LUMEN ET VIRTUS
ISSN: 2177-2789

A RELAÇÃO ENTRE CARGA DE TRABALHO E USO DE ANSIOLÍTICOS E ANTIDEPRESSIVOS NA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

https://doi.org/10.56238/levv15n41-099

Data de submissão: 25/09/2024 **Data de publicação:** 25/10/2024

Alan Junior dos Santos Borges
Graduando em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: Alan_borges_@live.com

Ana Carolina Conartioli
Graduanda em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: anacarolinaconartioli@gmail.com

Andreza Moreira Ribeiro Lins
Graduanda em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: andreza.rib@hotmail.com

Bruna Matos de Jesus
Graduanda em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: bbru77matos@gmail.com

Carlos Eduardo Michel Schibler
Graduado em Enfermagem
Faculdade Santa Maria da Glória
Mestre em gestão, tecnologia e inovação na urgência e emergência
Uem
E-mail: Carlos.michel@unicesumar.edu.br

Giovanna Oliveira
Graduanda em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: Giovanna.oliveira030314@hotmail.com

Luiz Henrique Paganini
Graduando em Enfermagem
Unicesumar
E-mail: luiz-paganini1@hotmail.com

Márcia Glaciela da Cruz Scardoelli
Mestre em Enfermagem
Uem
E-mail: Marcia.scardoelli@docentes.unicesumar.edu.br

RESUMO

Introdução: Os profissionais de enfermagem enfrentam altos níveis de estresse e sobrecarga no trabalho, o que pode afetar sua saúde mental e levar ao uso de ansiolíticos e antidepressivos. No entanto, a relação entre a carga de trabalho e o uso desses medicamentos ainda não está completamente clara. Objetivo: Este estudo busca explorar a relação entre a carga de trabalho dos enfermeiros e o uso de ansiolíticos e antidepressivos, além de identificar os principais fatores que influenciam esse uso. Metodologia: Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, com busca nas bases de dados PubMed e CINAHL, utilizando descritores específicos. Os estudos foram selecionados com base na relação entre carga de trabalho e uso de medicamentos, e analisados quanto à qualidade e relevância. Conclusão: Os dados sugerem uma associação significativa entre a carga de trabalho elevada e o uso de psicotrópicos, destacando fatores como longas jornadas e alta demanda no ambiente de saúde. A revisão sugere que a sobrecarga de trabalho está ligada ao uso de ansiolíticos e antidepressivos pelos enfermeiros, reforçando a necessidade de intervenções para melhorar as condições de trabalho e apoiar a saúde mental desses profissionais.

Palavras-chave: Carga de Trabalho. Saúde Mental. Enfermagem. Psicotrópicos. Burnout. Estresse Ocupacional.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é uma atividade inerente ao ser humano e está associado primordialmente às demandas objetivas e subjetivas do trabalhador. É uma das formas de evolução social, pessoal e profissional, que contribui também para a criação de laços, experiência de prazer e bem-estar, além de estar relacionado à qualidade de vida e saúde. Desta maneira, os danos à saúde dos trabalhadores podem ter origem multicausal (Ribeiro, *et al*., 2020).

No âmbito da enfermagem, caracterizado por um ambiente coletivo mediado por regras e rotinas, com organizações e processos laborativos complexos, frequentemente acompanhado de sofrimentos, medos, conflitos, tensões, disputas de poder, ansiedade e estresse, os profissionais estão sempre lidando com a vida e a morte de pacientes, enfrentando jornadas exaustivas e outras questões do dia a dia (Ribeiro, *et al*., 2020).

O adoecimento dos trabalhadores e a maneira como isso ocorre influenciam o trabalho dos profissionais de saúde. Estudos têm mostrado na área de pesquisa e corroboram para uma percepção mais ampla das ocorrências e o rumo dos agravos à saúde, além de suas consequências (diretas ou indiretas) para os indivíduos, famílias e sociedade. O trabalho não é neutro (imparcial/justo) quando se trata de saúde (MS, 2023).

Segundo Santiago *et al*. (2023), a Organização Mundial de Saúde (OMS) declara que os transtornos de ansiedade e depressão são questões de saúde pública. Neste cenário, a depressão é definida não apenas pela forma de tristeza, mas também pela irritabilidade, perda de interesse ou prazer em realizar atividades diárias, especialmente aquelas que exigem concentração ou memória, reduzindo a autoestima e alterando o sono e o apetite. A depressão é frequentemente confundida com um estado emocional normal, como a tristeza, mas deve-se distinguir a tristeza fisiológica de aspectos depressivos.

