

FATORES DESENCADEANTES DA DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

 <https://doi.org/10.56238/sevened2024.043-001>

Karoline Aguiar Paiva

Enfermeira, Pós graduanda em Atenção à Saúde Mental
Hospital de Clínicas de Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil.
E-mail: karoline-paiva23@hotmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7819-4011>

Welison da Silva Ferreira Sá

Enfermeiro, Pós graduando em Neurologia
Hospital de Clínicas de Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil.
E-mail: welferreirasa@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3633-1675>

Camila Guerra Martinez

Docente do Programa de Pós-graduação em Biociências aplicadas à Saúde
Universidade Ceuma, Maranhão, Brasil
E-mail: camila005150@ceuma.com.br
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6116-9182>

RESUMO

Ansiedade e depressão, dupla considerada o mal do século XXI, são transtornos mentais que se caracterizam por apresentarem como principais sintomas uma preocupação excessiva e tristeza profunda sem motivo aparente, respectivamente. Apesar de serem diferentes, estas estão comumente associadas uma à outra, e os profissionais da Enfermagem são um grupo de alto risco para desenvolvê-las. Este trabalho possui como objetivo analisar fatores que estão associados à prevalência de sinais e sintomas de depressão e ansiedade nos profissionais da enfermagem. Trata-se de uma revisão bibliográfica, que utilizou as bases de dados: PubMed, Scielo e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores de saúde (DeCS) usados na pesquisa foram: “Enfermeiro”, “Depressão” e “Ansiedade”. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 5 anos que contemplavam o tema proposto, em inglês e português, ademais, teve como critérios de exclusão revisões literárias, relatos de caso e duplicados. Os principais fatores desencadeadores de depressão e ansiedade foram longas jornadas de trabalho, desvalorização da classe, baixos salários, envolvimento emocional, insegurança, falta de autonomia e má qualidade no sono. Destarte, os resultados demonstraram que são diversos os fatores que desencadeiam problemas psíquicos, como aspectos pessoais, emocionais, ambientais e laborais. Faz-se necessário elaborar propostas visando: (I) a detecção precoce dos sintomas, (II) intervenções que diminuam a incidência dos sintomas para melhorar esse quadro e (III) medidas que os hospitais possam adotar para diminuir os casos de depressão e ansiedade.

Palavras-chave: Enfermeiros. Depressão. Ansiedade.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais são conceituados como modificações no sistema fisiológico, que comprometem o comportamento, humor e pensamentos (FERNANDES et al., 2018). De acordo com o Relatório Mundial de Saúde Mental divulgado em 2022 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), 1 bilhão de pessoas no mundo vivem com doenças mentais. Desse total, estimava-se em 2019 que 31% se referia à ansiedade e 28,9% depressão (OMS, 2022a).

A ansiedade fisiológica caracteriza-se por ser um sinal de alerta em momentos de perigo, para fazer com o que a pessoa fuja ou lute, desencadeando sinais de inquietação, desconforto, tensão, coração acelerado, angústia, falta de ar e tremores. Em seu estado patológico, esses sinais acontecem de forma excessiva e intensa, sem motivo ou perigo aparente, e, na maioria das vezes, está associada à depressão (BRANDTNER; BARDAGI, 2009). Já a depressão caracteriza-se como um estado de tristeza profunda, irritação, desinteresse, desânimo, cansaço constante, ausência de energia e de esperança, distúrbios do sono, pensamentos negativos e em casos mais graves, automutilação e suicídio (OMS, 2022a).

Em 2020, houve um aumento de mais de 25% nos índices de prevalência relacionados a tais doenças, e os profissionais da saúde são um grupo de alto risco para desenvolvimento de problemas mentais (OMS, 2022a). Na área hospitalar, os Enfermeiros têm como trabalho a ação terapêutica, o qual aplicam seus conhecimentos técnicos e exercem cuidados de saúde subjetivos e complexos para com o ser humano. Dessa forma, há um alto envolvimento emocional entre pessoa e profissional da saúde, além da constante responsabilidade pela vida dos enfermos (DAL'BOSCO et al., 2020). Por conseguinte, para trabalhar de forma produtiva, é importante um estado saudável, pois não há como desconectar as atividades laborais realizadas das condições de saúde mental e física de um indivíduo (CARVALHO et al., 2019).

