



QUALIS
A2



RESUMO EXPANDIDO

SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NO PÓS-PANDEMIA: FATORES DE RISCO, PROTEÇÃO E INTERVENÇÕES¹

MENTAL HEALTH OF NURSING PROFESSIONALS IN THE POST-PANDEMIC PERIOD: RISK FACTORS, PROTECTION, AND INTERVENTIONS

Eliane Lazara Costa MEDEIROS

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: liruiva@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0007-8327-1701>

Diego Santhiago Vieira ALVES

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: diegosanthiagovieira@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0009-3930-2253>

Maria Raquel de Melo BORGES

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: mariaraquel1891@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0004-3951-4997>

Ray da Silva NUNES

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: nunes.silva@mail.uft.edu.br

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0442-5498>

Wandersson Bandeira de OLIVEIRA

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: enferwandersson.012.wb@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0005-3044-1987>

Adriely de Sousa SILVA

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: dra.adrielysousa@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0000-0449-7083>

Camilla Alves de FREITAS

Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)

E-mail: camillaalvesdefreitas4@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0000-0449-7083>

¹ COMO CITAR: (ABNT): MEDEIROS, E. L. C.; ALVES, D. S. V.; BORGES, M. R.M; NUNES, R. S.; OLIVEIRA, W. B.; SILVA, A. S.; FREITAS, C. A.; LIMA, E. M.; OLIVEIRA, C. G.; OLIVEIRA, J. Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem no Pós-Pandemia: Fatores de Risco, Proteção e Intervenções. **JNT Facit Business and Technology Journal**. Qualis A2. ISSN: 2526-4281, Mês de Março de 2026 - Ed. 72. VOL. 01. Págs.114-120. Disponível: <http://revistas.faculdefacit.edu.br>. Acesso em: __/__/__.

Elias Martins LIMA
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: heliaslima@hotmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0009-0006-1784-9387>

Celma Gomes de OLIVEIRA
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: celmasaofelix@gmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0009-0004-8538-5794>

Jocirley de OLIVEIRA
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: oliveiraaraguaina2013@gmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0009-0008-4126-0091>

RESUMO

A pandemia de COVID-19 produziu impactos significativos na saúde mental dos profissionais de enfermagem, considerado grupo altamente exposto a sobrecargas emocionais e laborais. Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar os principais fatores de risco e proteção relacionados ao adoecimento psíquico dos profissionais de enfermagem no período pós-pandêmico, bem como identificar intervenções institucionais eficazes para a promoção do bem-estar mental. Trata-se de uma pesquisa de natureza básica, com abordagem qualitativa e caráter descritivo-exploratório, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica integrativa, utilizando livros, artigos científicos e documentos institucionais publicados entre 2020 e 2024 nas bases SciELO, BVS e Google Acadêmico. Os resultados evidenciam elevada prevalência de ansiedade, estresse ocupacional, síndrome de burnout e sintomas depressivos entre profissionais de enfermagem, associados a fatores como sobrecarga de trabalho, medo de contaminação, perdas humanas, precarização das condições laborais e falta de apoio institucional. Por outro lado, identificam-se fatores de proteção relacionados ao suporte social, reconhecimento profissional, estratégias de enfrentamento emocional e políticas organizacionais voltadas ao cuidado do trabalhador. Conclui-se que a saúde mental da enfermagem constitui um desafio prioritário no período pós-pandêmico, demandando intervenções estruturais, programas de apoio psicossocial e políticas públicas permanentes de valorização profissional.

Palavras-chave: Saúde mental. Enfermagem. Burnout. Pandemia. Trabalho.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic produced significant impacts on the mental health of nursing professionals, who are considered a group highly exposed to emotional and occupational overload. In this context, the present study aims to analyze the main risk and protective factors related to psychological distress among nursing professionals in the post-pandemic period, as well as to identify effective institutional interventions for promoting mental well-being. This is a basic research study with a qualitative approach and a descriptive-exploratory character, developed through an integrative bibliographic review using books, scientific articles, and institutional documents published between 2020 and 2024 in the SciELO, BVS, and Google Scholar databases. The results reveal a high prevalence of anxiety, occupational stress, burnout syndrome, and depressive symptoms among nursing professionals, associated with factors such as work overload, fear of contamination, human losses, precarious working conditions, and lack of institutional support. On the other hand, protective factors were identified, including social support, professional recognition, emotional coping strategies, and organizational policies focused on worker care. It is concluded that the mental health of nursing professionals constitutes a priority challenge in the post-pandemic period, requiring structural interventions, psychosocial support programs, and permanent public policies aimed at professional recognition and appreciation.

