatores relacionados ao adoecimento psicológico dos profissionais da equipe de enfermagem
TONON T.C.A. et al.	2020	Artigo científico	Research, Society and Development	Fatores associados à depressão no campo da Enfermagem: revisão bibliográfica
ESPLENDORI, G. F.	2020	Editorial	Revista Nursing	Depressão na equipe de enfermagem: sofrimento do profissional e implicações na prática assistencial
SILVA M.R.G. & MARCOLAN J.F.	2020	Artigo científico	REBEn	Condições de trabalho e depressão em enfermeiros de serviço hospitalar de emergência
COSTA V.H.S. & GONÇALVES J.R.	2020	Artigo científico	Revista JGR de estudos acadêmicos	Análise dos fatores que levam enfermeiros à depressão
DAL'BOSCO E.B. et al.	2020	Artigo científico	REBEn	A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional
HUMEREZ, D. C; OHL, R. I. B; & SILVA, M. C. N.	2020	Artigo científico	Cogitare Enfermagem	Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem

MIRANDA F.B.G. et al.	2021	Artigo de revisão de literatura	Escola Anna Nery	Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: Scoping Review
SANTOS K.M.R. et al.	2021	Artigo de pesquisa empírica	Escola Anna Nery	Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19

Tabela 1. Principais fatores de risco que levam o enfermeiro à depressão

Fatores de Risco	Número de citações	Porcentagem
Sobrecarga de trabalho	21	84%
Estresse	18	72%
Conflitos interpessoais no ambiente de trabalho	12	48%
Ambientes de trabalho insalubres	10	40%
Baixa Remuneração	9	36%
Falta de valorização profissional	8	32%
TOTAL	78	

Segundo Silva *et al.*, (2015) os profissionais de enfermagem são os mais propensos a ter problemas de saúde mental, sendo a depressão o principal dentre eles. Essa categoria profissional lida com a dor e aflição de uma forma direta e precisam ajudar os pacientes que necessitam de seus cuidados.

O risco de depressão em enfermeiros tem se agravado a cada dia e pode ser explicado pela própria característica da profissão, pois a sobrecarga de trabalho e o ambiente de trabalho insalubre contribuem para os episódios de transtornos mentais (FERNANDES; MARCOLAN, 2017), confirmando o que foi exposto na Tabela 1 acerca da sobrecarga de trabalho em maior quantidade, citada pelos autores como fator de risco para desenvolvimento da depressão

nesses profissionais, representando 84%. Já o ambiente de trabalho insalubre esteve representado em 40% dos artigos.

Outro fator emergente nos artigos foi o estresse, com 72%. Conforme o estudo realizado por Fernandes e Marcolan (2017), o fator mais citado pelos enfermeiros foi o estresse e englobou a sobrecarga de trabalho, como: maior número de metas a cumprir; excesso de trabalho, de responsabilidades e de pacientes para esses profissionais. O enfermeiro, além de ser responsável pelo número exacerbado de atividades por toda a equipe, ele é considerado também como o líder e referência do setor. Dessa forma ele é sobrecarregado e exposto a uma carga de estresse muito alta, causando seu próprio adoecimento (SOUSA *et al.*, 2020).

Ainda de acordo com esses autores, os problemas interpessoais no ambiente de trabalho como a falta de respeito relacionada ao profissional e abuso de poder estão cada vez mais frequentes. A experiência de ser desrespeitado pode levar a momentos de mais tensão e, com o tempo, pode causar um comprometimento na saúde emocional e física desse profissional, podendo provocar as psicopatologias, o que pode ser observado na Tabela 1, em que os problemas interpessoais estão presentes em 48% dos artigos encontrados.

Na quinta categoria citada na Tabela 1, a baixa remuneração foi evidenciada em nove artigos (36%). Sousa *et al.*, (2020) confirma esse fato relatando que os baixos salários e ausência de um piso salarial influenciam esses profissionais a se submeterem a uma jornada dupla ou tripla de trabalho com o intuito de aumentar sua renda mensal. Isso acaba resultando em um desgaste físico e psicológico muito maior nessa categoria profissional.

A saúde mental dos profissionais enfermeiros está ficando cada vez mais prejudicada devido aos diversos conflitos e dificuldades encontradas nas relações interpessoais com os demais integrantes da equipe, como desconsideração profissional e falta de autonomia/ reconhecimento (SANTOS *et al.*, 2019). Essa falta de valorização profissional, como fator de risco, foi evidente em oito artigos (32%). Costa e Gonçalves (2020) afirmam que a enfermagem está exposta a um maior número de fatores de risco para desenvolver a depressão, desse modo alguns meios de prevenção podem ser evidenciados, como: valorização

profissional, salários dignos, maior qualidade dos equipamentos/ instituições e diminuição de carga horária.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A depressão é um dos transtornos mentais mais frequentes no mundo, podendo ser evidente em profissionais enfermeiros e que se não for bem tratada e tratada precocemente, o quadro clínico pode se agravar e causar maiores prejuízos na saúde física e mental dessa categoria profissional. Foi evidenciado neste artigo alguns fatores de risco que podem levar o enfermeiro a ter depressão, como: sobrecarga de trabalho, estresse, conflitos entre as equipes, ambientes de trabalho insalubres, baixa remuneração e falta de valorização profissional.

Sendo assim, é importante estar atento aos sintomas que remetem a depressão com o intuito de prevenir o transtorno e promover a saúde física e mental desses profissionais, sendo importante efetivar medidas preventivas como: campanhas, cursos de preparação, palestras e acompanhamento psicológico, além de proporcionar um ambiente de trabalho ideal, diminuindo a sobrecarga de trabalho, aumento salarial e evidenciando a importância da valorização desses profissionais.