Nesse viés, o processo de cuidar não está ligado apenas ao bem estar dos pacientes, mas encarar também diariamente cenários de sofrimento, dor e mortes, que combinados à desvalorização da classe e más condições de trabalho, podem estimular o desenvolvimento de doenças psiquiátricas. Estudos mostram que alguns enfermeiros apresentam sentimentos negativos com relação a si mesmo, à vida e ao trabalho, além de dificuldade nas relações familiares e sociais (DUARTE et al, 2018; HUMEREZ; OHL; SILVA, 2020; CHEN, 2022).

Consoante a isso, Lincoln Gomes, conselheiro suplente do Conselho Regional de Enfermagem do Espírito Santo (COREN-ES), em entrevista publicada em 2019, destaca que há altos índices de profissionais de Enfermagem com depressão e ansiedade, “pela característica da profissão e pelo atual desafio que os serviços de saúde nos proporcionam e também diante dos desafios de cunho trabalhista que a categoria enfrenta há bastante tempo” (COREN-ES, 2019).

Diante da importância do enfermeiro na assistência à saúde, e dos riscos associados à prestação de serviços, em especial na área da saúde, é necessário compreender melhor os mecanismos fisiopatológicos dessas duas enfermidades e seus principais desencadeadores e consequências, tanto a nível pessoal quanto laboral. Para isso o presente trabalho será focado em descrever os fatores que podem influenciar na alta incidência de sinais e sintomas de ansiedade e depressão em profissionais da enfermagem encontrados na literatura. Entender melhor esses desencadeadores permitirá o desenvolvimento de estratégias para diminuir as taxas de doenças psiquiátricas em enfermeiros e propor melhores estratégias de tratamento e acompanhamento.

2 METODOLOGIA

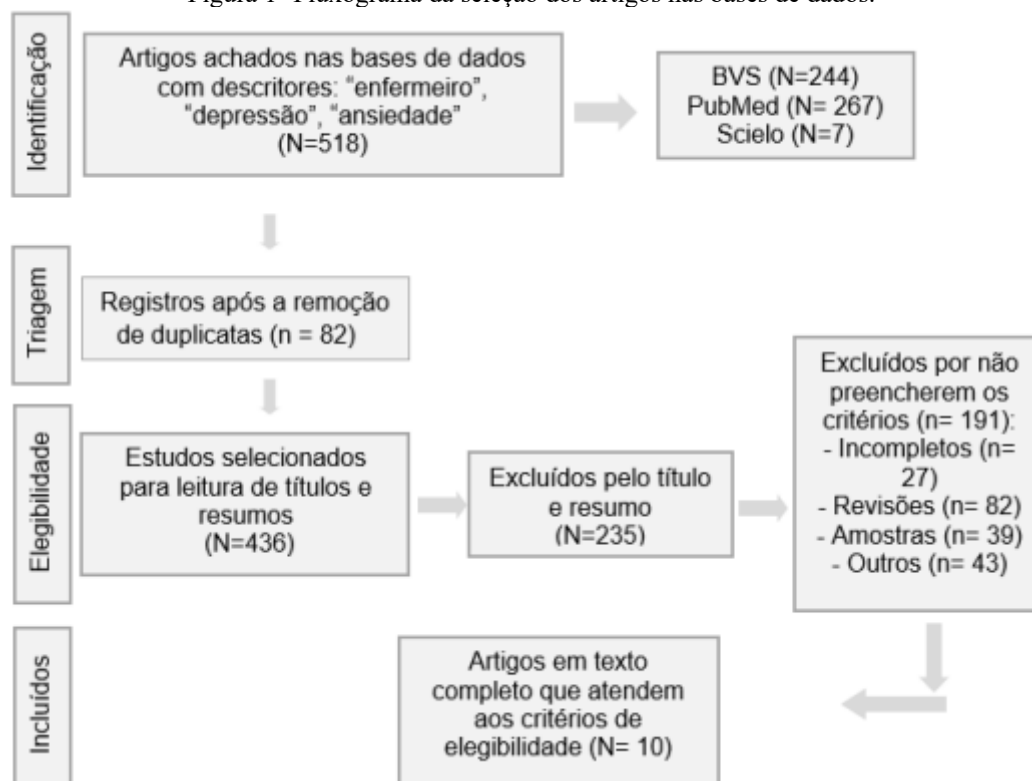
Trata-se de uma revisão bibliográfica, que após escolha de pergunta hipótese, iniciou-se a busca de artigos que atendem ao tema proposto, que posteriormente foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. A busca de artigos aconteceu no mês de março de 2023, foram utilizadas as seguintes bases de dados para guiar o estudo: National Library Of Medicine (PubMed), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS-BIREME) e Scientific Eletronic Library Online (SciELO), e teve como Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Enfermeiros”, “Depressão”, “Ansiedade”, com operador booleano “AND”.