Neste contexto, a saúde mental dos profissionais de enfermagem é uma preocupação crescente na área da saúde, dada a natureza desafiadora e muitas vezes estressante do ambiente em que atuam. Esses profissionais desempenham um papel essencial na prestação de cuidados aos pacientes, mas frequentemente enfrentam condições laborais que podem afetar negativamente seu bem-estar emocional e psicológico (Xavier *et al*., 2021).

A carga de trabalho excessiva, caracterizada por jornadas longas, falta de pessoal, alta demanda por serviços de saúde e emergências, pode contribuir significativamente para o desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão, entre os profissionais de enfermagem. Isso também é uma das principais fontes de estresse na profissão, e suas repercussões na saúde mental dos enfermeiros são motivo de crescente preocupação (Santos Porto *et al*., 2020).

A saúde mental dos enfermeiros é essencial para a qualidade dos cuidados prestados, influenciando a segurança e a eficácia do atendimento aos pacientes. Além disso, problemas de saúde

mental entre enfermeiros resultam em altos custos para o sistema de saúde devido a absenteísmo, menor produtividade e maior rotatividade de pessoal (Xavier *et al*., 2021).

Adicionalmente, o estresse crônico associado à carga de trabalho intensa pode aumentar o risco de problemas de saúde física, como doenças cardiovasculares e distúrbios musculoesqueléticos (Quemel *et al*., 2021). Diante desse cenário, torna-se imprescindível compreender melhor a relação entre a carga de trabalho dos profissionais de enfermagem e o uso de ansiolíticos e antidepressivos (SPA). Esses medicamentos são frequentemente prescritos para tratar sintomas de ansiedade, depressão e outros transtornos mentais relacionados ao estresse laboral. No entanto, a extensão em que a carga de trabalho influencia o uso desses medicamentos pelos enfermeiros ainda não foi completamente elucidada (Ribeiro *et al*., 2020).

A investigação sobre a relação entre carga de trabalho e uso de ansiolíticos e antidepressivos na enfermagem é essencial devido a vários fatores, como a alta prevalência de transtornos mentais, o impacto da carga de trabalho na saúde mental e a qualidade dos cuidados de saúde, entre outros (Santos Porto et al., 2020). A pesquisa pode informar o desenvolvimento de políticas e intervenções eficazes para reduzir a carga de trabalho e apoiar a saúde mental dos enfermeiros, visto que se verifica a existência de uma falta de estudos que explorem especificamente a relação entre carga de trabalho e uso de medicamentos psicotrópicos na enfermagem, que esta revisão integrativa visa preencher.

A revisão tem por objetivo investigar a relação entre a carga de trabalho dos profissionais de enfermagem e o uso de ansiolíticos e antidepressivos (SPA), identificar padrões, tendências e discrepâncias nas evidências sobre a influência da carga de trabalho na saúde mental dos enfermeiros, avaliar os determinantes da carga de trabalho que contribuem para o uso de medicamentos psicotrópicos e fornece novas perspectivas para o desenvolvimento de intervenções e políticas de saúde que promovam o bem-estar dos profissionais de enfermagem. De modo geral, o intuito dessa revisão integrativa é preencher lacunas sobre a percepção dessa relação entre carga de trabalho e uso de SPA e, de forma específica, entender o quanto o ambiente e a sobrecarga de trabalho corroboram para o seu uso e impactam a saúde do profissional.

2 METODOLOGIA

O método utilizado na elaboração deste presente trabalho, foi o de revisão integrativa, pois esse método é muito utilizado na análise de conceitos, revisão de teorias ou evidências, possibilitando sintetizar pesquisas anteriores e obter conclusões a partir de um tema de interesse, possibilita também detectar lacunas que precisam ser preenchidas com novos estudos. Esse método contém seis fases, conforme o Fluxograma abaixo:

