

ENTRE O ADOECIMENTO E TRABALHO: AÇÕES DE QUALIDADE DE VIDA NO ÂMBITO DE SAÚDE MENTAL

Recebido em: 25/04/2023

Aceito em: 22/05/2023

DOI: 10.25110/arqsaude.v27i5.2023-040

Lincon Fricks Hernandes ¹
João Antônio Gonçalves ²
Wenderson Costa da Silva ³

RESUMO: Objetivo: descrever sobre o processo de saúde e doença nos profissionais de saúde mental. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, utilizando estratégia PICO e descritores. Consultou-se por meio de descritores bases de dados internacionais, como a *National Library of Medicine*; Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), SCOPUS; e busca livre no Google Acadêmico. Resultados: Foram selecionados 14 estudos que atendiam a questão norteadora, os estudos abordavam sobre os profissionais de saúde mental e fatores que influenciam no desequilíbrio dos processos de saúde e doenças, e as ações e estratégias por parte dos profissionais, dos serviços, e de políticas para enfrentamento dos desafios no ambiente de trabalho e para promover a qualidade de vida dos profissionais de saúde mental. Nota-se que a compreensão da problemática e o uso de estratégias individuais e coletivas tem efeito positivo sobre os profissionais, estimulando a criatividade e autonomia dos mesmos e possibilitando a resolução de problemas que poderiam comprometer o bem estar de trabalhadores e clientes, além de tornar o ambiente de trabalho agradável. Conclusão: O estudo possibilitou expandir os conhecimentos acerca dos profissionais que trabalham com pacientes que apresentam transtornos mentais e os problemas enfrentados por eles. Dessa forma, mais pesquisas devem ser realizadas nesta linha de investigação, a fim de provar a importância de estratégias voltadas à saúde destes profissionais e dissipar preconceitos que envolvem a saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do Trabalhador; Saúde Mental; Serviços de Saúde Mental.

BETWEEN ILLNESS AND WORK: QUALITY OF LIFE ACTIONS IN THE FIELD OF MENTAL HEALTH

ABSTRACT: Objective: to describe the process of health and illness in mental health professionals. Methodology: This is an integrative literature review, using the PICO strategy and descriptors. International databases were consulted using descriptors, such as the National Library of Medicine; Virtual Health Library (VHL), SCOPUS; and free search on Google Scholar. Results: 14 studies were selected that met the guiding question, the studies addressed mental health professionals and factors that influence the imbalance of health and disease processes, and the actions and strategies on the part of professionals,

¹ Mestre em Políticas Públicas. Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória (EMESCAM). Faculdade América.

E-mail: fricksjr@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7642-3080>

² Graduado em Psicologia. Centro Universitário Católico Salesiano de Vitória (UniSales).

E-mail: joao_goncalves@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9556-4754>

³ Mestre em Biodiversidade, Ambiente e Saúde. Universidade Estadual do Maranhão (UEMA).

E-mail: wendersoncosta09@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6031-9775>

services, and policies to face challenges in the work environment and to promote the quality of life of mental health professionals. It is noted that the understanding of the problem and the use of individual and collective strategies have a positive effect on professionals, stimulating their creativity and autonomy and enabling the resolution of problems that could compromise the well-being of workers and clients, in addition to making pleasant work environment. Conclusion: The study made it possible to expand knowledge about professionals who work with patients who have mental disorders and the problems they face. Thus, more research should be carried out in this line of investigation, in order to prove the importance of strategies aimed at the health of these professionals and to dispel prejudices involving mental health.

KEYWORDS: Occupational Health; Mental Health; Mental Health Services.

ENTRE ENFERMEDAD Y TRABAJO: ACCIONES DE CALIDAD DE VIDA EN EL CAMPO DE LA SALUD MENTAL

RESUMEN: Objetivo: describir el proceso de salud y enfermedad en profesionales de salud mental. Metodología: Se trata de una revisión integrativa de la literatura, utilizando la estrategia y los descriptores PICO. Se consultaron bases de datos internacionales mediante descriptores, como la Biblioteca Nacional de Medicina; Biblioteca Virtual en Salud (BVS), SCOPUS; y búsqueda gratuita en Google Scholar. Resultados: fueron seleccionados 14 estudios que atendieron a la pregunta orientadora, los estudios abordaron los profesionales de la salud mental y los factores que influyen en el desequilibrio de los procesos de salud y enfermedad, y las acciones y estrategias por parte de los profesionales, servicios y políticas para enfrentar los desafíos en la ambiente de trabajo y promover la calidad de vida de los profesionales de la salud mental. Se observa que la comprensión del problema y el uso de estrategias individuales y colectivas tienen un efecto positivo en los profesionales, estimulando su creatividad y autonomía y posibilitando la resolución de problemas que puedan comprometer el bienestar de los trabajadores y clientes, además de haciendo un ambiente de trabajo agradable. Conclusión: El estudio permitió ampliar el conocimiento sobre los profesionales que actúan con pacientes que presentan trastornos mentales y los problemas que enfrentan. Por lo tanto, se deben realizar más investigaciones en esta línea de investigación, con el fin de demostrar la importancia de las estrategias dirigidas a la salud de estos profesionales y disipar los prejuicios que involucran la salud mental.

PALABRAS CLAVE: Salud Ocupacional; Salud Mental; Servicios de Salud Mental.

