

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**ALINE DE OLIVEIRA NOVATO MORAES
CAROLYNE DA SILVA MARTINS BARRETO
MAYARA GONÇALVES DOS SANTOS**

**SAÚDE OCUPACIONAL DA ENFERMAGEM E A DEPRESSÃO: UMA PESQUISA
BIBLIOGRÁFICA**

**VOLTA REDONDA, RJ
2020**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**SAÚDE OCUPACIONAL DA ENFERMAGEM E A DEPRESSÃO: UMA PESQUISA
BIBLIOGRÁFICA**

Trabalho de conclusão de curso ao Curso de Enfermagem do UniFOA como requisito à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Alunas: Aline de Oliveira Novato Moraes.
Carolyne da Silva Martins Barreto.
Mayara Gonçalves dos Santos.

Orientadora: Prof.^a Msc. Clarissa Ferreira Pontual de Oliveira.

**VOLTA REDONDA, RJ
2020**

FOLHA DE APROVAÇÃO

ALINE DE OLIVEIRA NOVATO MORAES
CAROLYNE DA SILVA MARTINS BARRETO
MAYARA GONÇALVES DOS SANTOS

SAÚDE OCUPACIONAL DA ENFERMAGEM E A DEPRESSÃO: UMA PESQUISA
BIBLIOGRÁFICA

Banca Examinadora:

Prof.^a Msc. Clarice Mayremi Toshimitu Hoyashi

Prof.^a Msc. Rosane Belo de Carvalho Castro

RESUMO

Este estudo tratou de uma pesquisa bibliográfica acerca da saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem e a patologia Depressão. Teve como objetivos: identificar os principais fatores que afetam a saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem desencadeando a Depressão; descrever os principais sinais e sintomas da Depressão, e apontar estratégias que podem ser utilizadas por trabalhadores de enfermagem para lidar com o estresse ocupacional, evitando assim a Depressão. Pesquisa bibliográfica, exploratória, descritiva, com uma abordagem qualitativa, tendo como aporte teórico a Teoria das Necessidade Humanas Básicas de Maslow (1954). O levantamento dos artigos foi realizado na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados: Lilacs, BDNF, Medline, Index de Psicologia – Periódicos Técnico-Científicos e Campus Virtual de Saúde Pública Brasil. Os descritores utilizados foram: “saúde ocupacional”, “enfermagem” e “depressão”, cruzados entre si. Selecionou-se 10 artigos. Período de publicação dos artigos foi entre 2002 a 2018. Os resultados da pesquisa nos permitiram conhecer os principais fatores que podem levar a profissionais de enfermagem a desencadearem estresse ocupacional e mais tarde a Depressão. Foi possível perceber que quando os trabalhadores de enfermagem ficam expostos continuamente a esses fatores estressantes podem desenvolver sinais e sintomas de alterações psíquicas, emocionais e comportamentais. Ainda foi possível observar que para lidar com esses sinais e sintomas de alterações físicas e mentais, os profissionais de enfermagem fazem uso de medicamentos psicofármacos sem prescrição e acompanhamento médico. E percebeu-se ainda que os líderes na enfermagem devem criar estratégias efetivas para prevenir e aliviar os efeitos dos fatores desencadeadores estresse ocupacional, Síndrome de Burnout e a Depressão. Concluiu-se que a Depressão é uma doença mental caracterizada pelo desequilíbrio químico nas células cerebrais e afeta significativamente a qualidade de vida no trabalho dos membros da equipe de enfermagem; dessa forma, os líderes das equipes de enfermagem devem estar atentos aos sinais de adoecimento físico e psíquico de seus trabalhadores para assim ajudar os mesmos.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermagem; Saúde Ocupacional; Depressão.

ABSTRACT

This study is about a literature search on occupational health of nursing workers and depression. Its objectives were: to point out the main factors that affect the occupational health of nursing workers in daily care that generates depression; to describe the signs and symptoms of depression in nursing workers and point out tools that can be used by the nurse to deal with the daily stress at the work environment in order to avoid depression. Bibliographic, exploratory, descriptive research, with a qualitative approach, with foundation on Maslow's hierarchy of needs theory (1954). The survey of articles was carried out at the Virtual Health Library (VHL), which integrates the following databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Nursing Database (BDENF), Analysis of Medical Literature and Online Recovery System (Medline), Psychology Index - Technical Journals - Scientific and Virtual Campus of Public Health Brazil. The keywords were: nursing, occupational health and depression. 10 articles were selected. The publication period was delimited, incorporating the years 2002 to 2018. The results showed the main factors that can lead nursing workers to develop stress at work causing depression. When too exposed to stress, nursing workers may develop signs and symptoms of psychic, emotional and behavioral changes. It was also possible to observe that, in order to deal with these signs and symptoms of physical and mental changes, nursing professionals often take psychotropic drugs without prescription and medical monitoring. And it was also realized that nursing workers leaders must create effective strategies to prevent and alleviate the effects of factors that trigger occupational stress, burnout syndrome and depression. It was concluded that depression is a mental illness characterized by chemical imbalance in brain cells and significantly affects the quality of life at work of members of the nursing team; thus, the nursing workers leaders must pay attention to the signs of physical and psychological illness of their workers in order to help them.

KEY-WORDS: Nursing, Occupational Health and Depression.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	6
2	REVISÃO DE LITERATURA.....	8
	2.1 Saúde ocupacional da equipe de enfermagem.....	8
	2.2 Depressão na equipe de enfermagem.....	9
	2.3 Síndrome de Burnout.....	10
3	ABORDAGEM TEÓRICO-METODOLÓGICA.....	13
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	15
	4.1 Fatores que Desencadeiam a Depressão.....	17
	4.2 Sinais e Sintomas da Depressão.....	18
	4.3 Uso/Abuso de Medicamentos.....	20
	4.4 Estratégias para Lidar com o Estresse Ocupacional.....	21
5	CONCLUSÃO.....	23
6	REFERÊNCIAS.....	24

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	15
----------------	----

1 INTRODUÇÃO

Este estudo trata de uma pesquisa bibliográfica acerca da saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem e a patologia Depressão.

O interesse pela temática surgiu após leituras de artigos científicos na área da saúde que abordavam o tema Depressão em profissionais da saúde e a incidência de casos em trabalhadores de enfermagem, com diagnóstico da doença em todo o Brasil.