1° FASE: ELABORAÇÃO DA PERGUNTA NORTEADORA
Em busca de assunto que fosse relevante à realidade atual, ficou definido o tema: A relação de carga de trabalho com o uso de ansiolíticos e antidepressivos na enfermagem. Tendo como pergunta norteadora: Qual a relação entre a carga de trabalho e o uso de antidepressivo e ansiolíticos (SPA) na enfermagem?
2° FASE: BUSCA NA LITERATURA
Plataforma de pesquisa: PubMed/ BVS/ MEDLINE/ SCIELO/ CINAHL Descritores: Carga de trabalho, Saúde mental, Transtornos Relacionados ao Uso de Substâncias, Psicotrópicos.
3° FASE: COLETA DE DADOS
Critérios De Inclusão E Exclusão Decs:Carga de trabalho AND enfermagem AND ansiolíticos AND antidepressivo AND saúde mental. Serão definidas as informações a serem extraídas dos estudos selecionados, utilizando um instrumento para reunir e sintetizar as informações-chave. Com o intuito de organizar e sumarizar as informações de maneiraconcisa, formando um banco de dados de fácil acesso e manejo.
4° FASE: ANALISE DOS ESTUDOS INCLUÍDOS
Analise de Conteúdo, com planilha de identificação dos artigos selecionados.
5° FASE: DISCUSSÃO DOS RESULTADOS
Foram identificadas como relevante para o estudo, seguintes eixos: 1- Promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis, observando a redução da carga de trabalho, melhoriadas condições físicas e de segurança, e incentivo à participação em decisões 2- Fortalecimento dos sistemas de suporte social e psicológico, ofertando programas de apoio psicológico,grupos de apoio e linhas de escuta 3- Desenvolvimento de programas de prevenção com a implementação de programas de prevenção ao burnoute de promoção da saúde mental. 4- Acesso a tratamentos adequados, que facilitem o acesso a serviços de saúde mental e tratamento medicamentoso quando necessário
6° FASE: APRESENTAÇÃO DA REVISÃO INTEGRATIVA
A presente pesquisa evidencia a urgente necessidade de intervenções para melhorar a saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil. A alta carga de trabalho, as condições adversas e o estresse crônico a que estão submetidos estão diretamente relacionados ao aumento do usode medicamentos psicotrópicos e ao desenvolvimento de transtornos mentais como o Burnout

Fluxograma 1. Descrição das seis fases realizadas para a elaboração da revisão integrativa.

A pesquisa foi realizada nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), CINAHL, Medline, a PubMed Central (PMC) e a Scientific Electronic Library Online (SciELO). Os descritores utilizados, indexados aos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS), foram feitos nos idiomas de português e inglês, sendo eles: carga de trabalho, saúde mental psicotrópicos, transtornos relacionados ao uso de substâncias e enfermagem, os quais foram combinados ou não com o operador booleano “AND”.

Os artigos foram inicialmente selecionados com base nos títulos, resumos e período em que foram publicados. Após consulta aos bancos de dados, será realizada uma triagem de acordo com os critérios de inclusão e exclusão A busca visa capturar o máximo de estudos relevantes sobre o tema. Os dados extraídos serão analisados para quantificar a associação entre carga de trabalho e uso de ansiolíticos e antidepressivos, além de identificar os fatores de trabalho que contribuem para esse uso.