1. INTRODUÇÃO

O capitalismo ao longo da história vem moldando o funcionamento da sociedade, a necessidade e recrutamento de recursos sociais para converter em capital e extrair valores, torna a sociedade atual incessantemente centrada no tempo como uma medida social para a produção de valor, desta forma quanto mais tempo e mais trabalho, maior a produção de capital, e assim atividades destinadas ao lazer, arte, e afetividade são gravemente afetadas e suprimidas, pois no mundo capitalista a necessidade de subsistências está atrelada a necessidade de consumo e produção de mercadorias (FONTES, 2017).

Devido ao trabalho ser fundamental na organização de vida da sociedade moderna, este é definido como um dos determinantes da saúde, pois tem um destaque na geração de renda, formação de redes sociais e de apoio, e viabilização das condições vida. Apesar de promover saúde, também pode ocasionar o adoecimento, sofrimento, mal estar e até mesmo a morte dos trabalhadores. Por isso a necessidade de reconhecer os elementos capazes de agravar a saúde do trabalhador, com estratégias que visem a transformação dos processos produtivos, tornando-os promotores de saúde, e não de adoecimento e morte, além de garantir a atenção integral (BRASIL, 2018).

Visando a redução da morbimortalidade decorrente dos processos produtivos de trabalho e garantido a proteção e promoção da saúde dos trabalhadores, surge a Política do Trabalhador, com objetivo de implementar ações de saúde para o trabalhador em todos os níveis de atenção do SUS, conforme a necessidade e vulnerabilidade presentes no ambiente de trabalho ou entorno dele, que possam afetar diretamente ou indiretamente na saúde dos trabalhadores (BRASIL, 2012).

Os profissionais de saúde encontrassem em uma situação preocupante quanto a exposição de doenças, devido a exposição constante de patógenos, superlotação, limitações de espaço físico e sobrecarga de trabalho, tudo isso contribui para o aparecimento de diversas doenças que afetam fisicamente e mentalmente (MONTEIROS; MENDES; BECK, 2019). Segundo da Silva Junior et al. (2023), os profissionais de saúde correm alto risco de desenvolver sintomas associados à saúde mental, sobretudo depressão, ansiedade e estresse.

Nesse contexto os profissionais de saúde mental quando inseridos em um ambiente de trabalho inadequado ou insalubre, apresentaram a predisposição a sobrecarga e o desgaste no cotidiano de trabalho, pois é uma área do campo da saúde que exige muitas tarefas, cuidados e acompanhamento contínuo de pacientes psiquiátricos, além disso a falta de insumos, e de um ambiente adequado tanto estrutural como social, facilita a desmotivação do profissional e até mesmo no sofrimento psicológico (DA SILVA; DA COSTA, 2008).

O estudo justifica-se pela relevância científica desse tema, pois embora esses trabalhadores sejam profissionais que tratam da saúde mental da população, não se pode negligenciar que o trabalho é um elemento chave para o bem-estar e a saúde mental desses profissionais, possibilitando, dessa forma, a ampliação do conhecimento além de poder

contribuir para o aprimoramento das ações voltadas à saúde do trabalhador em geral e na saúde mental.

Desta forma o objetivo deste estudo foi descrever sobre o processo de saúde e doença nos profissionais de saúde mental, identificando como as condições de trabalho interferem na qualidade de vida desses profissionais, e destacando os benefícios das ações voltadas para os profissionais de saúde mental e as estratégias de apoio direcionadas a esses profissionais.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa da literatura. Este procedimento foi escolhido por possibilitar a síntese e análise do conhecimento científico já produzido sobre o tema “ENTRE O ADOECIMENTO E TRABALHO: ações de qualidade de vida no âmbito de saúde mental”.

Para a construção da revisão integrativa é necessário percorrer seis etapas, as quais são: identificação do tema e seleção da hipótese; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão; categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; e apresentação da revisão (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

O tema, determinou a construção da estratégia PICO, que representa um acrônimo para Paciente ou Problema (P), Interesse (I), Contexto (Co), na qual foi utilizada para a geração da questão norteadora desta revisão: “Qual é a situação atual relativa à produção científica relacionada à saúde e adoecimento dos trabalhadores da área da saúde mental?”

Para a localização dos estudos relevantes, que respondessem à questão norteadora, utilizou-se de descritores indexados nos idiomas português, inglês e espanhol. Os descritores foram obtidos a partir do *Medical Subject Headings* (MESH), e dos *Descritores em Ciências da Saúde* (DeCS) (**Quadro 1**).

Quadro 1. Elementos da estratégia PICO, descritores e palavras-chave utilizados.

Elementos		Mesh	Decs
P	Trabalhador de Saúde Mental Adoecimento	“Occupational Health”	“Saúde do Trabalhador” “Occupational Health” “Salud Laboral”
I		“Mental Health”	“Saúde Mental”

	Saúde Mental		<i>"Mental Health"</i> <i>"Salud Mental"</i>
Co	Centros de Atenção Psicossocial Instituições psiquiátricas	<i>"Mental Health Services"</i>	<i>"Serviços de Saúde Mental"</i> <i>"Mental Health Services"</i> <i>"Servicios de Salud Mental"</i>

Fonte: Mesh e Decs, 2021.