Para elaborar esse estudo, houve um seletivo prévio de pesquisas disponíveis na íntegra. Contemplou como critérios de inclusão artigos datados de 2018 a 2023, originais, completos, com idiomas em inglês e português, que atendiam ao objeto de estudo desta pesquisa. Para critérios para exclusão os duplicados, incompletos, revisões, relatos de caso, amostras e monografias. O fluxo de métodos para selecionar os artigos foi esquematizado na Figura 1. Inicialmente durante a seleção dos artigos, foram lidos os títulos e resumos de forma minuciosa, para fazer o refinamento de dados os quais convergiam com o tema abordado para compor os resultados finais.

Foi encontrado nas bases um total de 518 artigos, dos quais, 244 na BVS, 267 na PubMed e 7 no Scielo. Teve como duplicados 82, os quais foram removidos. Além disso, foram excluídos 426 os quais não atendiam aos critérios de elegibilidade. A amostra final contemplou 10 artigos selecionados.

A coleta de dados das amostras foi realizada em formato de tabela, utilizando o programa Microsoft Word versão 2019. O fluxo de métodos para selecionar os artigos que foram incluídos foi esquematizado na Figura 1.

Figura 1- Fluxograma da seleção dos artigos nas bases de dados.



3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos após análise dos artigos selecionados, através dos critérios de inclusão e exclusão para elaboração da amostra, foram expostos através de quadro. O Quadro 1 foi constituído por 10 artigos, com informações tais como: número do artigo, título, autor, ano, base de dados, objetivo e principais resultados.

Quadro 1 – Seleção dos artigos analisados para construção desta revisão.

Título	Autor/Ano	Base de Dados	Objetivo e Metodologia	Resultados
Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar.	Assis <i>et al.</i> 2022.	BVS	Analisar fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão.	Má qualidade de sono, ausência de autonomia, insegurança, sobrecarga, meio social e familiar comprometidos, relação hostil com equipe, concomitante à falta de agrado e satisfação profissional. Houve correlação leve entre estresse com variáveis de quantidade de empregos e idade.
Avaliação da relação entre religiosidade, ansiedade, depressão e resiliência psicológica na equipe de enfermagem.	Fradelos <i>et al.</i> (2020).	PubMed	Correlacionar religiosidade, resiliência e bem-estar psicológico desses profissionais.	Apesar das práticas religiosas serem consideradas como proteção para doenças como depressão e ansiedade, experiências e crenças religiosas podem elevar os níveis de tais patologias e, não foi observado correlação com a resiliência dos enfermeiros.