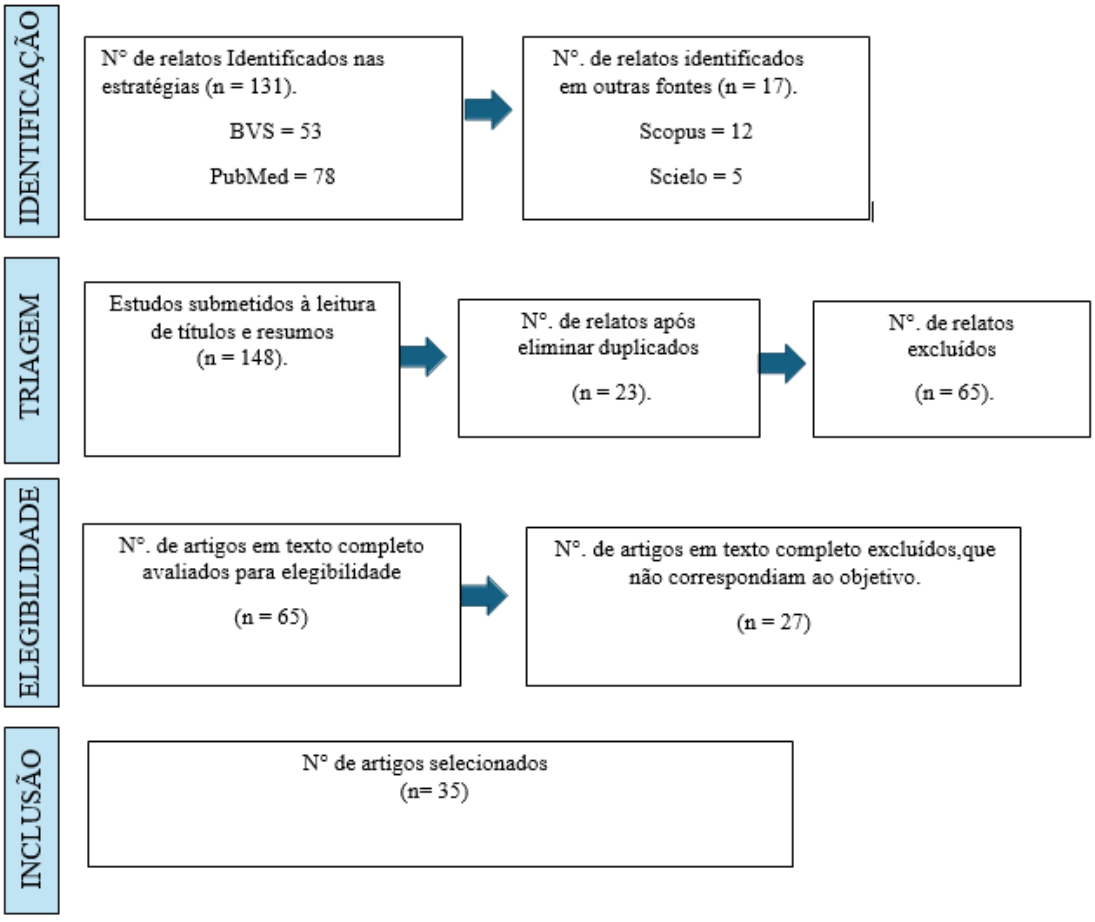
Foram selecionadas literaturas considerando os seguintes critérios de inclusão: literaturas completas disponíveis eletronicamente, nas línguas portuguesa e inglesa, publicados no período 2014 até atualmente. Foram excluídas literaturas duplicadas, artigos não disponibilizados na íntegra, artigos

de opinião e com acesso restrito a pagamento. Posteriormente, as literaturas selecionadas foram submetidas a análise de conteúdo a e extração dos dados foi formulada de modo independente.

3 RESULTADOS

Este estudo foi conduzido com o objetivo de sintetizar e analisar os principais estudos recentes sobre temas relacionados ao consumo de substâncias psicoativas, a síndrome de Burnout na saúde mental dos profissionais de enfermagem e estudantes de áreas, sobre carga de trabalho na enfermagem e, se fundamenta em uma variedade de fontes acadêmicas, abrangendo artigos, revisões integrativas e sistemáticas que investigam as intersecções entre esses fenômenos.

Os dados bibliográficos coletados foram organizados em uma tabela, separando-se os autores, anos de publicação, títulos dos trabalhos e as principais contribuições de cada estudo. Essa estrutura permite uma visão clara e organizada das informações, facilitando a compreensão dos diferentes aspectos abordados pelas pesquisas.



Fonte: Elaboração própria dos autores (2024)

Cada estudo contribui de maneira significativa para o entendimento desses problemas complexos, permitindo contribuições para o desenvolvimento de estratégias de intervenção e prevenção, abaixo apresenta-se os principais autores e suas contribuições para esta pesquisa