Consultou-se por meio de descritores as bases de dados PUBMED da *National Library of Medicine*; Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), coordenada pelo Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME) e composta de bases de dados bibliográficas produzidas pela Rede BVS, como Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), além da base de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) e outros tipos de fontes de informação; SCOPUS; e busca livre no Google Acadêmico.

Os termos utilizados durante a pesquisa foram classificados e combinados nos bancos de dados, resultando em estratégias específicas de cada base. A estratégia de busca eletrônica avançada adotada foi a Booleana, conforme demonstrado no **quadro 2**.

Quadro 2. Estratégias de busca eletrônica avançada BIREME, PUBMED e CINAHL.

Base de dados	Estratégia de Busca
BIREME	("Saúde do Trabalhador" OR "Occupational Health" OR "Salud Laboral") AND ("Saúde Mental" OR "Mental Health" OR "Salud Mental") AND ("Serviços de Saúde Mental" OR "Mental Health Services" OR "Servicios de Salud Mental")
PUBMED	((Occupational Health) AND (Mental Health)) AND (Mental Health Services)
SCOPUS	(<i>occupational AND health</i>) AND (<i>mental AND health</i>) AND (<i>mental AND health AND services</i>)

Fonte: Bases de dados, 2021.

Como critérios de inclusão utilizaram-se estudos disponíveis em sua totalidade, nos idiomas Português, Espanhol e Inglês, publicados nos últimos 10 anos. Foram excluídos da busca inicial resumos, textos incompletos, relatos técnicos e outras formas de publicação que não fossem trabalhos científicos completos. Ressalta-se que para a discussão o recorte temporal dos últimos 10 anos não foi respeitado, tendo em vista, tanto

a escassez de estudos sobre o assunto, bem como, a necessidade de comparação dos resultados desta revisão com o da literatura científica

A análise para seleção dos estudos foi realizada em duas fases, a saber: na primeira, os estudos foram pré-selecionados segundo os critérios de inclusão e exclusão e de acordo com a estratégia de funcionamento e busca de cada base de dados.

Na segunda fase os estudos foram analisados quanto ao potencial de participação no estudo, avaliando o atendimento à questão de pesquisa, bem como o tipo de investigação, objetivos, amostra, método, resultados e conclusão. Ao final catorze (14) artigos atenderam a questão norteadora e foram adicionados ao estudo.

Quanto a análise dos dados, foram analisadas as informações coletadas nos artigos científicos e criadas categorias analíticas que facilitou a ordenação e a sumarização de cada estudo. Essa categorização foi realizada de forma descritiva, indicando os dados mais relevantes para o estudo.

Optou-se pela análise em forma estatística e de forma de texto, utilizando cálculos matemáticos e inferências, que foram apresentados em quadros e tabelas para facilitar a visualização e compreensão.

3. RESULTADOS

Foram incluídos no estudo um total de 14 artigos, estes atendiam a pergunta norteadora e foram selecionados conforme os critérios de inclusão determinados.

Os estudos em sua maioria eram de abordagem quantitativa (42,8%) e qualitativo (35,7%), em relação ao delineamento de pesquisa prevaleceu os estudos transversais (85,7%), o idioma predominante foi o idioma português (92,8%). Com relação ao recorte temporal houve prevalência de estudos publicados nos anos de 2015, 2016 e 2018 com 21,4% cada, conforme demonstrado na **Tabela 01**. Os estudos avaliaram as estratégias de apoio direcionadas aos profissionais de saúde mental, como mostra o **Quadro 3**.

Tabela 01. Análise descritiva das produções científicas acerca das estratégias de apoio direcionadas aos profissionais de saúde mental. (N=14)

VARIÁVEIS	N	%
Abordagem do estudo		
Qualitativo	05	35,7
Quantitativo	06	42,8
Quanti- qualitativo	03	21,4

Delineamento da Pesquisa		
Estudo de caso	02	14,2
Estudo Transversal	12	85,7
Idioma		
Inglês	01	7,1
Português	13	92,8
Procedência		
Brasil	13	92,8
Noruega	01	7,1
Ano de Publicação		
2014	01	7,1
2015	03	21,4
2016	03	21,4
2017	02	14,2
2018	03	21,4
2019	01	7,1
2020	01	7,1

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Quadro 3. Publicações incluídas segundo autor, título, tipo de estudo, objetivo principal, principais resultados. (N =14).

