

Contributos que afetam a saúde mental do enfermeiro: revisão integrativa

RESUMO

Objetivou-se identificar e discutir sobre os contributos que afetam a saúde mental do enfermeiro, encontrados nos artigos nacionais. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura com buscas nas bases de dados eletrônicas por artigos que possuíam texto completo, publicados de 2015 a 2019, em português. A busca nos apresentou 100 artigos. Após, a implementação dos critérios de inclusão e exclusão, selecionamos apenas 4 artigos que atenderam a todos os critérios. Concluiu-se que um ambiente de trabalho com condições dignas de atuação protege o profissional contra o desenvolvimento de agravos mentais relacionados ao exercício laboral.

DESCRITORES: Enfermeiros e Enfermeiras; Saúde Mental; Saúde do Trabalhador

ABSTRACT

The aim was to identify and discuss the contributions that affect the mental health of nurses, found in national articles. This is an integrative review of literature with searches in the electronic databases for articles that had full text, published from 2015 to 2019, in Portuguese, using the descriptors. Of these, 4 articles included the inclusion criteria proposed. The reached conclusion was that a decent working conditions environment protects the professional from developing mental disorders related to the work.

DESCRIPTORS: Nurses; Mental Health; Worker's Health.

RESUMEN

Se objetivo identificar y discutir sobre las contribuciones que afectan la salud mental del enfermero, encontrados en los artículos nacionales. Se trata de una revisión integrative de la literatura con búsquedas en bases de datos electrónicas para los artículos que tenían texto completo, publicados desde 2015 hasta 2019, en portugués, utilizando los descriptores. De estos, 4 artículos contemplaron los criterios de inclusión propuestos. Se concluyó que un ambiente con condiciones dignas de trabajo protegen al profesional de desarrollar agravios mentales relacionados al ejercicio laboral.

DESCRIPTORES: Enfermeros y Enfermeras; Salud Mental; Salud de los Trabajadores.

Dayane Lopes dos Santos

Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Veiga de Almeida. Membro do Núcleo de Avaliação de Tecnologias e Economia em Saúde e Segurança do Paciente (NATESSP) da Universidade Veiga de Almeida.

Denise Carla de Oliveira Viana Barreto

Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Veiga de Almeida. Membro do Núcleo de Avaliação de Tecnologias e Economia em Saúde e Segurança do Paciente (NATESSP) da Universidade Veiga de Almeida.

Leandro Andrade da Silva

Enfermeiro. Pós-Doutor pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PP-GENF/UERJ). Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial pela Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca/ENSP da Fundação Oswaldo Cruz/FIOCRUZ. Professor do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Veiga de Almeida.

Luciana Ribeiro Marques

Psicóloga. Psicanalista, Pós-Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação em Psicanálise da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Doutora em Psicanálise pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Membro da Escola de Psicanálise dos Fóruns do Campo Lacaniano Nacional (EPFCL - Brasil) e Internacional (IF - EPFCL).

Paulo Roberto Ferreira Machado

Enfermeiro. Especialização em MBA em Gestão em Saúde. Professor do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Veiga de Almeida. Enfermeiro da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro.

Cristiano Bertolossi Marta

Enfermeiro. Pós-Doutor em Enfermagem. Professor Adjunto do Departamento de Fundamentos de Enfermagem da Faculdade de Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Coordenador Geral da Pós-Graduação de Enfermagem em Alta Complexidade da Universidade Veiga de Almeida. Diretor de Pesquisa da Universidade Veiga de Almeida. Pesquisador Líder do Núcleo de Avaliação de Tecnologias e Economia em Saúde e Segurança do Paciente (NATESSP) da Universidade Veiga de Almeida.

INTRODUÇÃO

Os enfermeiros são profissionais da saúde propensos a desenvolver problemas de saúde mental, os quais precisam estar disponíveis para ajudar aqueles que necessitam de cuidados⁽¹⁾.