Sintomas psicológicos em enfermeiras chinesas podem estar associados predisposição a doenças crônicas: um estudo transversal de estado de saúde abaixo do ideal.	Zhu <i>et al.</i> (2020).	PubMed	Investigar a prevalência e relação de de doenças crônicas e sintomas psicológico em enfermeiros chineses e a viabilidade de melhorar o estado de saúde e prevenir doenças em enfermeiros.	Houve uma incidência relativamente maior de depressão e ansiedade nos enfermeiros que apresentavam doenças crônicas, principalmente as que causavam alterações cardiovasculares, diabetes e outras. Ademais, fatores como renda mensal, longa jornada, sobrecarga, ambiente de trabalho hostil e estressante também contribuem.
Privação do sono e memória autobiográfica: evidências de enfermeiras com privação de sono.	Khormizi <i>et al.</i> (2018).	PubMed	Avaliar o desempenho da memória de enfermeiras bem descansadas e as que possuem privação de sono de 8 a 12 horas trabalhando em turno.	Foram achados níveis consideravelmente mais altos quanto à depressão no grupo com privação de sono, e memória autobiográfica bem pior em relação ao outro grupo. Além do mais, houve diferença quanto às memórias específicas lembradas, e o grupo com privação de sono apresentou maior presença de memórias negativas.
Descrevendo o estado de saúde mental dos enfermeiros na British Columbia: Um estudo de pesquisa em toda a província.	Havaei <i>et al.</i> (2021).	PubMed	Identificar se há prevalência de problemas de saúde mental entre em profissionais da enfermagem em British Columbia (BC).	Sintomas de transtorno de estresse pós-traumático e maiores taxas de esgotamento na equipe de enfermagem estão correlacionados com o desenvolvimento de doenças como depressão e ansiedade, além da falta de acompanhamento psicológica e violência no local de trabalho desses profissionais.
Efeitos de fatores relacionados ao trabalho em turnos sobre a depressão e a ansiedade em enfermeiros.	Li <i>et al.</i> (2022).	PubMed	Avaliar o efeito do trabalho em turnos e hábitos pessoais sobre depressão e ansiedade entre enfermeiros.	Tem como principais fatores a privação de sono, uso de remédios para dormir, estresse psicológico, fadiga durante o trabalho e trabalhar mais de 40 horas semanais.
Estresse traumático secundário, estado mental e capacidade de trabalho em enfermeiros - resultados de uma avaliação de risco psicológico em um hospital universitário.	Bock <i>et al.</i> (2020).	PubMed	Avaliar a regularidade de eventos de estresse traumático e como isso pode mitigar o bem-estar psicológico dos enfermeiros, apresentando sintomas de ansiedade e depressão, além da capacidade de trabalhar.	Analizou-se que 91,2% tiveram algum trauma secundário, e 25,3% apresentaram sintomas de estresse traumático secundário. Além disso, esse segundo grupo apresentou índices mais altos de depressão e ansiedade; ademais, relataram baixo rendimento, performance no trabalho prejudicada, tensão emocional, e baixo apoio social.

Correlatos de personalidade e ocupacionais de ansiedade e depressão em enfermeiros: a contribuição do conflito de funções, autoavaliações, efeito negativo e bullying.	Hosseini e Homayuni, (2022).	PubMed	Analisar a relação entre conflito de papéis, autoavaliações centrais, efeito negativo e bullying com ansiedade e depressão em enfermeiros.	Fatores os quais podem influenciar no desenvolvimento de depressão e ansiedade em enfermeiros são: ter sofrido bullying no ambiente de trabalho, baixa autoavaliação central, conflitos de papéis entre a equipe, afeto negativo relacionado a dor, tristeza e morte de pacientes, conflitos nas relações com a equipe e alta responsabilidade com enfermos.
Burnout, saúde mental, sintomas físicos e comportamentos de enfrentamento em profissionais de saúde em Belize em meio a Pandemia de COVID-19: Um estudo transversal nacional.	Estephan <i>et al.</i> (2023).	PubMed	Analisar incidência de <i>Burnout</i> e seus fatores associados em profissionais de saúde em Belize, durante a pandemia de COVID-19.	Alta prevalência de <i>Burnout</i> foi associada fortemente ao desenvolvimento de ansiedade e depressão em profissionais de saúde, tendo como maioria a equipe de enfermagem.
Esgotamento psicológico em médicos e enfermeiros expostos à violência no local de trabalho: um estudo transversal usando análise de escore de propensão.	Shi <i>et al.</i> (2020).	PubMed	Avaliar os efeitos de violência no trabalho sobre a ansiedade e depressão.	Os profissionais que sofreram de violência física e/ou verbal no ambiente laboral demonstraram maior tendência em desenvolver sinais e sintomas de depressão, ansiedade e esgotamento psicológico.

