

IMPACTO DA DEPRESSÃO E ANSIEDADE NA SAÚDE MENTAL DA EQUIPE DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO DE LITERATURA INTEGRATIVA

Brenda Sthefanny Souza Santos¹
Gabriela Fernanda Amaral Scalabrim de Almeida²
Maria Eduarda Alves de Oliveira³
Steffany Araújo de Holanda⁴
Fernanda da Silva Vieira⁵
Heloíza Dias Lopes Lago⁶
João Paulo Langsdorff-Serafim⁷
Universidade Evangélica de Goiás– UniEVANGÉLICA⁸

RESUMO

A saúde mental dos profissionais de enfermagem tem sido impactada por múltiplos fatores relacionados às exigências emocionais e estruturais da profissão. O presente trabalho teve como objetivo analisar o impacto da depressão e da ansiedade na saúde mental da equipe de enfermagem, por meio de uma revisão integrativa da literatura. Os materiais e métodos adotados consistiu na análise de artigos publicados entre 2020 e 2025, na língua portuguesa, disponíveis nas bases de dados SciELO e Periódicos da CAPES, com abordagem mista e ênfase qualitativa. Os resultados evidenciaram alta prevalência de sintomas ansiosos e depressivos entre os profissionais de enfermagem, especialmente em setores de maior complexidade, como Unidades de Terapia Intensiva, maternidades e emergências. Fatores como sobrecarga de trabalho, desvalorização profissional e escassez de recursos foram apontados como determinantes para o adoecimento psíquico. Estratégias de enfrentamento, como apoio psicológico, práticas integrativas e ações institucionais, mostraram-se eficazes na promoção da saúde mental desses trabalhadores. Conclui-se que o cuidado com a saúde emocional da equipe de enfermagem é fundamental para a qualidade da assistência prestada e a segurança dos pacientes.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Equipe de Enfermagem; Saúde Mental.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a saúde mental tem ganhado destaque como um tema central na área da saúde, especialmente diante do aumento dos transtornos psíquicos em diferentes contextos sociais e profissionais. Segundo a Organização Mundial da Saúde, (2020, *apud* Nogueira et al., 2020, p. 1), a saúde mental é um estado de bem-estar em que o indivíduo consegue lidar com os estresses da vida, ser produtivo e contribuir com a comunidade. Logo, há um consenso em considerá-la como mais do que a simples ausência de transtornos mentais, sendo entendida como a qualidade

da vida emocional e cognitiva de um indivíduo, envolvendo sua capacidade de enfrentar adversidades, manter o equilíbrio psicológico e desfrutar da vida (SILVA et al., 2020).

Dentre os profissionais da saúde, a equipe de enfermagem se destaca como uma das mais suscetíveis ao adoecimento psíquico, devido à sobrecarga de trabalho, pressão emocional e contato constante com o sofrimento. Entre os transtornos mentais mais prevalentes nesse grupo, destaca-se a depressão, caracterizada por sentimentos de inutilidade, irritabilidade, pessimismo, isolamento social, perda de interesse, déficit cognitivo, baixa autoestima e tristeza, os quais impactam diretamente nas atividades diárias (BRASIL, 2022).

Entretanto, os transtornos de ansiedade também se mostram recorrentes nesse grupo profissional, sendo definidos por Zancan et al. (2021), como condições marcadas por medo e ansiedade excessivos, acompanhados de alterações comportamentais⁴. O medo, nesse cenário, está associado à reação emocional diante de ameaças percebidas ou reais, o que torna a equipe de enfermagem particularmente suscetível, devido às intensas exigências emocionais e psicológicas a que são submetidos.

Dessa maneira, a ocorrência de transtornos como a ansiedade e a depressão entre profissionais de enfermagem compromete não apenas sua saúde mental individual, mas também a qualidade da assistência prestada. Júlio et al. (2022), ressaltam que esses agravos geram intenso sofrimento, comprometimento das relações interpessoais e familiares, além de dificuldades no desempenho laboral⁵. Esses elementos, no contexto da enfermagem, intensificam o estresse ocupacional e reduzem a eficiência no cuidado em saúde.

