



Tramitação Editorial:

Data de submissão (recebimento): 01/01/2020.

Data de reformulação: 10/02/2020

Data de aceitação (expedição de carta de aceite): 01/03/2020

Data de disponibilização no site (publicação): 20/03/2020

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4292351>

Publicado: 2020-03-20

ANÁLISE DOS FATORES QUE LEVAM ENFERMEIROS À DEPRESSÃO

ANALYSIS OF THE FACTORS THAT LEAD NURSES TO REPRESSION

*Victor Hugo dos Santos Costa¹
Jonas Rodrigo Gonçalves²*

Resumo

O tema deste artigo é a Análise dos fatores que levam enfermeiros à depressão. Investigou-se o seguinte problema: Quais os fatores que levam os enfermeiros à depressão? Cogitou-se a seguinte hipótese, fatores como baixa remuneração, carga horária exaustiva, locais insalubres, entre outros, levam os enfermeiros à depressão. O objetivo geral é identificar os fatores que levam os enfermeiros à depressão. Este trabalho é importante devido ao fato de ter aprendido os meios de prevenção para a depressão. Para a ciência, é relevante por ser uma importante ferramenta para esclarecer sintomas, causas e prevenção da depressão em enfermeiros. Agrega à sociedade por fornecer conhecimento sobre o tema. Trata-se de uma pesquisa qualitativa teórica com duração de seis meses.

¹ Graduando(a) em Enfermagem pela Unip (Universidade Paulista). Victor Hugo dos Santos Costa CV Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7651103128361835>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7203-9607>. E-mail: Victor.92279308@gmail.com.

² Doutorando em Psicologia; Mestre em Ciência Política (Direitos Humanos e Políticas Públicas); Licenciado em Filosofia e Letras (Português e Inglês); Especialista em Direito Constitucional e Processo Constitucional, em Direito Administrativo, em Direito do Trabalho e Processo Trabalhista, entre outras especializações. Professor das faculdades Processus (DF), Unip (SP) e Fases (GO). Escritor (autor de 61 livros didáticos/acadêmicos). Revisor. Editor. CV Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6904924103696696>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4106-8071>. E-mail: jonas.goncalves@institutoprocessus.com.br.

Palavras-chave: Enfermeiros. Depressão. Estresse. Ansiedade. Prevenção.

Abstract

The theme of this article is Analysis of the factors that lead nurses to depression. Investigate the following problem, what are the factors that drive nurses to depression? The following hypothesis was considered "factors such as: low pay, exhaustive hours, unhealthy places, etc., lead nurses to depression". The general objective is to identify the factors that lead nurses to depression. This work is important due to the fact that I have learned ways to prevent depression; for science, it is relevant for having gained an important tool to clarify symptoms, causes and prevention of depression in nurses; it adds to society because people can acquire knowledge on the topic. This is a qualitative theoretical research lasting six months.

Keywords: Nurses. Depression. Stress. Anxiety. Prevention.

Introdução

A Depressão é um distúrbio mental que afeta toda a população do mundo, prejudicando o convívio social, familiar, causando insatisfação com a vida e gerando pensamentos negativos. Por se tratar de uma doença a qual todos estão propensos, a tendência é que a incidência cresça em todo o mundo.

A Depressão é uma alteração do estado emocional, possui vários sinais e sintomas, como tristeza, culpa, apetite modificado, sono alterado, retardo motor e ineficiência. Quando esses sinais e sintomas não tratados podem se agravar (CANDIDO; FUGERATO, 2008, p.07).

Este artigo propõe responder o seguinte problema, quais os fatores que levam os enfermeiros à Depressão? Diversos são os fatores que levam os enfermeiros à depressão.

Fatores relacionados ao sofrimento da saúde psíquica do profissional de enfermagem como baixa remuneração, falta de reconhecimento profissional, sobrecarga, relação conflituosa com a equipe multidisciplinar, risco de contaminação, carga horária excessiva, falta de autonomia nas atividades, ausência de gerenciamento entre a vida pessoal e a profissional (MANETTI et al, 2007, p.07).