Em seu ambiente de trabalho estão suscetíveis a variados estressores ocupacionais que influenciam de maneira direta em sua saúde, o profissional de enfermagem possui um nível maior de interação com o paciente e seus familiares, com contato direto e assíduo, permanecendo mais tempo lidando com a dor, sofrimento e, até mesmo, com a morte. Além disso, as longas jornadas de trabalho, quantidade insuficiente de profissionais, desvalorização profissional, exposição a riscos e falta de suporte acrescido de condições não dignas de trabalho geram prejuízos à saúde mental do enfermeiro como o sofrimento mental grave e fadiga psíquica⁽²⁾.

O estresse ocupacional é determinado como uma junção de fatos que se manifestam no organismo do profissional podendo causar danos à sua saúde⁽³⁾.

O estresse pode ser definido como uma situação de tensão ocasionada por novas vivências que excedem a capacidade do sujeito de ajustar-se, apontada como uma circunstância de risco em que ocorre um dano na homeostase corporal.

Os profissionais de enfermagem são frequentemente obrigados a lidar com variadas circunstâncias, como por exemplo, a angústia, a dor e o medo. Além disto, estão propensos a riscos relacionados ao ambiente de trabalho, tendo responsabilidades, muitas vezes, recorrentes ao acúmulo de funções, recursos materiais nem sempre adequados, atividades que necessitam de atenção e possuem grande nível de dificuldade, sem contar com os riscos biológicos, ergonômicos e os trabalhos em turnos, que,

por vezes, fazem com que o enfermeiro abdique de feriados, finais de semana e dias comemorativos, influenciando em seu lazer e sua vida social⁽³⁾.

A saúde mental da equipe de enfermagem também é prejudicada devido às dificuldades encontradas nas relações interpessoais com os demais profissionais, em que existe o desprestígio profissional, a falta de reconhecimento e de autonomia⁽⁴⁾.

As principais consequências do estresse ocupacional são o absenteísmo, insatisfação com o serviço, acidente de trabalho, redução na qualidade de vida, síndrome de Burnout, diminuição no desempenho e qualidade de trabalho, disfunções cardiovasculares e distúrbios psíquicos menores. Esse estresse é frequentemente interpretado como a impressão de estar tenso, preocupado e sobrecarregado com as atividades trabalhistas⁽⁴⁾.

Para que o desempenho exigido desse profissional seja atingido e bem executado é necessário que ele esteja com bom controle emocional e psicológico⁽²⁾.

Quando o profissional de enfermagem não consegue atender o que lhe é exigido inicia-se o sofrimento moral que é expressado por sentimentos importantes, que causam uma instabilidade física e psicológica, que ocorre quando o profissional sabe da atitude ética que deveria ter, mas não pratica conforme o que considera certo por questões como o medo, bloqueios institucionais, situações que vão além de sua competência, tendo seus valores e princípios violados. Essas questões são percebidas no dia a dia do trabalhador, causando sentimento de impotência e frustração decorrente da insatisfação e das dificuldades⁽⁵⁾.

Desta forma, teve-se como objetivo desse estudo identificar e discutir sobre os fatores que afetam a saúde mental do profissional de enfermagem, proporcionando uma reflexão sobre a temática e ressaltando a importância do assunto.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que analisou e sintetizou resultados de pesquisas de artigos obtidos em bases online que retratavam as questões que influenciam no declínio da saúde mental dos enfermeiros.

A revisão integrativa proporciona, através da análise de dados de pesquisas, uma base para decisões pautadas em evidências e o avanço da prática clínica, além de propiciar uma síntese do saber sobre certo tema e resalta prováveis vazios notados na literatura abordada⁽¹⁾.

O estudo respeitou as 6 etapas que constituem uma revisão integrativa de literatura (RIL), durante a sua construção. E as seguintes etapas foram seguidas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão/busca na literatura, identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados, categorização dos estudos selecionados, análise e interpretação dos resultados e síntese do conhecimento sobre a temática e apresentação da revisão⁽⁶⁾.