Objetivou-se com esta pesquisa: identificar os principais fatores que afetam a saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem desencadeando a Depressão; descrever os principais sinais e sintomas da Depressão em trabalhadores de enfermagem, e apontar estratégias que podem ser utilizadas por trabalhadores de enfermagem para lidar com o estresse ocupacional, evitando assim a Depressão.

A saúde ocupacional ou saúde do trabalhador diz sobre o bem-estar do mesmo em seu ambiente de trabalho, como promoção e preservação da integridade física e emocional durante o exercício da função, buscando sempre detectar fatores de risco ao seu bem-estar. (CARLOTTO *et al*, 2017)

Para promover condições laborais satisfatórias à saúde física e psíquica do trabalhador, são necessárias ações e medidas preventivas aos riscos ambientais e de acidentes no ambiente de trabalho, através da identificação, monitoramento e controle dos potenciais agentes de insalubridade sempre que possível, objetivando garantir um ambiente saudável ao trabalhador.

Nos cenários do cuidar, há fatores que podem gerar uma exaustão física e psíquica no trabalhador de enfermagem, como: sobrecarga de trabalho, carga horária exaustiva, falta de autonomia e controle dos processos, presença de riscos físicos, químicos e biológicos, o lidar com sofrimento, a insuficiência de recursos, a responsabilidade com vidas, dentre outros.

Tais fatores afetam severamente a saúde e o bem-estar dos enfermeiros e sua equipe; causando inicialmente o estresse ocupacional, que quando não tratado pode levar ao surgimento de doenças físicas, psíquicas, emocionais e comportamentais.

Dentre essas doenças que podem surgir, a Depressão vem acometendo uma grande quantidade de membros da equipe de enfermagem que atuam nos diversos locais de assistência à saúde.

A Depressão é uma doença psiquiátrica e crônica, caracterizada pela perda de interesse e prazer à vida, submetendo o ser a um desânimo profundo e o tornando desesperançoso. Não há especificidade na causa da doença, sabe-se, porém, que alterações químicas nas células cerebrais acontecem quando um indivíduo se encontra em estado de tristeza. Caso este esteja propenso, isto é, tenha um histórico familiar de Depressão pode desenvolvê-la. Ratificando, entretanto que, não há uma causa bem definida para a mesma. (TENORIO, 2017)

Em relação à equipe de enfermagem, o seu aparecimento encontra-se relacionado à vida pessoal e a vida profissional dos indivíduos. E o fato de estar em constante posição de ajudar o outro, ser o porto-seguro, bom ouvinte e compreensivo, ainda que involuntariamente, faz com que torne grupo alvo de acometimento de problemas de saúde mental, a saber a Depressão. (BARBOSA; BELASCO; RIOS, 2010)

Um estudo que busca conhecer a produção bibliográfica acerca de saúde ocupacional de profissionais de enfermagem e a Depressão torna-se relevante, pois segundo a Organização Mundial de Saúde, os transtornos mentais comuns apresentam 13% do total de todas as doenças e atingem cerca de 700 milhões de pessoas no mundo, apresentando diversos tipos de sinais e sintomas sendo que os mais prevalentes são depressão, ansiedade e estresse, sendo estimado para 2020 que a Depressão seja a segunda maior causa de incapacitação da população mundial (TAVARES, 2017).

Dentre os inúmeros enfoques dados à temática: como a ótica de enfermeiros sobre sua saúde ocupacional; o discurso de docentes sobre a patologia Depressão ou ainda o discurso de profissionais da saúde sobre seu bem-estar no ambiente laboral; optou-se por realizar um estudo bibliográfico acerca da saúde ocupacional de membros da equipe de enfermagem e a patologia Depressão.

Surge assim, como questão a investigar na pesquisa:

- O que a literatura revela acerca da saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem e o surgimento da Depressão?

Espera-se com este estudo contribuir fornecendo informações acerca da saúde ocupacional de trabalhadores de enfermagem e seus reflexos na prática do

cuidar; despertar uma reflexão crítica junto a docentes e discentes de enfermagem quanto à necessidade de buscar estratégias para a qualidade de vida e bem-estar no trabalho. Além de contribuir para a construção do conhecimento na área de saúde mental.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Saúde ocupacional da equipe de enfermagem

Nesse momento da pesquisa, iremos destacar a saúde ocupacional da equipe de enfermagem.

É importante salientar que a saúde ocupacional visa à promoção do bem-estar e saúde física e psíquica do trabalhador, com foco exclusivo no ambiente laboral, não tendo como objetivo a qualidade de vida do indivíduo como um todo. (SANTO; FREITAS, 2009)

Para promover condições laborais satisfatórias à saúde física e psíquica do trabalhador, são necessárias ações e medidas preventivas aos riscos ambientais e ao risco de acidentes no ambiente de trabalho, através da identificação, monitoramento e controle dos potenciais agentes de insalubridade sempre que possível, objetivando garantir um ambiente saudável ao trabalhador. (AGUIAR, 2017)

A Lei 8.080/1990 no seu art. 6º, § 3º promoveu o asseguramento da saúde ocupacional ao trabalhador, conforme citação da referida Lei:

(...) um conjunto de atividades que se destina, através das ações de vigilância epidemiológica e vigilância sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, assim como visa a recuperação e a reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho. (BRASIL, 1990)

Torna-se relevante refletir acerca da saúde ocupacional dos trabalhadores de enfermagem. Uma vez que essa atividade profissional exige muito físico e psicologicamente dos trabalhadores.

No âmbito da enfermagem, a saúde ocupacional é objeto de grande atenção, considerando os altos índices atuais de adoecimento dos profissionais de enfermagem em decorrência da frequente exposição a ambientes insalubres e a

fatores causadores de doenças ocupacionais relacionadas a transtornos mentais, como: sobrecarga de trabalho, carga horária exaustiva, a insuficiência de recursos, o contato direto com o sofrimento, a responsabilidade com vidas, a desvalorização do serviço prestado, dentre outros. (FERREIRA; FERREIRA, 2015)

Os profissionais de enfermagem, muitas vezes, desenvolvem estratégias de enfrentamento, dispendo de artifícios que atuam como barreira e mecanismo de defesa para combater tais fatores. Entretanto, poucas vezes essas estratégias se tornam efetivas no combate aos fatores predisponentes, apresentando notável alteração de humor nos profissionais, podendo desencadear sintomas de doenças ocupacionais, em destaque a Depressão. (BISSOLI, 2017)