Autores/ Ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo principal	Principais resultados
Arantes, Souza e Almeida (2016)	Avaliação da satisfação profissional de trabalhadores em Saúde Mental	Estudo transversal	Avaliar o nível de satisfação profissional de trabalhadores em saúde mental	Os resultados identificaram bons escores de satisfação, sendo a média global de 3,6 ($\pm 0,7$), repetindo tais escores nos quatro fatores. Os maiores índices de satisfação se concentraram no tratamento dado aos pacientes, nas responsabilidades profissionais, na privacidade e confiabilidade e no relacionamento interpessoal. Já a insatisfação mais acentuada foi em relação às condições físicas das unidades, a política salarial e a falta de autonomia nos serviços.
Azevedo e Figueiredo (2015)	Vivências de prazer e sofrimento mental em um Centro de Atenção Psicossocial	Estudo transversal	Abordar as vivências de prazer e de sofrimento envolvidas no trabalho de profissionais de saúde de um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) localizado no interior do Mato Grosso do Sul.	Verificou-se as principais vivências de prazer estão relacionadas ao modo como a equipe se relaciona, ao reconhecimento por parte dos usuários e dos familiares, e à autonomia para planejar suas atividades. A falta de reconhecimento por parte da gestão, a falta de segurança nos atendimentos e a sobrecarga de trabalho foram aspectos geradores de sofrimento.
Barros e Bernardo (2017)	A lógica neoliberal na saúde pública e suas repercussões para a saúde mental de trabalhadores de CAPS	Estudo transversal	Compreender as vivências de trabalhadores de Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) com relação às características da lógica neoliberal que têm sido absorvidas pela saúde pública na atualidade, traduzidas nos convênios de gestão entre entes públicos e não públicos.	Os entrevistados revelaram que a precarização do trabalho nos CAPS pode ser identificada em vários aspectos: formas de contratação, número de horas trabalhadas, insuficiência dos equipamentos em relação à demanda do território, número de trabalhadores inferior ao necessário.
Bellenzani, Paro e Oliveira (2016)	Trabalho em Saúde Mental e Estresse na Equipe: Questões para a Política Nacional de Humanização/SUS	Estudo transversal	Investigar a dinâmica de um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) com relação a: 1) práticas/processos de trabalho da equipe e os sentidos produzidos no cotidiano; 2) estimativa do nível de estresse ocupacional; 3) identificação dos principais fatores psicossociais estressores, compreendendo-os	Diagnosticou-se “nível intermediário de estresse” na equipe (M=2,5); 09 de 23 fatores psicossociais tiveram médias acima de 2,5 (altamente estressores). As mais altas: deficiência nas capacitações (M=3,8) e na circulação das informações (M=3,2); discriminação/favoritismo na instituição (M=3,2). Destacam-se: sensações de

			articuladamente ao contexto de produção de sentidos das/nas experiências dos trabalhadores	despreparo técnico, tensões interpessoais, dificuldades comunicacionais e de lidar com a “loucura”.
Clementino et al. (2018)	Avaliação da satisfação e sobrecarga de trabalho dos trabalhadores dos Centros de Atenção Psicossocial	Estudo transversal	Avaliar a qualidade dos serviços e o nível de satisfação dos profissionais de saúde em relação à sobrecarga de trabalho nos Centros de Atenção Psicossocial do município de Campina Grande, Paraíba. Métodos: estudo qualitativo, analítico	Observaram-se elementos do trabalho temporário, como instabilidade e vulnerabilidade. Quanto ao grau de satisfação relativo às condições de trabalho, conforto e aparência dos CAPS, apoio da gestão, a maioria dos profissionais mostrou-se insatisfeita e sobrecarregada no trabalho.
Glanzner e Olschowsky (2014)	Enfrentamento do sofrimento no trabalho em um Centro de Atenção Psicossocial: um estudo avaliativo	Estudo de caso	Avaliar estratégias de defesa para enfrentar o sofrimento no trabalho em um Centro de Atenção Psicossocial	No processo avaliativo, os trabalhadores demonstraram utilizar estratégias para enfrentar o sofrimento no trabalho: compartilhamento da ansiedade com a equipe de trabalho e com usuários, terapia individual, uso da fala.
Guazzelli (2015)	A percepção dos trabalhadores de saúde mental sobre o sofrimento psíquico no seu cotidiano laboral	Estudo transversal	Compreender a percepção dos trabalhadores de saúde mental sobre o sofrimento psíquico e sua relação com o processo de trabalho.	Grande parte do que fora apontado pelos trabalhadores, tanto como fatores de risco ao sofrimento psíquico assim como os fatores de proteção, têm ligação com a gestão, portanto entende-se que a qualificação da gestão, entre outros encaminhamentos se torna mister para o alcance da saúde dos trabalhadores.
Kolhs, Olschowsky e Ferraz (2017)	Sofrimentos e defesas no trabalho em um serviço de saúde mental	Estudo de Caso	Conhecer o sofrimento e as estratégias de defesa dos trabalhadores que atuam em um CAPS AD III, sob a perspectiva do Teatro do Trabalho proposto por Dejours.	Os profissionais que atuam no CAPS AD III identificam que o sofrimento no trabalho surge pela frustração entre o real e o prescrito; pela hegemonia das práticas orientadas pelo modelo biomédico; pela estigmatização e o preconceito com os usuários; e pelas limitações da Rede de Atenção à Saúde.
Lima <i>et al.</i> (2017)	Fatores apontados por profissionais como	Estudo transversal	Identificar os fatores desencadeadores de ansiedade em profissionais de nível superior que integram as equipes técnicas dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS).	Os dados mostraram que, entre os principais fatores desencadeadores de ansiedade no trabalho, 90% dos profissionais apontaram a inadequação da estrutura física, 80% dos profissionais destacaram a baixa remuneração