Autor e Ano	Trabalho	Principais Contribuições
(6)	Metodologia científica: Princípios e fundamentos	Apresenta os princípios e fundamentos da metodologia científica, destacando métodos etécnicas de pesquisa.
(7)	O desafio do conhecimento: pesquisas qualitativas em saúde	Oferece uma visão abrangente sobre a pesquisa qualitativa em saúde, metodologias e desafios.
(3)	Revisão integrativa da literatura sobre o aumento no consumo de psicotrópicos em transtornosmentais	Explora o aumento do consumo de psicotrópicosem transtornos mentais, especialmente depressão.
(4)	Consumo de substâncias psicoativas por trabalhadores de enfermagem: revisão integrativa	Analisa o consumo de substâncias psicoativas entre trabalhadores de enfermagem, identificando fatores e consequências.
(2)	Fatores associados automedicação em estudantes de enfermagem e enfermeiros: revisãointegrativa	Investiga fatores que levam à automedicação entre estudantes de enfermagem e enfermeiros.
(1)	Automedicação e o risco à saúde:uma revisão de literatura	Discute os riscos da automedicação, com foco em implicações para a saúde.
(8)	Síndrome de Burnout em enfermagem pediátrica e neonatal:revisão da literatura	Revisa a incidência e consequências da síndromede Burnout em enfermagem pediátrica e neonatal.
(9)	As consequências da Síndrome de Burnout durante a pandemia da Covid-19 nos profissionais de enfermagem	Examina os efeitos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19.
(10)	Uso do instrumento maslach burnout inventory como método diagnóstico para síndrome deburnout	Avalia a eficácia do Maslach Burnout Inventorycomo método diagnóstico para a Síndrome de Burnout em enfermagem.
(11)	Aumento no uso de benzodiazepínicos entre osprofissionais da saúde durante a pandemia: uma revisão sistemática	Analisa o aumento do uso de benzodiazepínicosentre profissionais de saúde durante a pandemia.
(12)	Transtorno de ansiedade	Discussão sobre transtornos de ansiedade, comfoco em diagnóstico e tratamento.
(13)	Uso abusivo e indiscriminado de benzodiazepínicos por atuantes daárea da saúde: uma revisão narrativa	Revisão narrativa sobre o uso abusivo de benzodiazepínicos entre profissionais da saúde.
(14)	The use of antidepressants and their long-term consequences in young people: An updated literaturereview	Revisão atualizada sobre o uso de antidepressivos e suas consequências a longo prazo em jovens.
(15)	A prevalência do uso de antidepressivos em estudantes de medicina: uma revisão de literatura	Investiga a prevalência do uso de antidepressivosentre estudantes de medicina.
(16)	Problemas relacionados amedicamentos em idosos usuáriosde psicotrópicos: revisãointegrativa de literatura	Examina problemas relacionados ao uso de medicamentos em idosos usuários de psicotrópicos
(17)	Mulher, drogas e questões degênero: uma revisão de literatura	Analisa a relação entre mulheres, uso de drogas e questões de gênero.
(18)	Incidência da Síndrome de Burnoutnos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa	Estudo sobre a incidência da Síndrome de Burnoutentre profissionais de enfermagem.

(19)	Fatores associados ao burnout em profissionais da enfermagem: revisão integrativa	Identifica fatores associados ao burnout emprofissionais de enfermagem.
(20)	Burnout entre trabalhadores de enfermagem antes e após vacinação contra COVID-19	Estudo comparativo sobre Burnout emtrabalhadores de enfermagem antes e após a vacinação contra COVID-19.
(21)	Burnout na pandemia COVID-19:uma revisão sistemática	Revisão sistemática sobre o Burnout durante apandemia de COVID-19.
(5)	A incidência de transtornos mentaisem profissionais de enfermagem durante a pandemia: uma revisão de literatura	Analisa a incidência de transtornos mentais entre profissionais de enfermagem durante a pandemia

4 DISCUSSÃO

Os resultados são interpretados com base na literatura existente, permitindo identificar padrões, tendências e discrepâncias. Observa-se uma associação clara entre a carga de trabalho e o uso de medicamentos, com evidências de uma correlação significativa entre alta carga de trabalho e o aumento no uso de ansiolíticos e antidepressivos (Tito, *et al*, 2013).

Durante a pandemia de COVID-19, houve uma prevalência crescente no consumo de medicamentos psicotrópicos entre enfermeiros, particularmente devido ao aumento da pressão e do estresse no ambiente de trabalho. O estresse laboral intenso e prolongado contribuiu para o uso de ansiolíticos, como benzodiazepínicos, frequentemente prescritos para tratar transtornos de ansiedade manifestados por sintomas como preocupação excessiva, tensão muscular e insônia. A pandemia também exacerbou as já desafiadoras condições de trabalho, resultando em níveis elevados de estresse e ansiedade, levando muitos enfermeiros a recorrerem a esses medicamentos (Santos, 2022).