2.2 Depressão na equipe de enfermagem

Como visto anteriormente, a Depressão é uma doença psiquiátrica e crônica, caracterizada pela perda de interesse e prazer à vida, submetendo o ser à um desânimo profundo e o tornando desesperançoso. Não há especificidade na causa da doença, sabe-se, porém, que alterações químicas nas células cerebrais acontecem quando um indivíduo se encontra em estado de tristeza. Caso este esteja propenso, isto é, tenha um histórico familiar de Depressão pode desenvolvê-la. Ratificando, entretanto que, não há uma causa bem definida para a mesma. (TENORIO, 2017)

Entre os trabalhadores da saúde, os profissionais de enfermagem estão no grupo dos mais propensos aos problemas de saúde mental, dentre os quais a depressão e o risco de suicídio, porque lidam com o sofrimento humano, a dor, a alegria, a tristeza e necessitam ofertar ajuda àqueles que necessitam de seus cuidados. Destacam-se, ainda, outros fatores comumente encontrados, como as condições difíceis de trabalho e a falta de reconhecimento profissional. (SILVA et.al, 2015)

O ofício da enfermagem é caracterizado por ter como objeto de trabalho o cuidado com o ser humano. Nessa atividade, há uma estreita ligação entre o trabalho e o trabalhador, com o trato direto e ininterrupto do processo de dor, morte, sofrimento, desespero, incompreensão, irritabilidade e tantos outros sentimentos e reações desencadeadas pelo processo de doença. (GUERRER; BIANCHI, 2008)

Em busca de uma melhora a saúde dos pacientes, a equipe de enfermagem se sujeita a procedimentos, ambientes e cargas de trabalho que geram estresse, o que denominamos fatores geradores de estresse.

Tais fatores estão relacionados com as atividades laborais de extrema responsabilidade, contato contínuo com materiais perfuro-cortantes, exposição a materiais biológicos, químicos e radioativos, lidar diretamente com o sofrimento dos pacientes e das famílias envolvidas, estar presente durante as fases do processo da morte, contato com doenças e luto dos familiares de paciente. (GOMES; OLIVEIRA, 2013)

A interação constante, frequente com esses e outros fatores, torna a equipe de enfermagem susceptível ao desenvolvimento de estresse, ansiedade e em casos mais graves Síndrome de Burnout e Depressão.

A Depressão não se manifesta rapidamente no profissional, primeiro são encontrados estresses elevados que quando não tratados e resolvidos, causam deterioração da saúde mental, que se manifesta por Depressão ou até mesmo Síndrome de Burnout (VASCONCELOS; MARTINO; FRANÇA, 2018).

Há atenção reduzida, possível lentidão mental e de raciocínio, em consequência de uma Depressão já instalada, geram um declínio nos serviços prestados pelo profissional. Com isso, os riscos de acidentes laborais típicos da área aumentam, ocasionando riscos para a vida do profissional e do paciente.

Dessa forma, percebe-se a necessidade de aprofundamento dos conhecimentos acerca do estresse ocupacional, da Depressão e da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem, para que sejam traçadas estratégias para prevenir essas doenças ocupacionais e minimizar as consequências quando já instalados no indivíduo.

2.3 Síndrome de Burnout

Cabe nesse momento da pesquisa diferenciar estresse ocupacional de Síndrome de Burnout.

O estresse ocupacional é uma alteração emocional e comportamental do indivíduo, decorre de fatores estressantes em seu ambiente de trabalho, como: falha

na comunicação com supervisores, carga horária extra sem remuneração, ausência de autonomia, mau relacionamento com colega de trabalho entre outros que, quando não resolvidos comumente resultam num desequilíbrio do bem-estar do trabalhador. Já a Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico do indivíduo, devido a soma de todos os estressores crônicos do seu ambiente de trabalho, tornando-o tenso à nível mental, emocional e físico (SILVA, 2020).

O trabalho é uma atividade que propõe uma relação direta entre o físico e o psíquico, podendo representar equilíbrio e satisfação ou causar tensão e adoecimento físico e mental do trabalhador, por meio do estresse organizacional. (FERNANDES; SOARES; SILVA, 2018)

O estudo sobre esta Síndrome começou em 1974 pelo psicanalista norte americano Herbert Freudenberger que estudava o quadro de esgotamento físico e mental de profissionais da saúde com intensa irritabilidade relacionado à condições adversas do ambiente de trabalho (MATA; MACHADO, MOUTINHO; ALEXANDRA, 2014).

Mais tarde, a psicóloga Christina Maslach definiu Burnout como uma síndrome psicológica em reação à estressores interpessoais no âmbito trabalhista e identificou 3 componentes de modo a determinar o diagnóstico:

- A) Exaustão Emocional:** Um quadro onde o trabalhador se sente cansado e exausto constantemente para trabalhar, sem ânimo para nenhuma atividade no serviço;
- B) Despersonalização:** Ocorre uma mudança de personalidade com apresentação hostil, insensível, distante e frio ao receptor do cuidado;
- C) Perda de realização pessoal:** Surgimento da sensação de incapacidade e incompetência pessoal e profissional. (VIEIRA, 2010)

Quando o indivíduo desenvolve a Síndrome de Burnout sua vida começa a retroceder inconscientemente, pois seu comportamento muda, assim como sua forma de pensar, agir e reagir à tudo o que diz respeito ao seu trabalho.

Esta síndrome pode desencadear problemas em outras áreas além do campo profissional, como (VIEIRA, 2010):

- No nível socioeconômico: absenteísmo, queda de produtividade e aposentadoria precoce;
- Para a saúde física: aumento do risco cardiovasculares, alterações fisiológicas e metabólicas como desregulação do eixo hipotálamo-hipófise-

adrenais, diabetes tipo 2, elevação de lipídios séricos e alterações do sistema imune, além de distúrbios musculoesqueléticos;

- Para a saúde mental: associação com ansiedade e, em especial, depressão, além de abuso de álcool.

O esgotamento profissional se dá devido à fatores ambientais, com influência endógena, pois situações desgastantes que ocorrem no ambiente fora do trabalho pesam de certa forma no cotidiano do profissional. (FERNANDES; SOARES; SILVA; 2018)

O estresse contínuo abala o estado emocional do trabalhador tornando-o aos poucos uma pessoa ansiosa, e esta ansiedade, quando não tratada evolui com o tempo e ganha espaço, tirando a paz e o bem-estar do profissional. Com o seu emocional abalado, este trabalhador entra em um estado de vulnerabilidade, exposto à síndrome do esgotamento profissional e mais tarde à Depressão, se não tratar.