	desencadeadores de ansiedade em centros de atenção psicossocial do município de Cabedelo			e a desvalorização do profissional e 50% apontaram a sobrecarga de trabalho.
Moreira e Lucca (2020)	Fatores psicossociais e Síndrome de Burnout entre os profissionais dos serviços de saúde mental	Estudo transversal	Identificar os fatores biopsicossociais no trabalho associados à Síndrome de Burnout em profissionais da saúde mental.	A prevalência da Síndrome de Burnout foi de 7% com predomínio de profissionais da enfermagem, estando associada ao setor de trabalho, ao uso de psicofármacos, à baixa satisfação com a chefia e ao baixo controle sobre a atividade de trabalho.
Moura, Roncalli e Noro (2016)	Impacto do trabalho em profissionais de serviços de saúde mental em um município do Nordeste Brasileiro	Estudo transversal	Avaliar o impacto laboral sentido pelos profissionais de saúde, em virtude do trabalho diário com pessoas que apresentam distúrbios psiquiátricos.	Os resultados apontam baixo efeito de sobrecarga nos profissionais pesquisados. Das subescalas estudadas, a maior pontuação foi observada na que mede o impacto do trabalho no funcionamento da equipe.
Ribeiro (2015)	Trabalhadores dos Centros de Atenção Psicossocial de Alagoas, Brasil: interstícios de uma nova prática	Estudo transversal	Conhecer como se deu o processo de inserção desses trabalhadores nos serviços, e como eles se percebem e percebem suas práticas dentro do novo contexto.	Os depoimentos apontam a necessidade do cuidado sobre o trabalhador considerando, também, suas demandas, para que esses serviços possam funcionar com toda a sua potencialidade.
Roelen <i>et al.</i> (2017)	Psychosocial work environment and mental health-related long-term sickness absence among nurses	Estudo transversal	Investigar quais demandas de trabalho e recursos de trabalho eram preditivos da ausência de doença de longo prazo relacionada à saúde mental (LTSA) em enfermeiros.	Um total de 1533 (75%) enfermeiros foram incluídos nas análises; 103 (7%) deles tiveram LTSA relacionada à saúde mental durante o acompanhamento de 2 anos. Assédio (RH = 1,07; IC 95% 1,01-1,17) e apoio social (RH = 0,92; IC 95% 0,87-0,98) estiveram associados à LTSA relacionada à saúde mental.
Sousa <i>et al.</i> (2019)	Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico	Estudo transversal	Verificar as associações entre as variáveis sociodemográficas, laborais e condições de saúde e hábitos de vida e os transtornos mentais comuns entre os trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico.	A prevalência de transtornos mentais comuns foi de 25,7%. As variáveis associadas aos transtornos mentais comuns foram: categoria profissional (p=0,015), tempo para lazer (p<0,001), problemas de saúde (p=0,003) e satisfação com o sono (p=0,003).

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Conforme o **quadro 03**, os estudos abordaram sobre os profissionais de saúde mental e as influências do seu ambiente de trabalho em relação a qualidade de vida dos mesmos, além dos fatores que influenciam no desequilíbrio do processo de saúde e doença desses profissionais, descreviam também sobre ações e estratégias por parte dos profissionais, dos serviços, e de políticas para enfrentamento dos desafios no ambiente de trabalho e para promover a qualidade de vida dos profissionais de saúde mental.

Uma abordagem pontuada do problema se faz necessária como estratégia para uma melhor compreensão dos dados apresentados, dividindo-se assim em quatro tópicos a discussão dos resultados, os quais são: Estratégias de apoio direcionadas aos profissionais de saúde mental; O processo saúde/doença em profissionais de saúde mental; Condições de trabalho e sua interferência na qualidade de vida dos profissionais de saúde mental; Principais benefícios de estratégias voltadas a saúde dos profissionais de saúde mental.

4. DISCUSSÃO

4.1 O processo Saúde/Doença em Profissionais de Saúde Mental

Com as reformas sociais, Reforma Psiquiátrica e a Constituição do SUS, foram estabelecidas novas maneiras de atuar nas diversas profissões no campo da saúde mental (RAMMINGER, 2009; RIBEIRO, 2015). Severo e Dimenstein (2011) também investigando o trabalho a partir da Reforma Psiquiátrica Brasileira, demonstram a exigência do enfrentamento dos obstáculos presentes neste campo. Onde observou que o cotidiano dos trabalhadores é permeado por tensões, que variam em polos distintos, sendo necessário o investimento em mudanças nos processos e o envolvimento da gestão.

Dessa forma, através do diálogo entre os Campos da Saúde Mental e Saúde do Trabalhador e entre pesquisadores e trabalhadores, será possível a compreensão dos recursos que estão disponíveis para o desenvolvimento do trabalho em saúde mental, tais como meios e normas e todos os mecanismos que estão envolvidos no processo saúde/doença dos profissionais que atuam nesta área (RAMMINGER; BRITO, 2011).

Neste aspecto, Bellenzani, Paro e Oliveira (2016) afirmam que diversas situações podem influenciar negativamente a qualidade de vida do profissional que atua na saúde mental e até mesmo leva-lo ao adoecimento. Neste ponto destacam-se falta de treinamentos de capacitação, tratamento inadequado dos superiores para com seus subordinados; falta de autonomia; falta de comunicação entre os colegas de profissão; má distribuição das funções; desvalorização profissional; exclusão de alguns trabalhadores, por parte dos colegas; competição no ambiente de trabalho; pouca perspectiva

de crescimento profissional; discriminação ou favoritismo no ambiente de trabalho, entre outras condições que geram estresse e adoecimento.