Os profissionais de enfermagem não estão isentos de desenvolver doenças mentais, que podem levar à exaustão psíquica, consumo de remédios psiquiátricos, impactos negativos no desempenho laboral e aumento nas taxas de absenteísmo. Além disso, tem-se o gênero feminino mais propenso a desenvolverem problemas psíquicos, pois além das atividades laborais, há também as domésticas (SCHMOELLER *et al.*, 2011).

São diversos os fatores que contribuem para essas patologias, que podem ocorrer seja por motivos de cunho pessoal e/ou no ambiente de trabalho, como: insegurança em realizar procedimentos e tomar decisões importantes; lidar diretamente com quadros de dor, enfermidades e morte dos pacientes; ausência de recursos materiais e de pessoal, o que intensifica o ritmo de trabalho; realizar várias atividades de forma simultânea, além da complexidade e responsabilidade no processo cuidar (POZZEBON *et al.*, 2016).

Há maiores evidências que os sintomas de ansiedade são mais prevalentes nos profissionais com menor tempo de experiência, o que os levam à insegurança quanto à execução de seus novos deveres, instabilidade profissional, ausência de autonomia, baixo reconhecimento de seu trabalho e conflitos com a equipe. Já os que possuíam maior tempo de serviço apresentaram mais sinais depressivos, devido à exaustão, despersonalização e baixa realização pessoal (OLIVEIRA; PEREIRA, 2012).

De acordo com Pozzebon *et al.* (2016), os enfermeiros possuem intensa exigência emocional e estão frequentemente expostos a alto grau de estresse. A realização de atividades físicas está ligada

positivamente ao bem-estar, tendo influência na saúde mental. Porém, 83,72% de sua amostra de enfermeiros estudada apresentaram sedentarismo e 70,07% não realizavam nenhuma atividade de lazer. Para a OMS (2022b), realizar exercícios previne e controla doenças cardiovasculares, diabetes, reduz sintomas de depressão e ansiedade, além de melhorar outros parâmetros de saúde e do sono.

Uma boa qualidade do sono associada a bons hábitos alimentares auxilia em processos cognitivos, metabólicos e físicos de um indivíduo (HEATH; DORRIAN; COATES, 2019; PAIXÃO et al., 2021). A privação do sono a longo prazo está relacionada ao desenvolvimento de doenças crônicas, que associadas a outras causas, elevam a tensão, bem como desencadeiam desequilíbrios mentais. Tais problemáticas podem ser observadas nas longas jornadas e turnos de trabalho (GUIDO et al., 2011; PINHEIRO et al., 2014).

Segundo artigo 7º, inciso XIII da Constituição da República, não se deve ultrapassar 44 horas semanais trabalhadas, enquanto o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) confere 40 horas, ou que a cada 12 horas em exercício, 36 horas sejam de folga (BRASIL, 1988; COFEN, 2017). A escala varia conforme a instituição, que pode ser: 6x1; 12x36; 12x60 ou 24x48, se tratando de apenas um emprego. A disponibilidade de horários que seria para descanso, tem o efeito oposto e contribui para que esses profissionais atuem em mais de um vínculo empregatício, onde na maioria das vezes uma dessas atividades acontecem no turno noturno. Com a falta de visibilidade para quantitativo de atividades, esses indivíduos que possuem multiemprego excedem o limite seguro, e chegam a trabalhar 80 ou até 120 horas semanais.

A submissão a excessivas jornadas e horas extras é justificada pela necessidade financeira, resultando em redução do sono, fadiga, excesso de demandas e exaustão (SILVA; ROTENBERG; FISCHER, 2011). A remuneração insatisfatória é um ponto o qual interfere na qualidade de vida dos enfermeiros, que com o intuito de possuir uma renda maior, acabam se expondo a riscos ocupacionais, sobrecarga e desgastes psíquicos e físicos (CORDEIRO, 2012). Para melhorar esse quadro, entrou em vigor em 2022 a Lei nº 14.434, que assegura o Piso Salarial dos profissionais de enfermagem, estabelecendo salário de R\$4.750,00 aos Enfermeiros, 70% desse valor aos Técnicos de Enfermagem e 50% a Auxiliares e Parteiras (COFEN, 2022).