Na primeira etapa, foi definida a questão norteadora: Quais fatores contribuem para o prejuízo da saúde mental dos profissionais de enfermagem no seu ambiente de trabalho?

Durante a segunda etapa da pesquisa foram utilizadas as seguintes bases de dados online: Scientific Electronic Library Online (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Bases de Dados de Enfermagem (BDENF), através do portal BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), utilizando o seguinte descritor DeCs dos termos “enfermeiro” e “saúde mental”, em português: Saúde mental “AND” enfermeiras e enfermeiros.

Na terceira etapa foram incluídos artigos

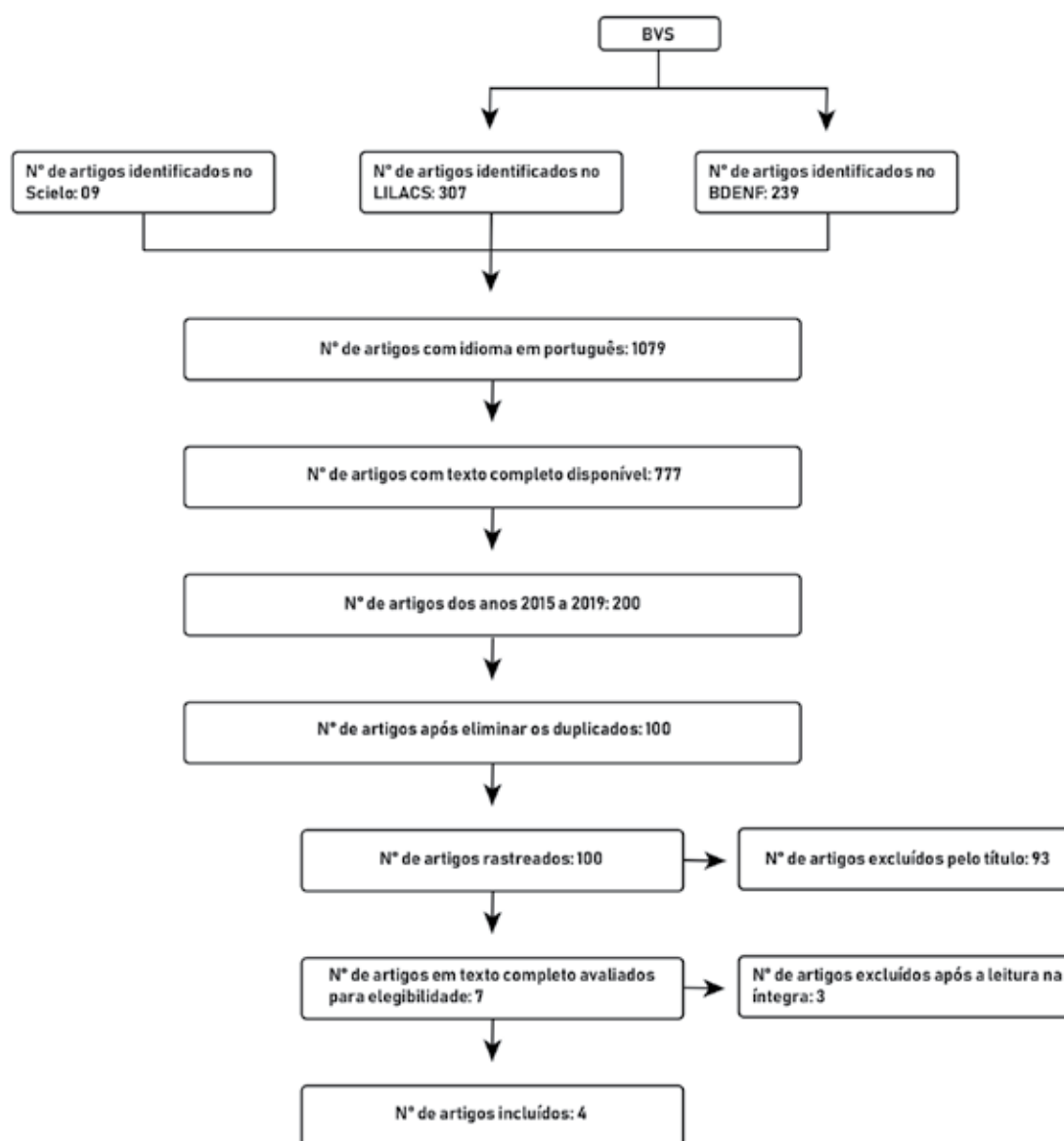
publicados entre os anos de 2015 e 2019, que continham texto completo disponível e com idioma português. E excluídos teses e dissertações, artigos duplicados, artigos que apesar de tratarem da referida temática, não abordavam o objeto de estudo. Posteriormente, através da leitura dos títulos, dos resumos e dos artigos na íntegra, foram selecionados aqueles que contemplavam os critérios de inclusão da pesquisa.