Outro fator determinante é que a enfermagem, como uma profissão de ajuda, exige contato direto com os pacientes e estes carecem não só do trabalho como também do trabalhador. A enfermagem cuida, oferece o cuidado a fim de proporcionar o bem-estar do paciente, entretanto, há muitos que necessitam além de cuidados físicos, atenção emocional, criando um vínculo afetivo com o prestador do serviço.

Considerando fatores como perda (pacientes que morrem), sensação de incapacidade (não poder fazer além do que lhe é permitido ou lhe é possível), conflitos com horário, ausência de autonomia, sensação de injustiça, os profissionais da equipe de enfermagem passam a ser alvo para o acometimento de doenças mentais, à saber Síndrome de Burnout.

Dessa forma, é necessário olhar o trabalhador de saúde com atenção especial, pois à medida que ele cuida do doente, ele próprio pode estar se tornando o doente de amanhã. (FERNANDES; SOARES; SILVA, 2018)

Sendo essa realidade extremamente preocupante dentro do processo de trabalho na enfermagem, uma vez que a equipe de enfermagem estuda e se prepara longos anos para cuidar com qualidade e excelência dos pacientes, e não para adoecer físico e psiquicamente.

3 ABORDAGEM TEÓRICO-METODOLÓGICA

Para iluminar os achados deste estudo, optamos por abordar a Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Abraham Maslow (1954). Segundo Maslow, o homem é motivado segundo suas necessidades que se manifestam em graus de importância onde as fisiológicas são as necessidades iniciais e as de realização pessoal são as necessidades finais. Cada necessidade humana influencia na motivação e na realização do indivíduo que o faz prosseguir para outras necessidades que marcam uma pirâmide hierárquica. (SCHULTZ; SCHULTZ, 2016)

As necessidades fisiológicas se encontram como base para a pirâmide, segundo Maslow. As necessidades de segurança aparecem após o suprimento das necessidades fisiológicas. As necessidades sociais somente aparecerão após as necessidades de segurança serem supridas. As necessidades de status e estima ocorrem depois que as necessidades sociais são supridas. As necessidades de autorrealização se encontram no topo da pirâmide hierárquica. (SCHULTZ; SCHULTZ, 2016)

Nesse estudo, busca-se relacionar as necessidades humanas básicas dos membros de enfermagem, com a saúde ocupacional dos mesmos.

Quando as necessidades humanas básicas dos trabalhadores de enfermagem ficam comprometidas no cotidiano de trabalho podem surgir insatisfações na relação do cuidado com o outro e na relação com o ambiente. Isso pode gerar comprometimentos físicos, psíquicos, emocionais e comportamentais nos profissionais, que quando não identificados precocemente e tratados podem desencadear a patologia Depressão.

A pirâmide de Maslow foi adaptada ao ambiente de trabalho, com vistas em melhor entender como as necessidades humanas básicas se expressam no ambiente profissional e nos trabalhadores que ali se encontram.

A satisfação das necessidades humanas básicas implica em trabalhadores mais motivados, isso traz consequências positivas para a instituição com redução de custos, otimização de processos e diminuição da rotatividade dos recursos humanos.

O estudo realizado consiste em uma pesquisa bibliográfica, exploratória, descritiva, com uma abordagem qualitativa.

Michel (2015) define a pesquisa qualitativa, como sendo:

Aquela que se propõe a colher e analisar dados descritivos, obtidos diretamente da situação estudada; enfatiza o processo mais que o resultado, para o que precisa e retrata a perspectiva dos participantes. Na pesquisa qualitativa, verifica-se a realidade em um contexto natural, tal como ocorre na vida real, procurando dar sentido aos fenômenos ou interpretá-los, de acordo com os significados que possuem para as pessoas implicadas nesse contexto. (MICHEL, 2015)

O levantamento dos artigos foi realizado na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) que integra as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (*Lilacs*), Base de Dados de Enfermagem (*BDEF*), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (*Medline*), Index de Psicologia – Periódicos Técnico-Científicos e Campus Virtual de Saúde Pública Brasil.

A estrutura da pesquisa em cada base de dados foi conduzida por meio dos descritores controlados pelo DeCS: “saúde ocupacional”, “enfermagem” e “depressão”, cruzados entre si. Foram encontradas 187 produções científicas e após a utilização dos seguintes filtros: texto completo e disponível, idioma português e assunto principal: Depressão, selecionou-se 10 artigos. Vale ressaltar que o período de publicação foi delimitado nesta fase, incorporando os anos de 2002 a 2018.

A etapa de seleção dos estudos envolveu a leitura crítica e atenta dos artigos na íntegra, aplicando os seguintes critérios: 1) Inclusão – estudos originais, publicados no idioma português nos últimos 16 anos, que abordassem o conceito da saúde ocupacional da equipe de enfermagem e a Depressão. 2) Exclusão - não atendessem aos critérios de inclusão e estarem duplamente indexados nas bases. A coleta de dados deu-se no período do mês de novembro de 2019.

Inicialmente foi feita uma leitura flutuante dos artigos selecionados, e logo em seguida foi realizada uma leitura analítica dos artigos, realizando a interpretação dos

dados. Após a interpretação dos dados, foi possível construir as seguintes categorias temáticas: fatores que desencadeiam a depressão, sinais e sintomas da depressão, uso/abuso de medicamentos e estratégias para lidar com o estresse ocupacional

Os dados serão analisados em consonância às orientações de estudo sobre a pesquisa com abordagem qualitativa.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado obteve-se: 10 artigos da base de dados *Medline*, *Lilacs*, *BDEF*, *Index de Psicologia – Periódicos Técnico-Científicos*, *Campus Virtual de Saúde Pública Brasil*. Selecionamos apenas os artigos com a possibilidade de acessar o texto completo *on line*, em português.

O Quadro 1 apresenta as publicações encontradas.

QUADRO 1 – Distribuição dos estudos sobre Saúde Ocupacional de Trabalhadores de Enfermagem e a Depressão, segundo título, revista, ano e objetivos. Volta Redonda/ RJ, 2020.