Concomitante a isso, profissionais de enfermagem possuem grande risco de suicídio, por apresentarem conflitos familiares e no trabalho, baixa remuneração e reconhecimento da classe, estruturas de hierarquias entre os profissionais, além de negação em reconhecer a presença de desequilíbrios emocionais, por medo e receio em se vulnerável (FREIRE et al., 2020). Uma das hipóteses para o fato da recusa em buscar por ajuda psicológica, é que esse grupo se compreende como cuidador, logo, apresentam uma relutância quanto a estar no papel de receber o cuidado, e exercer o autocuidado (DUDEN et al., 2023).

Em contrapartida, enfermeiros que prestam serviços na área de psiquiatria apresentaram melhores índices de saúde mental, se comparado às demais áreas (CARVALHO et al., 2019). Esse achado pode ser justificado por esses indivíduos estarem em um ambiente com menor preconceito referente ao adoecimento emocional, o que proporciona uma segurança psicológica para procurar por auxílio, e há maior disponibilidade quanto a profissionais especializados, garantindo facilidade no acesso. Além disso, conhecer previamente sinais de alerta pode produzir percepção de autoavaliação, para tratamento precoce.

Diante disso, faz-se necessário aplicar medidas para promover melhores condições de trabalho, com suporte emocional dentro do ambiente laboral, além de políticas públicas para valorização da classe, remuneração satisfatória e jornadas menores. É oportuno orientações sobre o assunto, com a intenção de proporcionar um meio com maior segurança, e as instituições adotarem ferramentas de autoavaliação para monitoramento. Tais propostas seriam formas de diminuir as taxas de depressão e ansiedade, contribuindo para melhoria na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem.

4 CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo indicam que aspectos sociais, pessoais, culturais, religiosos, emocionais, ambientais e laborais influenciam no desenvolvimento de doenças psíquicas. A depressão e ansiedade possuem como sintomas tristeza profundas e preocupação excessiva, respectivamente. Os profissionais de enfermagem são um grupo de risco para desenvolvê-las, afetando no desempenho de suas atividades laborais, e causando um aumento nas taxas de absenteísmo.

Notou-se como fatores desencadeantes para desenvolvimento de tais problemáticas nos profissionais da enfermagem a falta de autonomia em suas tarefas; insegurança; desvalorização da classe; má qualidade no sono, ocasionado por turnos noturnos; sobrecarga; violência no ambiente de trabalho; altos níveis de estresse; conflitos pessoais e com a equipe; presença de doenças crônicas; sedentarismo; longas jornadas; baixa remuneração; dificuldades em buscar tratamento especializado e outros contribuem para o adoecimento dessa população.

Diante disso, o desenvolvimento dessa pesquisa foi de extrema importância para entender melhor quais motivos podem desencadear essas doenças, e assim promover estratégias e métodos que atuem em fatores modificáveis, além de fornecer melhores condições organizacionais e educação continuada sobre o tema.

Portanto, seria de grande valia criar um núcleo nas instituições que disponibilize aos trabalhadores acompanhamento psiquiátrico e psicológico durante sua jornada de trabalho, dando orientações e suporte sobre como lidar melhor com as situações do ambiente de trabalho, bem como disponibilizar ferramentas de autoavaliação com o intuito de identificar de forma precoce sinais e



sintomas de desequilíbrios emocionais, com o objetivo de promover o bem-estar físico e mental desses indivíduos, e consequentemente, trazer mais qualidade à assistência prestada aos pacientes.

REFERÊNCIAS

ASSIS, Bianca et al. Factors associated with stress, anxiety and depression in nursing professionals in the hospital context. *Rev. Bras. Enferm.*, v. 75, supl. 3, p. e20210263, 2022. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672022000500207&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 4 jun. 2023.

BOCK, Christian et al. Estresse Traumático Secundário, Estado Mental e Capacidade para o Trabalho em Enfermeiros - Resultados de uma Avaliação de Risco Psicológico em um Hospital Universitário. *Psiquiatria de Frente*, v. 11, p. 298, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32395109/>. Acesso em: 10 maio 2023.

BRANDTNER, Maríndia; BARDAGI, Marucia. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Rev. Interinst. Psicol.*, Juiz de Fora, v. 2, n. 2, p. 81-91, dez. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202009000200004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 4 mar. 2023.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado, 1998.