O profissional de enfermagem, além de ser um prestador de cuidados, também necessita ser cuidado. Dessa forma, concluímos sobre a importância de prevenir a depressão entre esses profissionais, para assim, aumentar a qualidade de sua assistência aos pacientes e ao mesmo tempo melhorar a própria saúde mental e física.

6. REFERÊNCIAS

SILVA, M. R. G; MARCOLAN J. F. Condições de trabalho e depressão em enfermeiros de serviço hospitalar de emergência. **Revista Brasileira de Enfermagem**. São Paulo, v. 73(Edição suplementar 1), 2020.

OPAS/OMS. Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo. Disponível em:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839. Brasília, 2017.

OPAS/OMS. Depressão: o que você precisa saber. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5372:depressao-o-que-voce-precisa-saber&Itemid=822. Brasília, 2017.

OLIVEIRA, D. M.; ALENCAR, N. M. B. M.; COSTA, J. P.; FERNANDES, M. A.; GOUVEIA, M. T. O.; SANTOS, J. D. M. Afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais entre profissionais de enfermagem. **Revista Cuidarte**. Colômbia, v. 10, i.2, e. 631, 2019.

COSTA, V. H. S.; GONÇALVES J. R. Análise dos fatores que levam enfermeiros à depressão. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. v. 3, n.6, p. 69-81, 2020.

RUFINO, S., et al. Aspectos gerais, sintomas e diagnóstico da depressão. **Revista Saúde em Foco**. Edição nº10, p. 837-843, 2018.

SOUSA, P. H. S. F., et al. Factors related to the psychological illness of the nursing team professionals. **Journal of Health Connections**, v.9, n.2, p. 27-44, 2020.

SANTANA, S. M. S. Ansiedade, depressão e qualidade de vida no trabalho do enfermeiro de hospitais públicos de médio e grande porte do município de Aracaju. **Universidade Federal de Sergipe**, 2015.

SILVA, D. S. D., et al. Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa. **Revista da escola de enfermagem USP**. v. 49, i.6, p. 1027-1036, 2015.

DAL' BOSCO, E. B., et al. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 73, p. 1-7, 2020.

FERNANDES, D. M.; MARCOLAN, J. F. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família. **Revista Eletrônica SMAD**. v. 13, i.1, p. 37-44, 2017.

FERNANDES, M. A.; SOARES, L. M. D.; SILVA, J. S. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**. v. 16, n.2, p. 218-224, 2018.

TONON, T. C. A., et al. Factors associated with depression in the field of Nursing: literature review. **Research Society and Development**. v. 9, n. 8, e77985342, p. 1-16, 2020.

TONON, T. C. A., et al. Fatores associados à depressão no campo da Enfermagem: revisão bibliográfica. **Research Society and Development**. v. 9, n. 8, e77985342, p. 1-16, 2020.

VIEIRA, G. C. G., et al. Uso de psicotrópicos pelo enfermeiro: sua relação com o trabalho. **Revista CINERGS**. v.17, n.3, p. 1-5, 2016.

JUNQUEIRA, M. A. B., et al. Sintomas depressivos e o uso de drogas entre os profissionais da equipe de enfermagem. **Escola Anna Nery**. v.22, n.4, e20180129, p. 1-9, 2018.

GASPARINO, R. C; GUIRARDELLO, E. B. Ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros. **Revista Rene**. v.16, n.1, p. 90-96, 2015.

HUMEREZ, D. C; OHL, R. I. B; SILVA, M. C. N. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem. **Cogitare Enfermagem**. v.25, e74115, p. 1-10, 2020.

Ministério da Saúde. Saúde mental: pesquisa analisa impacto psicológico do enfrentamento à Covid-19 em profissionais da saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/casacivil/pt-br/assuntos/noticias/2020/julho/saude-mental-pesquisa-analisa-impacto-psicologico-do-enfrentamento-a-covid-19-em-profissionais-da-saude>. Brasília, 2020.

ESPLENDORI, G. F. Depressão na equipe de enfermagem: sofrimento do profissional e implicações na prática assistencial. **Revista Nursing**. v.23, n.262, p.3623, 2020.

SANTOS, D. L., et al. Contributos que afetam a saúde mental do enfermeiro: revisão integrativa. **Artigo Saúde Coletiva**, v.9, n.48, p.1291-1295, 2019.

SILVA, M. R. G; MARCOLAN J. F. Condições de trabalho e depressão em enfermeiros de serviço hospitalar de emergência. **Revista Brasileira de Enfermagem**. São Paulo, v. 73(Edição suplementar 1), 2020.

SANTOS, K. M. R., et al. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia de covid-19. **Escola Anna Nery**. v.25, e20200370, p. 1-15, 2021.

MUNIZ, D. C; ANDRADE, E. G. S; SANTOS, W. L. S. A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho. **Revista REICEN**. v.2, n.2, p. 274-279, 2019.

CARVALHO, D., et al. A saúde mental dos enfermeiros: um estudo preliminar. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**. n.21, p. 47-53, 2019.

MELO, A. A. S; SANTOS, A. C; SILVA, G. P. F. O suicídio em profissionais de enfermagem: uma análise bibliográfica da dimensão social dentro de uma perspectiva contemporânea. **Revista Eletrônica Estácio**. v.5, n.1, p. 1-13, 2019.

OLIVEIRA, A. V., et al. Suicídio entre os profissionais de saúde. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**. v.2, n.4, p. 11-16, 2020.