A hipótese levantada frente ao problema em questão foi: fatores como carga horária excessiva, baixa remuneração, relação conflituosa, sobrecarga e falta de reconhecimento profissional levam os enfermeiros à Depressão. Diversos fatores levam os enfermeiros à Depressão, tais como a relação conflituosa com colegas de profissão, pacientes ou familiares, salários baixos, carga horária exaustiva e a vida pessoal ou profissional mal gerenciada.

A Depressão é desencadeada por uma série de fatores, como distúrbios de personalidade, desequilíbrios químicos cerebrais, e situações decorrentes do cotidiano (MANETTI, MARZIALE, 2007, p.09).

O objetivo geral deste trabalho é identificar os fatores que levam os enfermeiros à Depressão. Por meio deste artigo pretende-se identificar os fatores que acarretam o desenvolvimento de Depressão nos enfermeiros, os sinais e sintomas da depressão nos enfermeiros, quais as causas e consequências da depressão e os meios de prevenção.

A falta de condições, o trabalho, a organização, a dificuldade de remanejamento, a concepção da tarefa e a possibilidade de participação na gestão são fatores que interferem na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem (CAMAROTTI; TEIXEIRA, 1996, p.05).

Os objetivos específicos deste trabalho são a sintomatologia da Depressão em enfermeiros, causas e consequências da Depressão e meios de prevenção. Com base na sintomatologia estarão relatados alguns sintomas da Depressão nos profissionais de enfermagem, as causas e consequências estão voltadas para o ambiente interno e externo ao serviço hospitalar e por fim os meios de prevenção que estão relacionados com a melhoria do serviço hospitalar, remuneração digna, equipamentos de qualidade, carga horária menos exaustivas, etc.

As consequências do trabalho de enfermagem repercutem sobre a saúde dos profissionais. Estes são submetidos a condições inadequadas de trabalho, colocam suas vidas em risco e diminuem a qualidade dos serviços prestados. Os profissionais são acometidos por vários sintomas e doenças, dentre elas o etilismo, estresse, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, além da Depressão que causam vários danos ao corpo e a mente dos enfermeiros (PEREIRA, 2013, p.09).

Esta pesquisa é importante pois mostra para toda a população, inclusive para os enfermeiros e estudantes acadêmicos de enfermagem, as causas da Depressão e principalmente os meios de prevenção. A enfermagem é uma profissão muito complicada por lidar com frequência com a morte, a dor, a doença, o choro e o clima negativo. Por isso, todos os enfermeiros e futuros enfermeiros estão suscetíveis a Depressão, conhecer as formas de prevenção facilita o cuidado.

Por meio deste artigo os índices de casos de enfermeiros e futuros enfermeiros afetados pela Depressão podem diminuir, pois relata os sintomas, as causas e a prevenção. A rede hospitalar possui condições precárias para os profissionais, o artigo relata as principais causas de depressão nos enfermeiros, e muitas das vezes os fatores predispostos para o desenvolvimento são internos. Dado o exposto, para o índice de Depressão diminuir é necessário melhorar as condições do ambiente de trabalho, valorizar os profissionais, oferecer palestras entre outras estratégias.

Em suma, a Depressão é uma patologia a qual todos estão propensos, todos passam por dificuldades em todas as áreas da vida. O presente artigo tem importância para toda a população, mas em especial para os enfermeiros e futuros enfermeiros, visto que mostra os sinais e sintomas da Depressão, e os meios de prevenção. O clima dentro do hospital é muito negativo, há diversos fatores estressores, o enfermeiro e o futuro enfermeiro que conheçam os meios de prevenção podem evitar a Depressão, diminuir os índices de crescimento, auxiliar outros colegas de equipe na prevenção ou mesmo na procura por ajuda.