Título	Revista	Ano	Objetivos
1) Sintomas depressivos e uso de drogas entre profissionais da equipe de enfermagem	Escola Ana Nery	2018	Avaliar possíveis relações entre abuso de drogas, sintomas sugestivos de depressão e gênero em profissionais da equipe de enfermagem.
2) Sintomas de depressão e fatores intervenientes entre enfermeiros do serviços hospitalar de emergência	Acta Paulista de Enfermagem	2015	Verificar se enfermeiros do serviço hospitalar de emergência apresentavam sintomas depressivos; Identificar fatores intervenientes e avaliar percepção sobre o sofrimento psíquico e influência na assistência prestada
3) Evidência de validade preliminar da escala de depressão (EDEP): Um estudo com alunos de enfermagem	Psicologia Argumentada	2014	Buscar evidências baseando-se na relação com outras variáveis de uma versão de 32 itens da EDEP correlacionando-as com a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho.

4) Adoecimento psíquico de trabalhadores de Unidades de Terapia Intensiva	Psicologia e Ciência de Profissão	2013	Compreender os aspectos da organização do trabalho que podem estar associados ao adoecimento psíquico em trabalhadores da saúde de UTI -Estratégias defensivas utilizadas e Utilização do método misto.
5) Impacto de um programa de atividade física sobre a ansiedade, depressão, estresse ocupacional e síndrome de burnout dos profissionais de enfermagem no trabalho	Revista Latino-Americana de Enfermagem	2014	Avaliar os efeitos de um programa de atividade física no local de trabalho sobre os níveis de ansiedade, depressão, Burnout, estresse ocupacional e na autopercepção da saúde e qualidade de vida, relacionada ao trabalho de uma equipe de enfermagem de cuidados paliativos.
6) Fatores associados à depressão relacionada ao trabalho de enfermagem	Estudos de Psicologia	2007	Identificar evidências científicas sobre a ocorrência de depressão relacionada ao trabalho de enfermagem e caracterizar fatores desencadeantes e estratégias utilizadas para a prevenção de doença
7) Qualidade vida e sintomas depressivos em residentes de enfermagem	Revista Latino-Americana de Enfermagem	2005	Avaliar a qualidade de vida e a prevalência de (ver no artigo) sintomas depressivos nos residentes de enfermagem de uma Escola Paulista de Medicina
8) Depressão no trabalho de enfermagem: Revisão de literatura	Universistas: Ciências da Saúde, Brasília	2015	Identificar estudos que analisaram a ocorrência de depressão relacionada ao trabalho de enfermagem, a fim de nortear estratégias de prevenção e enfrentamento junto a esses profissionais.
9) Causa de afastamento entre trabalhadores de enfermagem de um	REME - Revista Mineira de Enfermagem	2005	Identificar as características dos trabalhadores de enfermagem que se afastaram do trabalho no período de um ano e quais

hospital público do interior de São Paulo.			as causas que levaram ao afastamento
10) Estresse ocupacional no trabalho e enfermagem no Brasil: Uma revisão integrativa	Revista Bras Promocão e Saúde Fortaleza	2016 -	Descrever os fatores desencadeadores do estresse ocupacional em profissionais de enfermagem, bem como os riscos relacionados com o desenvolvimento desse estresse.

4.1 Fatores que Desencadeiam a Depressão

Ao analisarmos os artigos científicos identificados, percebeu-se que o ambiente de trabalho pode gerar fatores que desencadeiam sofrimento emocional e psíquico dos membros da equipe de enfermagem. Os trechos abaixo revelam esses fatores:

O ambiente de trabalho na Enfermagem apresenta estressores importantes a influenciar a qualidade de vida dos profissionais e são fatores predisponentes ao adoecimento, sendo relevante a pesada carga de trabalho, salário insuficiente, discriminação social, expectativas elevadas, grau elevado de responsabilidade para com os pacientes e a atmosfera física. Artigo 2

Os dados mostraram que 30,2% dos enfermeiros relataram a sobrecarga de trabalho, o baixo salário, carga horária excessiva, desgaste, preocupação com o trabalho como responsáveis pelo desenvolvimento de seu quadro depressivo. Artigo 2

Em sua prática diária esses profissionais ao prestarem assistência direta ao paciente estão expostos a vários riscos correlacionados à atividade laboral que podem ser acometidos por fatores intrínsecos e extrínsecos como os riscos: químicos, físicos, mecânicos, biológicos e ergonômicos que podem causar agravos ocupacionais. Artigo 10

(...) as pressões no trabalho, como conflito de interesse e a sobrecarga, contribuem para o desequilíbrio e estresse, que levam à deterioração da saúde mental manifestada principalmente pela depressão. Artigo 8

No setor de saúde, os profissionais estão expostos aos riscos físicos, químicos, biológicos, ergonômicos (mecânicos), psicossociais e de acidente. Devido à essas peculiaridades, a exposição contínua e múltipla pode desenvolver o

adoecimento dos trabalhadores, acarretando prejuízos às instituições de saúde empregadoras e as instituições governamentais, podendo interferir na qualidade da assistência prestada aos clientes, uma vez que, o estado de saúde do trabalhador interfere diretamente no desenvolvimento das suas atividades laborais. (ALMEIDA; TORRES; SANTOS, 2012)

Em pesquisas realizadas em vários países, nota-se que a enfermagem tem longas jornadas de trabalho, associadas a más condições laborais, pouca autonomia, muita responsabilidade e baixa valorização, que acarretam a uma elevada demanda física e emocional. Essas situações têm contribuído para a perda parcial ou total das capacidades corporais e psíquicas desses profissionais, com prejuízos na vida cotidiana em razão da exaustão física e da emocional, que se apresentam de modo mais frequente em enfermeiros do que entre a população em geral. (OLIVEIRA; SILVA; LIMA, 2018)

Quando aplicamos a pirâmide de Maslow ao ambiente de trabalho, percebe-se que: na base se encontra o descanso físico e mental, salário suficiente, disponibilidade de horários para alimentação e pausas durante o expediente; logo em seguida a garantia de estabilidade, bom salário, ambiente de trabalho seguro e livre de acidentes; depois as boas relações com lideranças e pares, sentir-se acolhido pelas pessoas da instituição; em seguida ser reconhecido pelos seus resultados, ter aumentos de salários, ter sua opinião como profissional respeitada. E por último, no topo, possuir autonomia em suas decisões, exercer uma função que gosta, utilizar suas habilidades criativas e de resolução de problemas no dia a dia. (SCHULTZ; SCHULTZ, 2016)

Os trabalhadores de enfermagem necessitam cuidar da sua saúde física e psíquica, considerando o fato de estarem continuamente expostos a fatores que afetam sua qualidade de vida no trabalho. Quando esses profissionais não criam estratégias para lidar com esses fatores, podem desenvolver estresse ocupacional, que quando não tratado, leva em último estágio uma Depressão.