Keywords: Mental health. Nursing. Burnout. Pandemic. Work.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 representou uma das maiores crises sanitárias da história contemporânea, produzindo impactos profundos não apenas nos sistemas de saúde, mas também na saúde mental dos profissionais envolvidos no enfrentamento da emergência sanitária. Entre esses trabalhadores, os profissionais de enfermagem destacaram-se como grupo particularmente vulnerável ao adoecimento psíquico, devido à intensa exposição a situações de sofrimento humano, risco biológico, sobrecarga laboral e pressão emocional.

A enfermagem constitui a maior força de trabalho na área da saúde, desempenhando papel essencial na assistência direta aos pacientes, na vigilância clínica, na gestão do cuidado e na organização dos serviços. Durante a pandemia, esses profissionais enfrentaram jornadas extenuantes, escassez de recursos,

insegurança ocupacional e experiências traumáticas relacionadas à elevada mortalidade e ao isolamento social.

No período pós-pandêmico, observa-se a persistência de consequências psicológicas entre profissionais de enfermagem, incluindo sintomas de ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e síndrome de burnout. Esses fatores impactam não apenas a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também a segurança do paciente, a qualidade da assistência e a sustentabilidade dos sistemas de saúde.

Diante desse cenário, torna-se fundamental investigar os fatores associados ao adoecimento mental desses profissionais, bem como identificar estratégias de proteção e intervenções capazes de promover o cuidado integral do trabalhador de enfermagem.

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar os fatores de risco e proteção relacionados à saúde mental dos profissionais de enfermagem no período pós-pandêmico, destacando intervenções institucionais e políticas voltadas à promoção do bem-estar psicológico.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza básica, com abordagem qualitativa e caráter descritivo-exploratório, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica integrativa. Esse método permite a síntese sistematizada do conhecimento científico disponível, possibilitando a identificação de evidências relevantes sobre determinado fenômeno.

O processo metodológico seguiu seis etapas: definição do problema de pesquisa, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, busca nas bases de dados, seleção dos estudos, análise crítica e síntese dos resultados. A coleta de dados foi realizada nas bases de pesquisa (livros, artigos), utilizando os descritores: “saúde mental”, “enfermagem”, “pandemia”, “burnout” e “estresse ocupacional”.

Os critérios de inclusão contemplaram estudos que abordassem diretamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia e do período pós-pandêmico. Foram excluídos materiais duplicados, textos opinativos sem respaldo científico e estudos que não apresentassem relação direta com a temática.

Os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo temática, permitindo a organização das informações em três categorias principais: fatores de risco para adoecimento mental, fatores de proteção e intervenções institucionais.

REFERENCIAL TEÓRICO

O presente referencial teórico foi elaborado com base nas obras e estudos que fundamentam a compreensão da relação entre trabalho, saúde mental e enfermagem, especialmente a partir das contribuições de Benevides-Pereira (2010), Dejours (2015), Laurell e Noriega (2013), Mendes e Dias (2011) e Silva e Lima (2021), que abordam a psicodinâmica do trabalho, o adoecimento ocupacional e os fatores psicossociais presentes no contexto laboral da enfermagem.

A saúde mental no trabalho constitui um campo de estudo que compreende a interação entre condições laborais, organização do trabalho e subjetividade dos trabalhadores. Nesse sentido, a psicodinâmica do trabalho, proposta por Christophe Dejours, destaca que o sofrimento psíquico surge quando há desequilíbrio entre as exigências laborais e a capacidade do trabalhador de elaborar estratégias de enfrentamento. A falta de reconhecimento, a pressão por produtividade e a limitação da autonomia profissional são elementos que intensificam o desgaste emocional e favorecem o adoecimento mental.

No campo da enfermagem, o trabalho apresenta características específicas que aumentam a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, tais como contato constante com a dor, a morte e o sofrimento humano, além de jornadas prolongadas, sobrecarga física e elevada responsabilidade assistencial. Esses fatores configuram um ambiente laboral propício ao desenvolvimento de transtornos mentais relacionados ao trabalho, como ansiedade, depressão e síndrome de burnout.