Em outro contexto, foi observada uma utilização considerável de antidepressivos em resposta ao estresse crônico e à depressão entre profissionais de saúde. Além dos desafios enfrentados no ambiente de trabalho, muitos também enfrentaram incertezas econômicas e sociais durante a pandemia, o que contribuiu para o aumento do uso de antidepressivos, especialmente os inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRS), utilizados no tratamento de depressão e transtornos de ansiedade (Mota, Lima Junior, 2023).

Esses estudos demonstram que o uso de psicotrópicos é uma resposta comum ao estresse intenso e prolongado no trabalho, embora haja variações notáveis na prevalência e nos tipos de medicamentos utilizados, dependendo de fatores culturais, sociais e econômicos (Silva, 2015).

As atitudes em relação à saúde mental e ao uso de medicamentos psicotrópicos variam culturalmente, com algumas sociedades apresentando menor estigma associado ao uso de ansiolíticos em comparação com antidepressivos, o que pode influenciar as taxas de prescrição e consumo. Fatores sociais e econômicos também desempenham um papel crucial, pois em países com sistemas de saúde

sólidos e suporte social efetivo, profissionais de saúde tendem a ter melhor acesso a cuidados de saúde mental, reduzindo a necessidade de medicamentos (Araujo, *et al*, 2028).

Além disso, as condições de trabalho específicas, como a carga horária, o número de pacientes e o suporte oferecido, impactam diretamente os níveis de estresse e a demanda por intervenções médicas. Nesse contexto, as pesquisas destacam que o estresse laboral intenso está fortemente relacionado ao uso de medicamentos psicotrópicos, sendo um indicativo da saúde mental dos profissionais de saúde. As variações entre os contextos turco e grego, por exemplo, demonstram a importância de abordagens personalizadas para lidar com o estresse, ajustadas às particularidades culturais e sociais de cada país (Maciel*, et al*, 2023).

No Brasil, os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde, incluindo os enfermeiros, refletem um cenário similar. A pressão e o estresse no ambiente de trabalho frequentemente levam ao uso de psicotrópicos como mecanismo de enfrentamento, evidenciando a necessidade de políticas de apoio à saúde mental no ambiente profissional (Santos Junior, *et al*, 2022).

O consumo de substâncias psicoativas entre profissionais de saúde é um fenômeno complexo, influenciado por fatores socioeconômicos e psicológicos. Esses profissionais frequentemente enfrentam altos níveis de estresse devido à natureza exigente e emocionalmente desafiadora de suas funções. Como resultado, alguns indivíduos podem recorrer ao uso de substâncias como forma de lidar com as pressões do dia a dia (Fraga Oliveira, *et al*, 2020).

A prevalência desse comportamento entre enfermeiros e outros profissionais de saúde é significativa, muitas vezes ocorrendo como um mecanismo de enfrentamento para gerenciar o estresse crônico e a carga emocional do trabalho. Isso pode incluir desde o uso de cafeína para aumentar a vigilância até sedativos para relaxar após longas jornadas (Gontijo, *et al*, 2024).

Além disso, a implementação de políticas de saúde ocupacional é essencial para mitigar os riscos associados ao consumo de substâncias psicoativas no ambiente de trabalho. No Brasil, onde as condições laborais são frequentemente desafiadoras devido à alta demanda, à escassez de recursos e às longas jornadas, tais políticas podem ser fundamentais para prevenir e promover a saúde mental dos profissionais de saúde (Lazarini, *et al*, 2023).

Essas políticas podem incluir programas de prevenção ao uso de substâncias, campanhas de conscientização sobre saúde mental, acesso a serviços de aconselhamento e suporte psicológico, bem como a criação de ambientes de trabalho que favoreçam o bem-estar dos trabalhadores. Treinamentos regulares sobre manejo do estresse e estratégias de autocuidado também devem ser integrados às práticas de saúde ocupacional, visando fortalecer a resiliência dos profissionais frente aos desafios do ambiente de trabalho (Oliveira, *et al*, 2017).