CARVALHO, Daniel Ricardo et al. A saúde mental dos enfermeiros: um estudo preliminar. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, Porto, n. 21, p. 47-53, jun. 2019. Disponível em: http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602019000100007&lng=en&nrm=is. Acesso em: 2 mar. 2023.

CHEN, Shu-Yan et al. O papel mediador e moderador da resiliência psicológica entre estresse ocupacional e saúde mental de enfermeiros psiquiátricos: um estudo transversal multicêntrico. *BMC Psiquiatria*, v. 22, p. 823, 2022. Disponível em: <https://bmcpsy psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-022-04485-y#citeas>. Acesso em: 2 maio 2023.

COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. Parecer nº 00820172017. COFEN, jan. 2017. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/parecer-no-0082017cofenctln>. Acesso em: 2 mar. 2023.

COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. Piso salarial da enfermagem. COFEN, maio 2022. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/enfermagem-piso-salarial>. Acesso em: 2 mar. 2023.

CORDEIRO, Técia. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, v. 4, n. 01, p. 36-46, jan./jun. 2012. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/1079/804>. Acesso em: 4 mar. 2023.

COREN-ES. Conselho Regional de Enfermagem – Espírito Santo. Depressão é realidade entre enfermeiros. COREN-ES, maio 2019. Disponível em: http://www.coren-es.org.br/depressao-e-realidade-entre-enfermeiros_20285.html. Acesso em: 4 mar. 2023.

DAL'BOSCO, Eduardo Bassani et al. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, suppl. 2, p. e20200434, jul. 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672020001400153&lng=en. Acesso em: 2 mar. 2023.

DUARTE, Maria et al. O trabalho em emergência hospitalar: sofrimento e estratégias defensivas dos enfermeiros. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 39, e2017-0255, set. 2018. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472018000100444&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 9 mar. 2023.

DUDEN, Gesa et al. Saúde mental de profissionais de saúde durante a pandemia COVID-19 em curso: uma investigação comparativa do primeiro e segundo anos pandêmicos. *BMJ Open*, v. 13, n. 3, p. e067244, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36948559/>. Acesso em: 2 mar. 2023.

ESTEPHAN, Lila et al. Burnout, saúde mental, sintomas físicos, e comportamentos de enfrentamento em trabalhadores de saúde em Belize em meio à pandemia COVID-19: um estudo transversal nacional. *International Journal of Social Psychiatry*, v. 69, n. 4, p. 1033-1042, jun. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36748178/>. Acesso em: 15 maio 2023.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Transtornos mentais e comportamentais em trabalhadores: estudo sobre os afastamentos laborais. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 52, p. e03396, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-985045>. Acesso em: 2 mar. 2023.

FRADELOS, Evangelos et al. Avaliação da relação entre religiosidade, ansiedade, depressão e resiliência psicológica em trabalhadores de enfermagem. *Saúde Psychology Research*, v. 8, n. 1, p. 8234, maio 2020. Disponível em: <https://www.pagepressjournals.org/index.php/hpr/article/view/8234>. Acesso em: 10 maio 2023.

FREIRE, Fernanda et al. Factors associated with suicide risk among nurses and physicians: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, suppl. 1, p. e20200352, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/vnHK3kzz8YFqmmwhgfsj57J/?lang=en>. Acesso em: 2 mar. 2023.

GUIDO, Laura et al. Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 45, n. 6, p. 1434-1439, dez. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/receusp/a/9VmJ4CrP7kQsv5JHLNTHkCL/?lang=pt>. Acesso em: 10 mar. 2023.

HAVAEI, Farinaz et al. Descrevendo o estado de saúde mental de enfermeiros na Colúmbia Britânica: um estudo de pesquisa em toda a província. *Política de Saúde*, v. 16, n. 4, p. 31-45, maio 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34129477/>. Acesso em: 10 maio 2023.

HEATH, Georgina; DORRIAN, Jillian; COATES, Alison. Associações entre tipo de turno, sono, humor e dieta em um grupo de enfermeiros que trabalham por turnos. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, v. 45, n. 4, p. 402-412, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30806474/>. Acesso em: 10 maio 2023.