A síndrome de burnout, conforme descrita por Benevides-Pereira, caracteriza-se por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. No contexto da enfermagem, essa síndrome está frequentemente associada à sobrecarga laboral, à falta de suporte institucional e à desvalorização profissional, fatores que se intensificaram significativamente durante a pandemia de COVID-19.

A abordagem da saúde do trabalhador, desenvolvida por autores como Laurell, Noriega, Mendes e Dias, enfatiza que o adoecimento mental não pode ser compreendido apenas como um fenômeno individual, mas deve ser analisado à luz das condições estruturais e organizacionais do trabalho. Aspectos como precarização laboral, insuficiência de recursos, dimensionamento inadequado de equipes e ausência de políticas institucionais de cuidado contribuem diretamente para o desgaste psicossocial.

Por outro lado, a literatura também evidencia a existência de fatores de proteção capazes de reduzir os impactos do estresse ocupacional. Entre esses fatores destacam-se o suporte social no ambiente de trabalho, o reconhecimento profissional, a autonomia laboral, o fortalecimento de vínculos interpessoais e a implementação de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores.

No contexto pós-pandêmico, o referencial teórico aponta para a necessidade de ampliar a compreensão sobre os efeitos prolongados de eventos traumáticos coletivos, como a pandemia, que podem desencadear sintomas persistentes de estresse pós-traumático, exaustão emocional e sofrimento psíquico crônico entre profissionais de saúde.

Dessa forma, o conjunto teórico analisado evidencia que a saúde mental dos profissionais de enfermagem está intrinsecamente relacionada às condições de trabalho, ao reconhecimento social e às políticas institucionais de cuidado ao trabalhador, reforçando a necessidade de intervenções estruturais e organizacionais para a promoção do bem-estar psicológico dessa categoria profissional.

RESULTADOS E ANÁLISE

Os resultados indicam que os profissionais de enfermagem apresentaram níveis elevados de sofrimento psíquico durante e após a pandemia, destacando-se sintomas de ansiedade, depressão, estresse crônico e exaustão emocional.

Entre os principais fatores de risco identificados, destacam-se a sobrecarga de trabalho, caracterizada por jornadas prolongadas, acúmulo de funções e escassez de profissionais; o medo constante de contaminação e transmissão do vírus aos familiares; a vivência frequente de mortes e sofrimento humano; e a precarização das condições laborais, incluindo falta de equipamentos de proteção individual e baixos salários.

Outro fator relevante refere-se à desvalorização profissional e ao reconhecimento social limitado, o que contribui para sentimento de frustração, impotência e desgaste emocional. A exposição contínua a situações de emergência também favorece o desenvolvimento da síndrome de burnout, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional.

Por outro lado, os estudos evidenciam fatores de proteção importantes, como o suporte social entre colegas de trabalho, o apoio familiar, a espiritualidade, o reconhecimento institucional e a existência de ambientes organizacionais saudáveis.

As intervenções identificadas incluem programas de apoio psicológico, rodas de escuta terapêutica, políticas de valorização profissional, redução da carga horária,

melhoria das condições de trabalho e capacitações voltadas ao enfrentamento do estresse ocupacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a saúde mental dos profissionais de enfermagem constitui uma das principais demandas emergentes no período pós-pandêmico, refletindo os impactos acumulados de uma crise sanitária sem precedentes.

Os fatores de risco identificados evidenciam a necessidade de mudanças estruturais nos ambientes de trabalho, incluindo melhores condições laborais, dimensionamento adequado de equipes e valorização profissional.

Ao mesmo tempo, os fatores de proteção demonstram a importância do suporte social, do reconhecimento institucional e da implementação de políticas organizacionais voltadas ao cuidado do trabalhador.

Destaca-se a necessidade de políticas públicas permanentes que priorizem a saúde mental da enfermagem, bem como a criação de programas institucionais contínuos de apoio psicossocial.

Recomenda-se a realização de estudos empíricos que investiguem intervenções eficazes e estratégias sustentáveis para a promoção do bem-estar psicológico desses profissionais.

REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2015.

LAURELL, Asa Cristina; NORIEGA, Mariano. **Processo de produção e saúde**: trabalho e desgaste operário. São Paulo: Hucitec, 2013.

MENDES, René; DIAS, Elizabeth Costa. **Saúde dos trabalhadores**: fundamentos e práticas. São Paulo: Atheneu, 2011.

SILVA, João Batista da; LIMA, Regina Célia. **Saúde mental e trabalho na enfermagem**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2021.