Corroborando com as afirmativas, Roelen *et al.* (2017) afirmam que o assédio e o bullying sofridos por profissionais que atuam na saúde mental, no local de trabalho, é um desencadeador de diversas patologias de longo prazo relacionadas à saúde mental, entre elas síndrome de Burnout; depressão; ansiedade e outras. Ao passo que o apoio social recebido pelos profissionais teve efeito positivo sobre a qualidade de vida dos mesmos, os tornando menos suscetíveis ao aparecimento de doenças de longo prazo ligadas a saúde mental.

É notado que o processo saúde/doença em profissionais que lidam com pacientes com transtornos mentais graves ou não, está diretamente ligado a aspectos físicos e psicológicos, onde os mesmos não devem ser ignorados ou tratados de forma isolada. Visto isso, Lima *et al.* (2017) falam dos fatores que gera ansiedade e destaca baixa experiência profissional, desvalorização profissional, baixa remuneração, sobrecarga de trabalho e equipe insuficiente, como alguns pontos que podem gerar adoecimento dos profissionais que atuam nesta área.

Distinguindo-se dos demais fatores, vale ressaltar a responsabilidade de lidar com pacientes que enfrentam transtornos mentais. No qual foram observados impactos de ordem física e mental, funcionamento da equipe e repercussões emocionais, além de impacto geral que diz respeito à vida pessoal e relacionamentos familiares. Onde, mesmo que estes tenham se ligado em menor grau à relação com os pacientes, evidenciou-se o medo de agressões e sensação de cansaço físico dos profissionais (MOURA; RONCALLI; NORO, 2016).

4.2 Condições de Trabalho e sua Interferência na Qualidade de Vida dos Profissionais de Saúde Mental

O cuidado em saúde mental não pode mais ser reduzido a uma atividade caridosa ou à execução de tarefas, baseada em um conhecimento técnico-científico. Exige, agora, um trabalhador implicado política e afetivamente com o projeto de transformação do modo como a sociedade tem se relacionado com a loucura, que trabalhe de forma interdisciplinar, em uma articulação da gestão com a clínica, circulando pela cidade, considerando um duplo papel: ser agenciador tanto do cuidado, como da rede – e não apenas da rede de saúde, mas de uma rede de suporte social (RAMMINGER, 2009).

Uma pesquisa reflete a relação dos profissionais de saúde mental com seu labor, evidenciando que o processo de sofrimento e adoecimento tem relação com o local de trabalho, pois as condições para sua realização necessitam de reparos e manutenção (GUAZZELLI, 2015).

Entre os pontos mais citados que contribuem com esse adoecimento está a insatisfação relativa às condições do trabalho, como questões de salário, conflitos entre a equipe, questões burocráticas e condições físicas do serviço (ARANTES; SOUZA; ALMEIDA, 2016). Corroborando com essa afirmativa, a pesquisa realizada por Moreira e Lucca (2020) feita com 173 profissionais de serviços de saúde mental demonstra que a escassez de apoio social, grandes demandas de trabalho e o pouco controle sobre seu próprio serviço, contribuem de forma significativa para a insatisfação. Consequentemente, essa baixa satisfação no trabalho pode inclusive causar um esgotamento, contribuindo para o aparecimento de transtornos emocionais, como a Síndrome de Burnout.

O autor Sousa *et al.* (2019) relatam que há uma associação entre o sofrimento psíquico de diferentes categorias profissionais e o tempo para lazer, satisfação com o sono e doenças pré-existentes, e sugere que as concepções da Reforma Psiquiátrica devem ser aplicadas também aos trabalhadores como uma forma de cuidado preventivo. Semelhante a isso, a pesquisa de Barros e Bernardo (2017) aponta que um dos pontos que gera sofrimento nos trabalhadores é a distância entre aquilo que é idealizado na Reforma Psiquiátrica e a realidade, que envolve precarização do trabalho, número insuficiente de profissionais, desvalorização e despreparo, presente principalmente nos CAPS.

Desse modo, a acumulação de funções dos profissionais de saúde mental os fragiliza mentalmente e fisicamente, criando obstáculos que os impedem de exercer suas ações de forma efetiva, fazendo com que o próprio trabalhador passe a necessitar de cuidados (CLEMENTINO *et al.*, 2018).

4.3 Estratégias de Apoio Direcionadas aos Profissionais de Saúde Mental

Os estudos encontrados discorrem sobre as diferentes estratégias de apoio que necessitam serem desenvolvidas e sobre aquelas já utilizadas para auxiliar os profissionais de saúde mental, no qual busca-se através dessas ações superar os desafios presentes no campo de trabalho.

Em sua pesquisa, Ribeiro (2015) relata que a maioria dos trabalhadores de saúde mental se sente despreparada em sua formação para o exercício da prática nesses serviços, o que causa insegurança e a construção de mecanismos de defesa. Portanto, é preciso investir em capacitações contínuas e supervisões clínico-institucionais a fim de garantir que esses profissionais possam ser ouvidos e atendidos em suas necessidades de um cotidiano marcado pelo cuidado do sofrimento mental.

Corroborando com essa afirmativa, Clementino *et al.* (2018) disserta que a educação permanente se caracteriza como uma estratégia essencial de acompanhamento, pois ela age como um instrumento de reestruturação dos serviços.