Para melhor organização e análise, na quarta etapa foi desenvolvido um formulário com as características de identificação dos artigos incluídos, contendo: ano, periódico, título, síntese dos resultados de cada um (Quadro 1). Na quinta etapa, foi realizada uma investigação dos artigos selecionados confrontando os dados obtidos e conclusões apresentadas, de forma a elaborar a descrição da análise e interpretação dos dados. Na sexta e última etapa, foi efetuada uma síntese dos resultados obtidos através da análise e interpretação dos dados.

RESULTADOS

A busca na base de dados ocorreu da seguinte forma, conforme Fluxograma 1:

Fluxograma 1 – Seleção dos artigos por bases de dados. Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2019



Quadro 1. Custo médio por procedimento. Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2016

ANO	AUTORES	PERIÓDICO	TÍTULO	SÍNTESE DOS RESULTADOS
2015	Ferreira ES, Souza MB, Souza NVDO, Tavares KFA, Pires AS.	Ciência, Cuidado e Saúde	A relevância do cuidado de si para profissionais de enfermagem	Demonstrou que o cuidado de si é influenciador direto na saúde física e mental dos profissionais de enfermagem.
2015	Lucca SR, Rodrigues MSD.	Rev Bras Med Trab	Absenteísmo dos profissionais de enfermagem de um hospital universitário do estado de São Paulo, Brasil	Explicitou a indispensabilidade das instituições de saúde introduzirem políticas e programas relacionados ao suporte e prevenção de doenças para que seja conservada a saúde dos trabalhadores de enfermagem.
2018	Oliveira EM, Souza EA, Tonini NS, Maraschin MS.	Revista Nursing	Nível de estresse em enfermeiros de uma instituição hospitalar	Demonstrou as diferenças de níveis de estresse de acordo com turnos e setores de uma instituição hospitalar.
2017	Scholze AR, Martins JT, Robazzi MLCC, Haddad MCFL, Galdino MJQ, Ribeiro RP.	Cogitare Enfermagem	Estresse ocupacional e fatores associados entre enfermeiros de hospitais públicos	Apontou que o estresse do enfermeiro estava diretamente relacionado ao ambiente de trabalho, principalmente aqueles que prejudicam a assistência ideal.

Dentre as 4 publicações selecionadas, 50% era do ano de 2015, 25% do ano 2017 e 25% do ano 2018, 2 publicações tinham o estresse dos enfermeiros como principal questão, 1 possuía o absenteísmo e 1 possuía o autocuidado do enfermeiro como questão norteadora.

DISCUSSÃO

O trabalho exercido pela enfermagem é complexo e requer o desenvolvimento de múltiplas tarefas, incluindo cuidar de vidas em condições vulneráveis em um ambiente geralmente precário e desestruturado, com carência de recursos humanos e materiais. Dessa forma, o profissional se vê obrigado a rever ideias e condicionar atitudes para que possa cumprir suas funções e exigências requeridas^(7,4).