Assim, este estudo tem como objetivo investigar o impacto da depressão e da ansiedade na saúde mental da equipe de enfermagem, explorando os desafios enfrentados, as consequências geradas e as estratégias de enfrentamento adotadas.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica narrativa integrativa, com abordagem mista predominância qualitativa, que reúne pesquisas sobre a saúde

mental de profissionais de enfermagem, com foco na depressão e na ansiedade. Foram selecionados artigos publicados em português, entre 2020 e 2025, disponíveis na Biblioteca Científica Eletrônica Online (SciELO) e no Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

A análise será descritiva, destacando impactos, fatores desencadeantes, consequências no trabalho e estratégias de enfrentamento dessas condições, sempre com observância às normas éticas e de autoria.

RESULTADOS

Para esta revisão, foi realizada uma busca na base de dados Periódicos CAPES utilizando os descritores “*ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem*”, e filtros (português 2020-2025). Inicialmente, foram encontrados 139 estudos, dos quais 24 atenderam aos critérios de inclusão, com maior concentração em 2022 (9 artigos).

Na base SciELO, foram realizadas buscas com os descritores “*ansiedade na equipe de enfermagem*” e “*depressão em profissionais de enfermagem*”, em português, no período de 2020 a 2025. A primeira busca resultou inicialmente em 43 artigos, reduzidos a 28 após aplicação do filtro temporal, distribuídos entre 2020 e 2024, sem registros em 2025. A segunda busca identificou 49 artigos, sendo 27 considerados pertinentes após o recorte temporal, distribuídos entre 2020 e 2025.

Após análise dos títulos e resumos, foram selecionados 15 artigos para compor o corpus da revisão integrativa.

Tabela 1. Resultados da busca de dados no Periódicos CAPES: Descritor “ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem” (2020–2025)

Ano	Número de Artigos
2020	3
2021	6
2022	9
2023	2
2024	3
2025	1
Total	24

Fonte: Elaborada pelos autores.

Tabela 2. Resultado da busca de dados SciELO: Descritor “ansiedade na equipe de enfermagem” (2020–2025)

Ano	Número de Artigos
2020	4
2021	8
2022	7
2023	3
2024	6
2025	0
Total	28

Fonte: Elaborada pelos autores.

Tabela 3. Resultado da busca de dados SciELO: Descritor “depressão em profissionais de enfermagem” (2020–2025)

Ano	Número de Artigos
2020	4
2021	8
2022	8
2023	0
2024	6
2025	1
Total	27

Fonte: Elaborada pelos autores.

CONCLUSÃO

O estudo evidenciou que a depressão e a ansiedade são muito presentes na vida dos profissionais de enfermagem, especialmente em setores de alta complexidade. Ele demonstrou que as longas jornadas de trabalho, a pressão emocional, a falta de valorização e a escassez de recursos intensificam o adoecimento psíquico desses profissionais. Esses transtornos vão além do sofrimento individual, afetando diretamente a qualidade da assistência, a segurança do paciente e a capacidade de tomar decisões. Além disso, reduzem a empatia no cuidado e a produtividade da equipe.

Diante desse cenário, a conclusão do estudo destaca que o apoio institucional, o acolhimento psicológico e o uso de práticas integrativas são estratégias eficazes.

Essas medidas devem ser priorizadas por instituições de saúde e políticas públicas para promover ambientes de trabalho mais saudáveis e acolhedores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>. Acesso em: 14 maio 2025.

JULIO, Rayara de Souza; et al. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Carlos, v. 30, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoao22712997>. Acesso em: 14 maio 2025.

NOGUEIRA, Z. R.; FAVARETO, A. P. A.; ARANA, A. R. A. Saúde mental e ambientes restauradores urbanos em tempos de covid-19. **Psicologia USP**, v. 33, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e220012>. Acesso em: 12 de maio 2025.

SILVA, Márcia Regina Guedes; MARCOLAN, João Fernando. Condições de trabalho e depressão em enfermeiros de serviço hospitalar de emergência. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.73, supl.1, e20180952, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/7RLhPsqZhMqLZMDt3zFyKWb>. Acesso em: 14 maio 2025.

ZANCAN, Renata Klein; et al. Estresse, ansiedade, depressão e inflexibilidade psicológica em estudantes universitários de graduação e pós-graduação. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/epp.2021.61067>. Acesso em: 14 maio 2025.