Investigando as concepções sobre especificidades do trabalho em saúde mental, Oliveira, Leme e Godoy (2009) relatam a experiência de “espaços de cuidado” com profissionais, buscando-se desenvolver estratégias de educação permanente. Dessa maneira, os resultados apontaram a necessidade de capacitações, como também identificaram a urgência de redução na carga horária, tal como a melhora na comunicação e funcionamento da equipe.

Outra ação necessária para amparar os profissionais de saúde mental se refere ao apoio recebido dentro da instituição. Faz-se necessário um envolvimento mais presente da gestão, com supervisão clínica dos profissionais de saúde, investimento na estrutura física, dentre outras, para desenvolver outros caminhos que possam proporcionar saúde para os trabalhadores (CLEMENTINO *et al.*, 2018; GUAZZELLI, 2015).

Com relação às estratégias já utilizadas pelos próprios profissionais para enfrentar o sofrimento no ambiente de trabalho, destacam-se o compartilhamento de suas ansiedades com a equipe, a comunicação e o contato junto aos usuários, além da terapia individual e o uso da fala para constituir um espaço de comunicação e reflexão das emoções (GLANZNER; OLSCHOWSKI, 2014).

O autor Cavalcante (2008) aponta em sua pesquisa maneiras como a equipe vem adaptando estratégias de enfrentamento do sofrimento psíquico, incluindo em sua rotina de lazer atividades esportivas, contato com familiares e amigos, evitando o individualismo, somatização e projeção do trabalho. Semelhante a isso, em sua pesquisa feita com 33 profissionais de um CAPS AD III, Kolhs, Olschowsky e Ferraz (2019) apontam a racionalização e a adaptação às normas, às demandas dos usuários e à política como aliadas no enfrentamento, além disso citam as atividades de lazer, o apoio e a empatia com os colegas como forma de proteção.

Frente a essas questões, é fundamental que os trabalhadores consigam identificar os fatores de risco que podem causar adoecimento psíquico, para que assim possam interferir na promoção da sua própria saúde, buscando e reivindicando ações que contribuam para sua qualidade de vida, levando em consideração que o ambiente de trabalho tem grande influência no seu processo de saúde-doença (SOUSA *et al.*, 2019).

4.4 Principais Benefícios de Estratégias Voltadas a Saúde dos Profissionais de Saúde Mental

No que se refere ao trabalho exercido diariamente, o ideal seria que os profissionais se sentissem motivados e satisfeitos no local de trabalho. Porém, não na prática, nem sempre é o que acontece, em um estudo realizado por Clementino *et al.* (2018) afirmam que os profissionais que trabalham em instituições voltadas a saúde mental, muitas vezes se sentem insatisfeitos e sobrecarregados. O que pode afetar tanto a sua saúde psicológica como o seu comportamento e relações interpessoais.

Diante disso, a busca por um ambiente de trabalho mais tranquilo e acolhedor e que possibilite aos profissionais uma rotina menos exaustiva física e psicologicamente, muitas estratégias são utilizadas. Onde se destacam as estratégias de mediação do sofrimento ocorrem por meio da dinâmica de reconhecimento pela equipe (AZEVEDO; FIGUEIREDO, 2015).

Os trabalhadores vêm utilizando, ainda, o compartilhamento de suas ansiedades com a equipe de trabalho. Fazendo uso da terapia individual e o uso da fala, para constituir um espaço de comunicação e reflexão das emoções, que auxilia positivamente na motivação desses indivíduos e que os ajudam a enfrentar as adversidades do trabalho (GLANZNER; OLSCHOWSKI, 2014).

Corroborando com a afirmativa, Roelen et al. (2017) afirmam que, o apoio social recebido no trabalho traz diversos benefícios aos profissionais, onde os mesmos se tornam menos vulneráveis ao aparecimento de doenças a curto e longo prazo, que tenham relação com a saúde mental destes indivíduos.

Outro efeito positivo de estratégias voltadas aos profissionais foi à estimulação da criatividade dos mesmos. Onde através de descentralização das decisões e realização de atividades lazer, os sujeitos sentiram maior autonomia, sensação de liberdade para tomada de decisões que beneficiassem a equipe e os pacientes, consolidação do companheirismo entre os colegas de trabalho, relação de solidariedade e maior prazer com as atividades exercidas (AZEVEDO; FIGUEIREDO, 2016).

Outro benefício observado foi à minimização da insatisfação com o trabalho e as dificuldades enfrentadas no dia a dia, pois através das estratégias utilizadas os profissionais puderam formar uma rede de apoio coletiva. Na qual, a mesma possibilitou que fossem compartilhadas angustias, inseguranças e medos e tornou os profissionais mais empáticos e com sensação de estarem protegidos (KOLHS; OLSCHOWSKY; FERRAZ, 2019).

5. CONCLUSÃO

Os resultados mostram que a compreensão da problemática e o uso de estratégias individuais e coletivas tem efeito positivo sobre os profissionais, estimulando a criatividade e autonomia dos mesmos e possibilitando a resolução de problemas que poderiam comprometer o bem estar de trabalhadores e clientes, além de tornar o ambiente de trabalho agradável.

Por fim, o estudo possibilitou expandir os conhecimentos acerca dos profissionais que trabalham com pacientes que apresentam transtornos mentais e os problemas enfrentados por eles. Dessa forma, mais pesquisas devem ser realizadas nesta linha de investigação, a fim de provar a importância de estratégias voltadas à saúde destes profissionais e dissipar preconceitos que envolvem a saúde mental.