Em consequência da superlotação e nú-

mero reduzido de profissionais, o tempo dedicado à assistência é insuficiente, aumentando a incidência de infecções, quedas, lesões por pressão e piora do quadro clínico do paciente, trazendo prejuízos à instituição de saúde e a equipe⁽⁴⁾. Em virtude disso, por vezes, o profissional transcende seus princípios éticos e morais a fim de conseguir realizar suas obrigações, gerando sentimento de culpa e incapacidade sobre suas ações.

O estresse laboral advém das particularidades relacionadas ao trabalho em saúde, como: a convivência com a doença, dor e morte dos pacientes, relação árdua com paciente e familiares, além da falta de autonomia, ausência de reconhecimento profissional e acúmulo de responsabilidades, que podem ocasionar maior suscetibilidade a um agravo emocional e psicológico⁽²⁾.

Constatou-se que, o exercício da profis-

são em dois ou mais locais concomitantes interfere de maneira negativa na saúde do profissional e na assistência prestada por ele⁽³⁾. Trabalhadores que mantêm duplo vínculo de trabalho faltam mais ao trabalho por motivos de doença⁽²⁾, destacando que o duplo vínculo aumenta consideravelmente a carga horária de trabalho diária trazendo prejuízos, relacionados ao grande desgaste do profissional podendo influenciar diretamente na qualidade do serviço prestado.

O nível de estresse apresentou-se menor em profissionais que fazem turno de 8 horas diárias se comparado a outros regimes de trabalho, que apresentam maior grau de estresse, principalmente no turno da manhã, em consequência da sobrecarga por conta da quantidade de atividades à serem cumpridas⁽³⁾.

Esclarecendo que o regime de trabalho noturno também acarreta alterações nocivas ao

no bem-estar físico e mental dos enfermeiros, tendenciando o trabalhador à fadiga, queda do desempenho, insatisfação profissional e piora da qualidade do sono, contribuindo para o desgaste corpóreo e psíquico⁽⁴⁾.

Entende-se que a grande carga horária diária de trabalho, em uma ou mais instituições, e o horário no qual se realiza suas tarefas têm influência direta no desenvolvimento de estresse. Profissionais que trabalham no turno da manhã são responsáveis por mais funções devido à alta demanda de atividades do período, já os profissionais do turno noturno possuem alterações relacionadas ao sono e momentos de lazer visto que geralmente tem os horários opostos aos das pessoas de sua convivência.

Constatou-se que o cuidar de si para o enfermeiro depende do local de trabalho que deve ser favorável ao autocuidado, através de uma relação harmônica entre a equipe, gerando um ambiente cooperativo e de reconhecimento⁽⁷⁾. Do mesmo modo, deve-se salientar a necessidade de atividades rotineiras benéficas como intervalos no exercício laboral e momentos de relaxamento que propiciem bem-estar ao trabalhador⁽⁷⁾, reduzindo assim o desgaste físico e mental, para que, desta forma, se evite o esgotamento do profissional.

Evidenciou-se também a importância do apoio familiar e profissional, visto que inte-

ração mútua e trocas ocorridas nesses relacionamentos favorecem a proteção da saúde mental do profissional de enfermagem⁽⁷⁾.

De acordo com estudo⁽⁴⁾, a condição de trabalho próxima da ideal para que ocorra manutenção dos níveis de alerta, redução do absenteísmo, intercorrências, acidentes de trabalho e prevenção de agravos mentais é: regime médio de 38 horas semanais com somente um vínculo empregatício, garantia no emprego através de concursos e salários satisfatórios.

Fica claro que a qualidade de vida do enfermeiro e sua saúde mental estão entrelaçadas a condições pelas quais estão expostos no cumprimento de suas competências, sendo assim, a prevenção de agravos desse profissional se dá especialmente através de condições dignas de trabalho.