4.2 Sinais e Sintomas da Depressão

A análise dos artigos pesquisados, possibilitou-nos ainda identificar que os trabalhadores de enfermagem podem apresentar sinais e sintomas significativos de sofrimento psíquico inicialmente, e se não tratado, pode evoluir para diversas patologias, em destaque a Depressão. Como visto nos parágrafos abaixo:

A Escala de Depressão apresenta 21 indicadores de depressão, a saber: humor deprimido, inutilidade, autocrítica exacerbada, falta de perspectiva do presente, anedonia, irritabilidade, lentidão psicomotora, queda de produtividade, autoestima rebaixada, perda da libido, incapacidade, alteração do sono, desesperança, ideação suicida, esquiva de situações sociais, indecisão, fadiga, perda de energia, inadequação, esquiva, desamparo. Artigo 3

Um estudo de revisão da literatura sobre burnout em base de dados nacionais e internacionais, entre os anos 1985 e 2006, indicou que essa síndrome apresenta frequentemente Depressão associada, como comorbidade. Esta é considerada na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde, CID – 10 (1993), um transtorno do humor, em que a perturbação fundamental é uma alteração do humor ou do afeto, perda de interesse e de prazer, e em que a energia é reduzida, o que leva a um cansaço aumentado e a atividade diminuída. Outros sintomas comuns nessa patologia são: concentração e atenção reduzidas, arrefecimento na autoestima e na autoconfiança, ideias de culpa e de inutilidade, visões desoladas e pessimistas do futuro, ideias, atos auto lesivos ou suicídio, sono perturbado e apetite diminuído. Artigo 4

(...) A mais frequente forma clínica assumida por esse transtorno é geralmente denominada Depressão, envolvendo uma série de sintomas como tristeza, autodepreciação, abandono, desvalia, culpa, entre tantos outros afetos. Artigo 3

A falta de interesse, lentidão nas atividades, inquietação, cansaço, redução da energia, apatia, dificuldade de concentração, pensamento negativo e recorrente, com perda da capacidade de planejamento e alteração do juízo de verdade são evidências de sofrimento humano que sinalizam para Depressão e possível risco de suicídio. (SILVA *et. al*, 2015)

As características sintomatológicas de um episódio depressivo maior, segundo o Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais, podem ser resumidas em humor deprimido, perda de interesse ou prazer, problemas psicomotores, de concentração, sono, apetite, fadiga, sentimento de inutilidade ou culpa. (GOMES; OLIVEIRA, 2013)

Os sinais e sintomas de uma Depressão nem sempre são evidentes e, às vezes, são muito bem mascarados pelos indivíduos. Por isso a necessidade da sensibilização dos líderes na enfermagem, para estarem prontos para identificar esses sinais e sintomas, e oferecer auxílio o mais rápido possível aos trabalhadores para que não haja agravamento da patologia e um possível suicídio.

4.3 Uso/Abuso de Medicamentos

Emergiram ainda na pesquisa, trechos de artigos científicos que destacaram que há um uso/abuso de medicamentos psicotrópicos por parte dos profissionais de enfermagem, como visto abaixo:

Pesquisa mostrou que 6,1% de 49 profissionais de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva (UTI) faziam uso de benzodiazepínicos e 4% usavam analgésicos, sendo que somente em 24,4% o uso de medicamentos era prescrito. Nos Estados Unidos da América (EUA), de 2439 enfermeiros residentes avaliados em programas de anestesiologia, foi observado que os benzodiazepínicos foram a terceira droga de maior abuso entre esses profissionais. Artigo 1

Novamente, o uso de substâncias psicotrópicas, assim como a depressão, no cotidiano de trabalho da enfermagem, podem estar relacionados às condições de trabalho, às dificuldades em lidar com o sofrimento e a morte, às relações interpessoais e interprofissionais e ao despreparo profissional. O consumo dessas substâncias objetiva diminuir as cargas físicas e psíquicas a que esses profissionais estão continuamente expostos. O uso abusivo de sedativos deve ser seriamente investigado no âmbito da enfermagem, considerando a particularidade do grande contingente de profissionais do sexo feminino e de que se trata da única classe de substâncias psicoativas na qual a taxa de consumo entre mulheres é maior, quando se compara aos homens. Além disso, profissionais do sexo feminino apresentam risco aumentado para o desenvolvimento de dependência dessa droga. Artigo 1

Alguns estudos demonstraram que a incapacidade de enfrentamento dos problemas advindos do trabalho, na área da enfermagem, e o alto nível de estresse ocupacional podem levar os profissionais ao uso de ansiolíticos, na busca ativa para tentarem amenizar e remediar o sofrimento que estão expostos no dia a dia. Artigo 10

Os problemas de saúde gerados nos profissionais devido à fatores estressantes não resolvidos em seu ambiente de trabalho como: cansaço, tensão muscular, nervosismo, irritabilidade, dor lombar, ansiedade, tensão pré-menstrual, cefaleias, problemas de memória, depressão, entre outros, estão relacionados com

os motivos que levam esses profissionais na busca de estratégias que reduzam esses fatores no trabalho promovendo a saúde e qualidade de vida do trabalhador. Entre essas estratégias, alguns profissionais têm buscado, de forma abusiva, o uso de psicofármacos, ou seja, drogas lícitas, como forma de aliviar essas situações. (RIBEIRO, 2019)

Este sofrimento psíquico é comum entre esses profissionais e, como forma estratégica para aliviar a pressão sentida, os trabalhadores de enfermagem acabam utilizando os psicofármacos. Médicos e enfermeiros são os profissionais que tem mais tendências a se tornarem dependentes das drogas psicoativas. (VIEIRA *et al*, 2016)

É preocupante que profissionais da saúde, em destaque os que compõe a equipe de enfermagem, estejam fazendo uso de medicamentos psicotrópicos sem prescrição e acompanhamento médico. O fácil acesso em hospitais à medicamentos que causam sedação, que aliviam as dores e agem no Sistema Nervoso Central, pode agravar ainda mais essa situação.