Como limitações da pesquisa tem-se o fato de que muitas vezes, os problemas enfrentados pelos profissionais são negligenciados, até mesmo por eles mesmos. Outra circunstância que se deve ressaltar é que, não há estudos recentes que focam diretamente na saúde física e psicológica de profissionais que atuam na área de saúde mental.

REFERÊNCIAS

- ARANTES, I. S. A.; SOUZA, I. F.; ALMEIDA, R. J. Avaliação da satisfação profissional de trabalhadores em Saúde Mental. **Espaço para Saúde- Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 17, n. 1, p. 92-100, 2016.
- AZEVEDO, A. P. F.; FIGUEIREDO, V. C. N. Vivências de prazer e sofrimento mental em um Centro de Atenção Psicossocial. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v.15, n.1, p. 30-42, 2015.
- BARROS, A. C. F.; BERNARDO, M. H. A lógica neoliberal na saúde pública e suas repercussões para a saúde mental de trabalhadores de CAPS. **Revista de Psicologia da UNESP**, v. 16, n. 1, p. 60-74, 2017.
- BELLENZANI, R.; PARO, D. M.; OLIVEIRA, M. C. Trabalho em Saúde Mental e Estresse na Equipe: Questões para a Política Nacional de Humanização/SUS. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 8, n. 1, p. 32-43, 2016.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica n. 41**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 136 p.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 23 ago. 2012.
- CAVALCANTE, L. M. S. **Estudo do sofrimento psíquico de profissionais da saúde mental em Centro de Atenção Psicossocial Fortaleza - CE**. 2008. Dissertação (Mestrado em administração) - Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, Ceará, 2008.
- CLEMENTINO, F. S. *et al.* Avaliação da satisfação e sobrecarga de trabalho dos trabalhadores dos Centros de Atenção Psicossocial. **J. res.: fundam. care. Online**, v. 10, n. 1, p. 153-159, 2018.
- DA SILVA, E. A.; DA COSTA, I. I. Saúde mental dos trabalhadores em saúde mental: estudo exploratório com os profissionais dos Centros de Atenção Psicossocial de Goiânia/Go. **Psicologia em Revista, Belo Horizonte**, v. 14, n. 1, p. 83-106, 2008.
- DA SILVA JUNIOR, M. D. et al. Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao covid-19: uma revisão de escopo. **Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar**, v. 27, n. 2, p. 701-719, 2023.
- FONTES, V. Capitalismo, crises e conjuntura. **Serv. Soc. Soc.**, n. 130, p. 409-425. 2017.
- GLANZNER, H. C.; OLSCHOWSKY, A. Enfrentamento do Sofrimento no trabalho em um Centro de Atenção Psicossocial: Um Estudo avaliativo. **Prâksis - Revista do ICHLA**, v. 1, p. 83-91, 2014.
- GUAZZELLI, C. T. **A percepção dos trabalhadores de saúde mental sobre o sofrimento psíquico em seu cotidiano laboral**. 2015. Dissertação (Mestrado profissional) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, 2015.
- KOLHS, M.; OLSCHOWSKY, A.; FERRAZ, L. Sofrimentos e defesas no trabalho em um serviço de saúde mental. **Rev Bras Enferm.**, v. 72, n. 4, p. 954-961, 2019.
- LIMA, L. K. S. *et al.* Fatores apontados por profissionais como desencadeadores de ansiedade em Centro de Atenção Psicossocial do município de Cabedelo. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v.21, n.3, p. 269-274, 2017.

- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto – enferm.**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.
- MONTEIRO, D. T.; MENDES, J. M. R.; BECK, C. L. C. Health Professionals' Mental Health: A Look at their Suffering. **Trends Psychol.**, v. 27, n. 4, p. 993-1006, 2019.
- MOREIRA, A. S.; LUCCA, S. R. Fatores psicossociais e Síndrome de Burnout entre os profissionais dos serviços de saúde mental. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 28, p. 1-11, 2020.
- MOURA, G. A.; RONCALLI, A. G. Impacto do Trabalho em Profissionais de Serviços de Saúde Mental em um Município do Nordeste Brasileiro. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 36, n. 2, 401-410, 2016.
- OLIVEIRA, T. T. S. S.; LEME, F. R. G.; GODOY, K. R.G. O cuidado começa na escuta: profissionais de saúde mental e as vicissitudes da prática. **Mental**, v. 7, n.12, p. 119-138, 2009.
- RAMMINGER, T. “Cada Caps é um Caps”: a importância dos saberes investidos na atividade para o desenvolvimento do trabalho em saúde mental. 2009. Tese (Doutorado em saúde pública) - Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz Escola, Rio de Janeiro, 2009.
- RIBEIRO, M. C. Trabalhadores dos Centros de Atenção Psicossocial de Alagoas, Brasil: interstícios de uma nova prática. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 19, n. 52, p. 95-107, 2015.
- ROELEN, C. A. M. *et al.* Psychosocial work environment and mental health-related long-term sickness absence among nurses. **Int Arch Occup Environ Health**, v.91, p.195-203, 2018.
- SOUSA, K. H. J. F. *et al.* Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico. **Acta Paul Enferm**, v. 32, n. 1, p. 1-10, 2019.