

# TRANSTORNOS MENTAIS NA ENFERMAGEM DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E PREVENÇÃO

Karla Waleria dos Santos Silva<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Faculdade Anhanguera, Maceió, Alagoas. <https://lattes.cnpq.br/0255601695091397>

**PALAVRAS-CHAVE:** Serviço hospitalar de emergência. Esgotamento profissional. Saúde ocupacional.

**DOI:** 10.47094/ICOLUBRAPECI.2026/RE-37

## INTRODUÇÃO

As unidades de urgência e emergência, como Prontos-Socorros, Unidades de Terapia Intensiva (UTI) e o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), são marcadas por um cenário agitado e de intensas demandas, onde os pacientes necessitam assistência imediata devido ao alto risco iminente. Nesse contexto, a saúde pública no Brasil, estruturada sob o Sistema Único de Saúde (SUS), enfrenta desafios consideráveis, pressionada pelo aumento dos índices de acidentes, violência urbana e doenças crônico-degenerativas, levando a rede de saúde a operar constantemente em sua capacidade máxima (Stefani, 2021).

Diante disso, o profissional de enfermagem torna-se o eixo central da articulação do cuidado, responsável por gerenciar e prover assistência integral, convivendo com elevada carga de trabalho, situações de alto estresse e pouca valorização, fatores que favorecem problemas psicossociais e transtornos mentais, como ansiedade e síndrome de burnout. Suas atribuições abrangem procedimentos de alta complexidade, liderança da equipe multidisciplinar, organização do setor, acolhimento e classificação de risco (Lima *et al.*, 2023). Além disso, o enfermeiro frequentemente assume tarefas além de sua categoria profissional, contribuindo para desgaste progressivo (Vasconcelos *et al.*, 2021).

Tais atividades ocorrem em meio a déficits estruturais, escassez de materiais, carga horária exaustiva, problemas de comunicação interna e fragilidade organizacional, fatores que intensificam o adoecimento mental decorrente do estresse crônico vivenciado nas unidades críticas (Silva *et al.*, 2021). O comprometimento mental desses profissionais compromete a segurança do paciente, aumenta erros assistenciais e eleva os índices de absenteísmo, fragilizando ainda mais o sistema de saúde (Oliveira; Coca; Spiri, 2021).

## OBJETIVO

Analisar os fatores contribuintes e as estratégias de enfrentamento e prevenção eficazes no manejo do adoecimento mental em profissionais de enfermagem que atuam em serviços de urgência e emergência.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada por meio das bases de dados SciELO, PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e as combinações booleanas: Transtornos Mentais AND Unidades de Emergência AND profissionais de enfermagem; Serviço Hospitalar de Emergência AND Equipe de enfermagem. A pesquisa foi norteada pela estratégia PICO, considerando: P – transtornos mentais em profissionais de enfermagem que atuam nos serviços de urgência e emergência; I – estratégias de enfrentamento e prevenção; C – profissionais atuantes em setores não emergenciais ou ausência de intervenção; O – melhora na qualidade de vida e desempenho profissional. Foram incluídos artigos e livros disponíveis na íntegra, publicados nos últimos cinco anos e relacionados à temática proposta, sem restrição de idioma. Excluíram-se editoriais, cartas ao editor, resumos de congressos, relatos de caso, literaturas sem relação com o tema e materiais pagos. A coleta ocorreu entre dezembro de 2025 e janeiro de 2026. Após leitura dos resumos e aplicação dos critérios de seleção, foram incluídos 24 estudos, sendo 10 da SciELO, 2 da PubMed e 12 da BVS.

Os resultados foram organizados em quadro síntese e apresentados por meio do fluxograma PRISMA, estruturando a discussão em tópicos relacionados aos desafios, fatores epidemiológicos, manifestações clínicas, identificação dos transtornos mentais e estratégias de enfrentamento e prevenção do adoecimento mental.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A pesquisa revelou alta prevalência de transtornos mentais entre enfermeiros de unidades de urgência e emergência, com sintomas como ansiedade, fadiga crônica, insônia, irritabilidade e síndrome de burnout, decorrentes da exposição constante ao sofrimento, pressão por decisões rápidas, sobrecarga de trabalho, turnos longos e escassez de recursos. A rotina desses profissionais exige competências assistenciais e gerenciais, incluindo procedimentos de alta complexidade, monitorização de pacientes instáveis, coordenação da equipe multidisciplinar, gestão de insumos e mediação da comunicação entre profissionais e familiares (Lima *et al.*, 2023).

A precariedade estrutural do Sistema Único de Saúde (SUS), caracterizada por superlotação, falta de materiais, ventilação inadequada e improvisos constantes, agrava o desgaste físico e emocional, comprometendo a segurança do paciente e a saúde do trabalhador (Soares; Gomes; Araújo, 2020). Além disso, a ausência de protocolos claros,

falhas de comunicação, rigidez hierárquica, violência ocupacional e insuficiência de apoio gerencial favorecem sentimentos de isolamento, desmotivação e aumento do risco de erros assistenciais e absenteísmo (Vasconcelos *et al.*, 2021).

Entre as manifestações clínicas identificadas destacaram-se insônia, ansiedade, fadiga, dores osteomusculares, baixa realização pessoal, despersonalização e distúrbios do sono relacionados à hipervigilância constante e à desregulação do ciclo circadiano (Moura *et al.*, 2022).