4.4 Estratégias para Lidar com o Estresse Ocupacional

Os artigos científicos ainda revelaram a necessidade da criação de estratégias por parte de todos da equipe de enfermagem e da equipe de saúde para lidar com o estresse ocupacional, como visto abaixo:

Acredita-se que o bem-estar dos cuidadores profissionais é importante, para que possam oferecer excelência no atendimento ao paciente. Assim, a busca por intervenções dirigidas a profissionais de enfermagem, em um esforço para reduzir o risco de problemas devidos à saúde ocupacional, é de extrema importância. Uma metanálise mostrou que, dentre outros benefícios, os exercícios físicos ocupacionais podem ser eficazes na redução do estresse ocupacional. Artigo 5

(...) necessidade da implantação de programas de atenção à saúde dos trabalhadores que envolvem grupos de discussão, grupos de vivências, psicoterapia e administração participativa, com utilização de estratégias apropriadas, visando à minimização do estresse e do Burnout, ao gerenciamento da depressão relacionada ao trabalho, à redução do absenteísmo e da rotatividade ente os trabalhadores de enfermagem, o que reforça a necessidade de medidas de acompanhamento, por meio de programas e preventivos e de tratamento". Artigo 8

As intervenções para a redução do sofrimento psíquico no trabalho estão associadas a melhor e mais clara divisão do trabalho, entre os trabalhadores de enfermagem e os demais profissionais da saúde; a reposição dos trabalhadores faltantes, para manter a eficiência de cada equipe de trabalho; o apoio do supervisor e dos colegas quando a solução de problemas na clínica; o reconhecimento por parte dos superiores; a participação no processo de tomada de decisão; a oportunidade para desenvolver suas habilidades; e oportunidades para falarem sobre as tensões no trabalho. Artigo 8

Uma forma de reverter a situação é reduzir o sofrimento psíquico no ambiente de trabalho associando a uma melhor e mais clara divisão das tarefas entre os trabalhadores de enfermagem e os demais profissionais da saúde, a reposição dos trabalhadores faltantes, o apoio do supervisor e dos colegas quando a solução de problemas na clínica, o reconhecimento por parte dos superiores; a participação no processo de tomada de decisão, a oportunidade para desenvolver suas habilidades; e momentos para falarem sobre as tensões no trabalho. (BISSOLI, 2017)

A Teoria das Necessidade Humanas Básicas de Maslow (1954) constitui uma ferramenta significativa nesse processo, pois ela auxilia os trabalhadores de enfermagem a realizarem seu autoconhecimento, principalmente na identificação dos fatores que os motivam no ambiente de trabalho.

A atuação da Medicina do Trabalho, realizando o acompanhamento dos profissionais e avaliação contínua do local de trabalho, desenvolvendo grupos de apoio e a busca ativa daqueles que poderiam estar mais suscetíveis a depressão e sofrimento psíquico, pois acredita-se que a prevenção e o tratamento deveriam ter uma abordagem multidisciplinar, na qual enfermeiro, psicólogo e médico, poderiam estar intervindo para que haja uma melhora na qualidade de vida no trabalho. (ANTUNES, 2017)

É de grande relevância que os ambientes do cuidar em enfermagem possam estar preparados para criar alternativas de alívio das tensões aos profissionais. Os líderes de equipe necessitam realizar reuniões constantes com os trabalhadores, de modo que os mesmos possam falar, serem ouvidos, exporem seus medos e angústias. E juntos, em equipe, possam ser traçadas estratégias efetivas para lidar com o estresse ocupacional na enfermagem.

5 CONCLUSÃO

A Depressão é uma doença mental caracterizada pelo desequilíbrio químico nas células cerebrais. Como dito acima, não há uma causa pré-definida, sendo apenas uma patologia tratável. Pode-se descrevê-la pela perda de interesse e prazer à vida tornando o indivíduo desesperançoso, num estado de tristeza profunda.

Os dados foram analisados nesse estudo à luz dos pressupostos da Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Maslow (1954), o que nos possibilitou reconhecer todas as necessidades reais dos trabalhadores de enfermagem, suas condições de trabalho e riscos à saúde. Além disso, foi possível refletir sobre as estratégias viáveis e necessárias para a criação de um ambiente de trabalho saudável e motivacional para equipe de enfermagem.

Os resultados da pesquisa nos permitiram conhecer os principais fatores que podem levar a profissionais de enfermagem a desencadearem estresse ocupacional e mais tarde a Depressão, tais como: carga horária excessiva, falta de autonomia, muita responsabilidade e baixa remuneração, falta de reconhecimento social, dificuldades de trabalho em equipe, profissão de ajuda constante e etc.

Foi possível concluir que quando os trabalhadores de enfermagem ficam expostos continuamente a esses fatores laborais estressantes podem desenvolver gradativamente sinais e sintomas de alterações psíquicas, emocionais e comportamentais, podendo se instalar efetivamente a doença Depressão.

Concluimos ainda que para lidar com esses sinais e sintomas de alterações físicas e mentais que surgem dentro do processo de trabalho, uma quantidade considerável de profissionais de enfermagem faz uso de medicamentos psicofármacos sem prescrição e acompanhamento médico, devido as facilidades de aquisição dessas medicações.

Portanto, os líderes na enfermagem devem estar atentos aos sinais de adoecimento físico e psíquico de seus trabalhadores, criando estratégias efetivas para prevenir e aliviar os efeitos dos fatores desencadeadores estresse ocupacional, Síndrome de Burnout e a Depressão.

6 REFERÊNCIAS

SCHULTZ, Duane P.; SCHULTZ, Sydney Ellen. **História da Psicologia Moderna**. 10^a ed. São Paulo: Cengage Learning, 2016.

JUNQUEIRA, Marcelle Aparecida de Barros *et al.* **Sintomas depressivos e uso de drogas entre profissionais da equipe de enfermagem**. Escola Anna Nery. v.22, n.4, 2018.

OLIVEIRA, Felipe Perucci *et al.* **Sintomas de depressão e fatores intervenientes entre enfermeiros de serviço hospitalar de emergência**. Acta Paul Enferm. v.28, n.3, p.209-15, 2015.

RUEDA, Fabián Javier Marín *et al.* **Evidência de validade preliminar da escala de depressão (EDEP): um estudo com alunos de enfermagem**. Psicologia Argumento. Curitiba, v.32, n.79, p.107-117, out./dez.2014.

MONTEIRO, Janine Kieling *et al.* **Adoecimento Psíquico de trabalhadores de unidades de terapia intensiva**. Psicologia Ciência e Profissão. v.33, n.2, p.366-379, 2013.

FREITAS, Anderson Rodrigues *et al.* **Impacto de um programa de atividade física sobre a ansiedade, depressão, estresse ocupacional e síndrome de Burnout dos profissionais de enfermagem no trabalho**. Rev. Latino-Am. Enfermagem. v.22, n.3, p.332-6, mar./abr. 2014.