A Síndrome de Burnout, que se caracteriza por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, é um tema relevante, especialmente entre profissionais de saúde. Diversos fatores

contribuem para o desenvolvimento dessa condição, como alta carga de trabalho, condições adversas nos ambientes de saúde, falta de recursos adequados e insuficiente suporte psicológico e emocional. Esses elementos não apenas aumentam o risco de Burnout, mas também impactam negativamente a qualidade do cuidado prestado e a saúde mental dos profissionais (Camurça, *et al*, 2022).

A ausência de políticas eficazes de saúde ocupacional e programas de prevenção específicos para Burnout são áreas que requerem atenção urgente. Medidas preventivas, como a promoção de práticas de autocuidado, o estabelecimento de políticas que incentivem um equilíbrio saudável entre vida profissional e pessoal, e o fortalecimento do suporte emocional nas instituições de saúde, podem ajudar a mitigar os impactos negativos dessa condição (Silva, *et al*, 2023).

Diante das evidências apresentadas, é imperativo que políticas públicas e estratégias organizacionais sejam implementadas para proteger a saúde mental dos profissionais de saúde, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis e sustentáveis. Essas medidas não apenas beneficiam os trabalhadores, mas também contribuem para a melhoria da qualidade do atendimento e para a construção de sistemas de saúde mais eficazes e humanizados (Oliveira, *et al*, 2017).

A pandemia de COVID-19 trouxe desafios significativos para os profissionais de saúde em todo o mundo, intensificando problemas preexistentes de saúde mental. Os impactos psicológicos da pandemia foram particularmente evidentes entre aqueles que trabalham na linha de frente. No contexto brasileiro, esses efeitos foram exacerbados pelas condições de trabalho precárias e pela exposição prolongada ao vírus (Paes, *et al*, 2022).

Houve um aumento significativo no estresse, ansiedade e depressão entre os profissionais de saúde durante a pandemia. As altas taxas de infecção e mortalidade, juntamente com a escassez de recursos adequados de proteção e apoio psicológico, contribuíram para um ambiente de trabalho ainda mais desafiador. As desigualdades sociais também se manifestaram de forma intensa, ampliando as disparidades no acesso à saúde e agravando as condições já adversas de trabalho (Lopes; Santos, 2018).

Diante desse cenário, é essencial investir em estratégias de suporte psicológico e programas de autocuidado direcionados aos profissionais de saúde. Políticas públicas que fortaleçam a infraestrutura de saúde, promovam condições de trabalho mais seguras e melhorem o acesso a recursos de saúde mental são fundamentais para mitigar os impactos negativos a longo prazo da pandemia. Além disso, a valorização e o reconhecimento do trabalho dos profissionais de saúde são essenciais para sustentar um sistema de saúde resiliente e eficaz, capaz de enfrentar desafios futuros com maior preparo e humanização (Camurça, *et al*, 2022).

5 CONCLUSÃO

A presente pesquisa evidencia a urgente necessidade de intervenções para melhorar a saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil. A alta carga de trabalho, as condições adversas e o

estresse crônico a que estão submetidos estão diretamente relacionados ao aumento do uso de medicamentos psicotrópicos e ao desenvolvimento de transtornos mentais, como o burnout.

A pandemia de COVID-19 agravou significativamente essa situação, expondo a fragilidade dos sistemas de suporte e a importância de políticas públicas mais robustas. É crucial investir em ações que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis, ofereçam suporte psicológico adequado e desmistifiquem o tema da saúde mental.

A abordagem para a melhoria da saúde mental dos enfermeiros deve ser multifacetada, e quatro pontos principais foram identificados: a promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis, com a redução da carga de trabalho, a melhoria das condições físicas e de segurança, e o incentivo à participação em decisões; o fortalecimento dos sistemas de suporte social e psicológico, por meio de programas de apoio psicológico, grupos de apoio e linhas de escuta; o desenvolvimento de programas de prevenção, incluindo a implementação de estratégias para prevenir o burnout e promover a saúde mental; e o acesso a tratamentos adequados, facilitando o acesso a serviços de saúde mental e ao tratamento medicamentoso quando necessário.

Por fim, a saúde mental dos profissionais de enfermagem é um problema de saúde pública que exige atenção imediata. A implementação de políticas públicas eficazes e de ações intersetoriais é fundamental para garantir a qualidade da assistência à saúde e o bem-estar desses profissionais.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, A. F. Metodologia científica: Princípios e fundamentos. São Paulo: *Editora Blucher,* 2021.