Como estratégias de enfrentamento e prevenção, os estudos destacaram monitoramento periódico da saúde mental, acolhimento psicológico, educação emocional, fortalecimento do trabalho em equipe, adoção de protocolos claros, incentivo ao autocuidado, melhoria das condições estruturais, reorganização das escalas de trabalho, promoção da higiene do sono, investimentos institucionais e valorização profissional, incluindo remuneração justa e modelos de gestão mais colaborativos (Silva *et al.*, 2021; Cavalheiri *et al.*, 2021).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O adoecimento mental dos enfermeiros inseridos nos serviços de urgência e emergência é multifatorial, influenciado pelo déficit estrutural, fragilidade na comunicação com a equipe e pela própria natureza agitada do ambiente, marcada por demandas de alta complexidade, imprevisibilidade e pressão psicológica diante de pacientes em situações entre vida e morte e familiares aflitos. A escassez de recursos humanos e materiais, associada à superlotação, escalas exaustivas, trabalho noturno e baixos salários, gera sobrecarga funcional que ultrapassa os limites fisiológicos e emocionais do trabalhador, favorecendo o estado de fadiga crônica. Além disso, observou-se ausência de apoio gerencial e de espaços de escuta e acolhimento psicológico, evidenciando falhas na gestão da saúde ocupacional. Esses fatores, frequentes em países em desenvolvimento como o Brasil, no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), favorecem o desenvolvimento de transtornos mentais comuns, especialmente depressão, ansiedade e Síndrome de Burnout, além do comprometimento do ciclo circadiano, aumento do absenteísmo e prejuízos à segurança da assistência. Evidenciou-se ainda que gênero e escolaridade intensificam a vulnerabilidade, principalmente entre mulheres submetidas à dupla jornada de trabalho e profissionais que vivenciam frustração diante da distância entre o conhecimento técnico e a realidade estrutural dos serviços. Diante disso, torna-se necessária a implementação de estratégias voltadas à prevenção e tratamento do sofrimento psíquico, abrangendo ações individuais, institucionais e governamentais. Embora práticas de autocuidado, como atividade física e higiene do sono, sejam importantes para a resiliência pessoal, elas não neutralizam os efeitos de ambientes laborais insalubres e desorganizados. Assim, recomenda-se a implementação de políticas públicas de valorização profissional, redimensionamento das

equipes, melhoria salarial, educação continuada, fortalecimento do vínculo entre a equipe, melhoria estrutural dos serviços, regulamentação das práticas avançadas de enfermagem no atendimento pré-hospitalar e monitoramento periódico da saúde mental. Destaca-se ainda a adoção de modelos de liderança mais colaborativos, como a liderança coaching, visando fortalecer o trabalho em equipe e preservar a saúde mental dos profissionais, garantindo assistência segura e de qualidade à população.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

CAVALHEIRI, Jolana Cristina *et al.* **Qualidade do sono e transtorno mental comum no hospital Equipe de enfermagem.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 29, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4280.3444>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/psrzDVpyRfnpcVyR7hfJWtP/?lang=es>. Acesso em: 07. jan. 2026.

LIMA, Érika Barbosa *et al.* **Desafios enfrentados por enfermeiros da classificação de risco em urgência e emergência.** Journal Health NPEPS, v. 8, n. 1, 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.30681/2526101010952>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1513023>. Acesso em: 05 jan. 2026.

MOURA, Raysa Cristina Dias de *et al.* **Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência.** Acta Paulista de Enfermagem, v. 35, 2022. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO03032>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/wHvYRr4Q7M7p5bKyDmCpZjP/?lang=pt>. Acesso em: 27 dez. 2025.

OLIVEIRA, Priscila Braga; COCA, Letícia Nunes; SPIRI, Wilza Carla. **Associação entre absenteísmo e ambiente de trabalho dos técnicos de enfermagem.** Escola Anna Nery, v.25, n.2, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0223>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1142955>. Acesso em: 09 jan. 2026.

SILVA, Ana Gracinda Ignacio *et al.* **Satisfação e insatisfação da equipe de enfermagem em unidades de urgência e emergência: revisão integrativa.** Nursing, v. 24, n. 276, 2021. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2021v24i276p5656-5669>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1247528>. Acesso em: 08 jan. 2026.

SOARES, Sara Gabriele da Cruz; GOMES, Mayara Regis Sena; ARAÚJO, Mariana de Oliveira. Relação entre condições de trabalho e saúde do enfermeiro emergencista. Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde, v. 9, n. 2, p.e 95-110, 2020. DOI: 10.18554/reas.v9i2.3553. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/01/1145804/relacao-entre-condicoes-de-trabalho.pdf>. Acesso em: 03 jan. 2026.

STEFANI, Giane Alves. **Vivências dos enfermeiros em práticas avançadas nos serviços de atendimento móvel de urgência.** Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1379766>. Acesso em:

08 jan. 2026.

VASCONCELOS, Raissa Ottes *et al.* **Percepção de enfermeiros acerca da colaboração interprofissional em um serviço de urgência e emergência hospitalar.** 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.1867>. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1867>. Acesso em: 16 dez. 2025.