HOSSEINI, Zahra; HOMAYUNI, Atefeh. Personalidade e correlatos ocupacionais de ansiedade e depressão em enfermeiros: a contribuição do conflito de papéis, autoavaliações centrais, afeto negativo e bullying. *BMC Psychology*, v. 10, n. 1, p. 215, set. 2022. Disponível em: <https://bmcp psychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-022-00921-6>. Acesso em: 10 maio 2023.

HUMEREZ, Dorisdaia; OHL, Rosali Isabel; SILVA, Manoel. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19: ação do conselho federal de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, [S.l.], v. 25, maio 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115>. Acesso em: 4 mar. 2023.

KHORMIZI, Hasan et al. Sleep-deprivation and autobiographical memory: evidence from sleep-deprived nurses. *Journal of Sleep Research*, v. 28, p. e12683, fev. 2018. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jsr.12683>. Acesso em: 10 maio 2023.

LI, Yuxin et al. Effects of factors related to shift work on depression and anxiety in nurses. *Frontiers in Public Health*, v. 10, jul. 2022. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2022.926988/full>. Acesso em: 15 maio 2023.

OLIVEIRA, Vanessa; PEREIRA, Telmo. Ansiedade, depressão e burnout em enfermeiros: impacto do trabalho por turnos. *Revista de Enfermagem Referência*, n. 7, p. 43-54, jul. 2012. Disponível em: https://rr.esenfc.pt/rr/index.php?module=rr&target=publicationDetails&pesquisa=&id_artigo=2300&id_revista=9&id_edicao=46. Acesso em: 10 maio 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. OMS divulga Informe Mundial de Saúde Mental: transformar a saúde mental para todos. Biblioteca Virtual em Saúde MS, maio 2022a. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/oms-divulga-informe-mundial-de-saude-mental-transformar-a-saude-mental-para-todos/>. Acesso em: 2 mar. 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Relatório sobre o ponto de situação global da atividade física 2022: sumário executivo. OMS, jan. 2022b. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/365405>. Acesso em: 2 mar. 2023.

PAIXÃO, Jula Thereza et al. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários da área da saúde. *Enfermagem Foco*, v. 12, n. 4, p. 780-786, 2021. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/4595>. Acesso em: 10 maio 2023.

PINHEIRO, Ricardo et al. Prevalência de sintomas depressivos e ansiosos em pacientes com dor crônica. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 63, n. 3, p. 213-219, set. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/jMfb36hvgZYkr4Y54tPv8Cc/?lang=pt>. Acesso em: 10 mar. 2023.

POZZEBON, Daniela et al. Relação entre estresse percebido, ansiedade, depressão e dor craniocervical em profissionais de enfermagem sob estresse no trabalho. *Fisioterapia e Movimento*, Curitiba, v. 29, n. 2, p. 377-385, abr./jun. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/J5vryNhQD7GgxzDX4fzzHQp/?lang=en>. Acesso em: 10 maio 2023.

SCHMOELLER, Roseli et al. Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 32, n. 2, p. 368-377, jun. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/CbXX56XPMkbNNbPRzXvM37x/?lang=pt>. Acesso em: 4 mar. 2023.

SHI, Lei et al. Psychological depletion in physicians and nurses exposed to workplace violence: A cross-sectional study using propensity score analysis. *International Journal of Nursing Studies*, v. 103, p. 103493, mar. 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0020748919303001?via%3Di%3Dhub>. Acesso em: 10 maio 2023.

SILVA, Amanda; ROTENBERG, Lúcia; FISCHER, Frida. Jornadas de trabalho na enfermagem: entre necessidades individuais e condições de trabalho. *Revista de Saúde Pública*, v. 45, n. 6, p. 1117-1126, dez. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/zDTfDqPg9tKBcgXHbVrMLLk/?lang=pt>. Acesso em: 4 mar. 2023.



ZHU, Jinxiu et al. Sintomas psicológicos em enfermeiros chineses podem estar associados à predisposição a doenças crônicas: um estudo transversal sobre o estado de saúde subótimo. *EPMA Journal*, v. 11, n. 4, p. 551-563, out. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33078069/>. Acesso em: 10 maio 2023.