ARAÚJO, S. S. S. B. *et al*. Problemas relacionados a medicamentos em idosos usuários de psicotrópicos: revisão integrativa de literatura. *Kairós-Gerontologia*. 30 dez. 2018; 21(4): 371-88.

CAMURÇA, J. K. S. L. *et al*. Burnout na pandemia COVID-19: uma revisão sistemática. *Braz. J. Health Rev*. 22 dez. 2022; 6(6): 28012-23.

FRAGA OLIVEIRA, F. K. F. *et al*. Uso do instrumento Maslach Burnout Inventory como método diagnóstico para síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. *CGCBS*; 8 abr. 2020; 6(1): 189.

GONTIJO, T. G. *et al*. Fatores associados ao burnout em profissionais da enfermagem: revisão integrativa. *Braz. J. Health Rev*. 16 jan. 2024; 7(1): 1399-413.

LAZARINI, R. L. *et al*. Burnout entre trabalhadores de enfermagem antes e após vacinação contra COVID-19. *Revista Recien*. 16 jan. 2023; 13(41): 81-86.

LOPEZ, K. C. da S. P.; SANTOS, W. L. dos. Transtorno de ansiedade. *Revista de Iniciação Científica e Extensão,* [s.l.], v. 1, n. 1, p. 45–50, 2018.

MACIEL, C. V. R. et al. Aumento no uso de benzodiazepínicos entre os profissionais da saúde durante a pandemia: uma revisão sistemática. *Rev. Contemp*. 24 nov. 2023; 3(11): 23298-319.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisas qualitativas em saúde. *São Paulo: Hucitec*, 2014.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diretrizes para a promoção da saúde mental dos trabalhadores da saúde. Brasília, 2023.

MOTA, J. H. M.; LIMA JUNIOR, L. P. L. The use of antidepressants and their long-term consequences in young people: An updated literature review. *RSD*. 25 dez. 2023; 12(14): e103121444655.

PAES, K. L. *et al.* As consequências da Síndrome de Burnout durante a pandemia da Covid-19 nos profissionais de enfermagem do Brasil: uma revisão integrativa. *REAEnf* . 6 jun. 2022; 18: e10308.

QUEMEL, G. K. C. *et al*. Revisão integrativa da literatura sobre o aumento no consumo de psicotrópicos em transtornos mentais como a depressão. *Brazilian Applied Science Review*, v. 5, n. 3, p. 1384-1403, 2021.

RIBEIRO, Í. A. P. et al. Consumo de substâncias psicoativas por trabalhadores de enfermagem: revisão integrativa. *Texto & Contexto-Enfermagem,* v. 29, e20180488, 2020.

SILVA, L. O. da. Mulher, drogas e questões de gênero: uma revisão de literatura. 2015. 53 f. Monografia (Especialização em Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas) - Universidade de Brasília, Brasília, 2015.

SILVA, M. A. de J. *et al*. A incidência de transtornos mentais em profissionais de enfermagem durante a pandemia: uma revisão de literatura. *Braz. J. Dev*. 14 jan. 2023; 9(1): e35524

SANTOS, A. M. C. de M. A prevalência do uso de antidepressivos em estudantes de medicina: uma revisão de literatura. Orientador: Antoinette Oliveira Blackman. 2022. 26 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Medicina) - UNICEPLAC - Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos, 2022.

SANTOS JÚNIOR, A. B. dos *et al*. Uso abusivo e indiscriminado de benzodiazepínicos por atuantes da área da saúde: uma revisão narrativa. *REAS*. 25 out. 2022; 15(10): e11397.

TITO, R. S. *et al.* Síndrome de Burnout em enfermagem pediátrica e neonatal: revisão da literatura. *Enfermagem em foco*, v. 4, n. 3/4, p. 194-197, 2013.

XAVIER, M. S.; CASTRO, H. N.; DE SOUZA, L. G. D.; DE OLIVEIRA, Y. S. L.; TAFURI, N. F.; AMÂNCIO, N. de F. G. Automedicação e o risco à saúde: uma revisão de literatura. *Braz. J. Health Rev*., v. 4, n. 1, p. 225-240, 2021.

XAVIER, M. S. *et al.* Automedicação e o risco à saúde: uma revisão de literatura. *Braz. J. Hea. Rev*. 2021 Jan. 7; 4(1): 225-240.