Dados de um estudo⁽²⁾ relatam que 36,5% dos atestados médicos apresentados a uma instituição hospitalar no período de um ano foram de profissionais de enfermagem, sendo 2,2 vezes maior que os demais servidores da instituição, sendo que os transtornos mentais/comportamentais equivalem a 9% dessas ocorrências.

Considerando dados de um estudo⁽³⁾ sobre o estresse dessa categoria, afirma-se que o enfermeiro mantido trabalhando por mais tempo em uma instituição possui maior controle e conhecimento das práticas locais, sa-

bendo executar mais facilmente as atividades conforme as exigências.

Sendo assim, além de ser uma maneira de resguardar o enfermeiro de agravos que prejudiquem sua saúde mental o levando a afastamentos, é também uma forma de manter o bom funcionamento dos serviços de saúde, já que o estresse desse profissional se mostra reduzido.

CONCLUSÃO

A saúde mental do enfermeiro é um problema de grande importância atualmente devido ao aumento significativo nos casos de transtornos e doenças mentais desenvolvidos durante a vida profissional dessa categoria, como desfecho da exigência física e psicológica em um ambiente, muitas vezes, insatisfatório, desestruturado e altamente danoso ao trabalhador.

As evidências encontradas através da pesquisa científica demonstraram os contributos que influenciam diretamente nas condições de trabalho e afetam psicologicamente a enfermagem.

Diante do exposto, ficou evidente que se faz necessário rever questões organizacionais, de forma a gerar maior compreensão e interesse sobre a temática por parte das instituições de saúde visando garantir a prática profissional e reduzir os danos à saúde mental dos enfermeiros. ■

REFERÊNCIAS

1. Silva DSD, Tavares NVS, Alexandre ARG, Freitas DA, Brêda MZ, Albuquerque MCS, Neto VLM. Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem: revisão integrativa. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2015 [acesso em 27 abr 2019]; 49(6):1027-1036. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v49n6/pt_0080-6234-reeusp-49-06-1027.pdf.
2. Lucca SR, Rodrigues MSD. Absenteísmo dos profissionais de enfermagem de um hospital universitário do estado de São Paulo, Brasil. Rev Bras Med Trab [Internet]. 2015 [acesso em 27 abr 2019]; 13(2):76-82. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1679-4435/2015/v13n2/a5233.pdf>.
3. Oliveira EM, Souza EA, Tonini NS, Maraschin MS. Nível de estresse em enfermeiros de uma instituição hospitalar. Revista Nursing [Internet]. 2018 [acesso em 27 abr 2019]; 21(244):2355-2359. Disponível em: http://www.revistanursing.com.br/revistas/244-Setembro2018/Nivel_estresse.pdf.
4. Scholze AR, Martins JT, Robazzi MLCC, Haddad MCFL, Galdino MIQ, Ribeiro RP. Estresse ocupacional e fatores associados entre enfermeiros de hospitais públicos. Cogitare Enferm [Internet]. 2017 [acesso em 27 abr 2019]; (22)3: e50238. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/11/875402/50238-212397-1-pb.pdf>.
5. Ramos FR, Barth PO, Schneider AMM, Cabral AS, Reinaldo JS. Consequências do sofrimento moral em enfermeiros: revisão integrativa. Cogitare Enferm [Internet]. 2016 Abr/jun [acesso em 26 abr 2019]; 21(2): 1-13. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2016/07/686/45247-182430-1-pb.pdf>.
6. Souza MT, SILVA MD, Carvalho R. Revisão Integrativa: O que é e como fazer. Einstein [Internet]. 2010 [acesso em 26 abr 2019]; 8(1Pt1):102-6. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf.
7. Ferreira ES, Souza MB, Souza NVDO, Tavares KFA, Pires. A relevância do cuidado de si para profissionais de enfermagem. Cienc Cuid Saude [Internet]. 2015 Jan/Mar [acesso em 26 abr 2019]; 14(1):978-985. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/23360/14206>.