MANETTI, Marcela Luísa; MARZIALE, Maria Helena Palucci. **Fatores associados à depressão relacionada ao trabalho de enfermagem.** Estudos de Psicologia. v.12, n.1, p.79-85, 2007.

FRANCO, Gianfábio Pimentel *et al.* **Qualidade vida e sintomas depressivos em residentes de enfermagem.** Rev. Latino-Am. Enfermagem. v.13, n.2, p.139-44, mar./abr. 2005.

FERREIRA, Luana Aparecida Lima; FERREIRA, Lucas Lima. **Depressão no trabalho da enfermagem: revisão sistemática de literatura.** Universitas: Ciências da Saúde, Brasília, v. 13, n. 1, p. 41-48, jan./jun. 2015.

GONÇALVES, Júlia Rodrigues dos Santos *et al.* **Causas de afastamento entre trabalhadores de enfermagem de um hospital público do interior de São Paulo.** REME- Rev. Min. Enf. v.9, n.4, p.309-314, out./dez. 2005.

FILHO, Iel Marciano de Moraes; ALMEIDA, Rogério José de. **Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: Uma revisão integrativa.** Rev. Bras. Promoç. Saúde. Fortaleza, v.29, n.3, 447-454, jul./set. 2016.

MICHEL, Maria Helena. **Metodologia e Pesquisa Científica em Ciências Sociais: um guia prático para acompanhamento da disciplina e elaboração de trabalhos monográficos.** 3 ed. São Paulo: Atlas, 2015.

SANTO, Eniel do Espírito; FREITAS, Fábila Quele Barbosa de. **A saúde do trabalho e trabalhador em tempos de precarização do trabalho.** Revista Intersaberes, Curitiba, v.4, n.8, p.150-169, jul./dez 2009.

FERREIRA, Luana Aparecida Lima; FERREIRA, Lucas Lima. **Depressão no trabalho da enfermagem:** Revisão sistemática de literatura. Universitas: Ciências da Saúde, Brasília, v.13, n.1, p.41-48, jan./jun. 2015.

RIOS, Kátia Assalvi *et al.* **Avaliação de qualidade de vida e depressão de técnicos e auxiliares de enfermagem.** Revista Latino-Americano Enfermagem. Ribeirão Preto, v.18, n.3, p. 413-420, mai./jun. 2010.

ALMEIDA, Leilane Graziela Nascimento *et al.* **Riscos ocupacionais na atividade dos profissionais de saúde da Atenção Básica.** Revista Enfermagem Contemporânea. Salvador, v.1, n.1, p. 142-154; dez. 2012.

OLIVEIRA, Bruno Luciano Carneiro Alves de *et al.* **Carga Semanal de trabalho para enfermeiros no Brasil:** desafios ao exercício da profissão. TES Trabalho, Educação e Saúde. Rio de Janeiro, v. 16 n. 3, p. 1.221-1.236, set./dez. 2018.

AGUIAR, Sônia Maria de Mello Tavares. **Depressão na enfermagem:** uma revisão bibliográfica. 2017. 46 p. - Universidade Federal de Roraima. Boa Vista, RR. 2017.

BISSOLI, Amanda Sabrina Ribeiro. **Depressão no profissional de enfermagem:** reflexos na assistência prestada. 2017. 41 p. – FAEMA. Ariquemes-RO, 06 de dezembro de 2017.

SILVA, Darlan dos Santos Damásio *et al.* **Depressão e risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem:** revisão integrativa. Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 49 n. 6, p. 1027-1036, set. 2015.

VIEIRA, Glaziela Clementina Galvani *et al.* **Uso de psicotrópicos pelo enfermeiro:** sua relação com o trabalho. CINERGIS. Disponível em: < <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/8118>> Acesso em 06 jun. 2020.

ANTUNES, Michele. Revista Enfermagem Contemporânea. **Produção Científica Brasileira sobre sofrimento psíquico e depressão da equipe de enfermagem na emergência.** Disponível em: < <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/1138>> Acesso em 13 jan. 2020.

RIBEIRO, Ítalo Arão Pereira. **Consumo de Substâncias Psicoativas por Trabalhadores de Saúde.** 2019. 109 p. Universidade Federal do Piauí-UFPI. Teresina, PI, 2019.

BRASIL. Congresso Nacional. **Lei 8.080, de 19 de setembro de 1990.** Dispõem sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 20 de setembro de 1990. Seção 1 - 20/9/1990, Página 18055.

ALVES, Marcelo Echenique. PSYCHIATRY ON LINE BRASIL. **Síndrome de Burnout.** Disponível em: < <https://www.polbr.med.br/ano17/art0917.php>> Acesso em 13 abr. 2020.

VIEIRA, Isabela. REVISTA BRASILEIRA DE SAÚDE OCUPACIONAL. **Conceito(s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica.** Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572010000200009> Acesso em 17 fev. 2020.

FRANCO, Gianfábio Pimental *et al.* REV. ESC. ENFERM. USP. **Burnout em residentes de enfermagem.** Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342011000100002&script=sci_arttext&lng=pt> Acesso em: 22 jun. 2020.

SILVA, Keller Regianne Paiva Fazzolo. CENTRAL PSICOLOGIA. Síndrome de Burnout – **A síndrome do esgotamento profissional**. Disponível em: <https://centralpsicologia.com.br/blog/sindrome-de-burnout-a-sindrome-do-esgotamento-profissional?gclid=EAlalQobChMI0-yYodGr6AIVkQyRCh1PMAJpEAAYAyAAEgKfVvD_BwE> Acesso em 05 jan.2020.

VARGAS, Divane; DIAS, Ana Paula Vieira. REV. LATINO-AM. ENFERMAGEM. **Prevalência de depressão em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva**: estudo em hospitais de uma cidade do noroeste do Estado São Paulo. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/2814/281421964008.pdf>> Acesso em 25 abr. 2020.

MATA,Célia *et al.* REV. PORT. MED. GERAL FAM. **Estudo PreSBurn**: prevalência de síndrome de burnout nos profissionais dos cuidados de saúde primários. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpmgf/v32n3/v32n3a04.pdf>> Acesso em 16 fev. 2020.

GOMES, Rosemeire Kuchiniski; OLIVEIRA, Vera Barros de. BOLETIM DE PSICOLOGIA. **Depressão, ansiedade e suporte social em profissionais de enfermagem**. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v63n138/v63n138a04.pdf>> Acesso em 06 jun. 2020.