É um estudo de revisão de literatura, que busca instruir, através de artigos publicados, de um determinado tema. O levantamento de dados foi realizado no período entre janeiro e abril de 2020, tendo como critério de inclusão de artigos publicados dos anos 2000 até 2020, em língua portuguesa e que respondam à pergunta norteadora.

Sem a elaboração de um projeto de pesquisa é quase impossível elaborar um estudo de caso, um artigo ou uma monografia. A elaboração de um projeto é o que direciona todo o desenvolvimento do trabalho, que envolve a especificação do tema, da hipótese, do problema, da metodologia, da justificativa etc. (GONÇALVES, 2019, p.03).

Análise dos fatores que levam enfermeiros à Depressão

Depressão é o nome atribuído ao conjunto de alterações comportamentais, emocionais e de pensamento, tais como afastamento do convívio social, perda de interesse nas atividades profissionais, acadêmicas e lúdicas, perda no prazer nas

relações interpessoais, sentimento de culpa ou auto depreciação, baixa autoestima, desesperança, sono e apetite alterados, sensação de falta de energia e dificuldade de concentração. Tais alterações tornam-se crônicas e trazem prejuízos significativos em várias áreas da vida. O deprimido vê o mundo de outra maneira, sente a realidade de forma diferente e manifesta suas emoções de forma discrepante (SERVO, 2007, p.11).

A Depressão pode surgir por meio de situações desagradáveis vivenciadas por pessoas em seu cotidiano, devido a algum tipo de frustração, perda ou momentos que atingem o psicológico. Pode vir acompanhada de baixa autoestima, ansiedade e negatividade em tudo que vivencia (GARRO; CAMILO; NOBREGA, 2016, p.02).

Desde a antiguidade (500 a.C – 100 d.C), os sintomas da Depressão foram destacados, eram conhecidos como melancolia, com falta de apetite, tristeza e desejo de morte. Com o passar do tempo, e os avanços biológicos, identificou-se a melancolia como apenas um subtipo de Depressão (DUAILIB; SILVA; JUBARA, 2015, p.02).

O Brasil é um dos países que apresenta as maiores taxas de Depressão do mundo, 18,4% da sua população já teve ao menos um episódio de Depressão ao longo da vida, ficando atrás apenas da França com 21% e dos Estados Unidos da América com 19,2% (BROMET et al, 2011, p.06).

Segundo a OMS, todos estamos suscetíveis a depressão, de todas as idades, gêneros e origens. Afeta aproximadamente 350 milhões de pessoas no mundo e está entre as principais causas de incapacidade (WORLD HEALTH ORGANIZATION WHO, 2012, p.02).

A Depressão é um transtorno que afeta negativamente como se pensa, age e sente. É uma patologia com grandes índices de crescimento em todo o mundo. As pessoas afetadas são de alguma forma abaladas fisicamente ou emocionalmente. As deprimidas apresentam alguns sintomas, dentre eles a perda de interesse ou prazer nas atividades desenvolvidas, insônia, baixa autoestima, pensamentos constantes de morte ou suicídio, perda de energia e alterações no apetite.

É de extrema importância para a equipe multiprofissional, principalmente para a equipe de enfermagem, combater os problemas de saúde na sociedade. Porém, quando esses profissionais são acometidos por alguma patologia que os deixa incapazes de realizar suas atividades ou morrem, o ato de cuidar fica prejudicado. A Depressão está entre as doenças que vêm crescendo entre os profissionais, como os transtornos depressivos e os transtornos de ansiedade, que são os maiores causadores de suicídio e afastamento no trabalho (BROMET et al, 2011, p.06).

Os trabalhadores de enfermagem, em sua atividade laboral, são expostos a psicopatologias, como a Depressão, em decorrência da relação entre o trabalho hospitalar e a saúde mental do profissional. Esta relação expõe os trabalhadores fisicamente, por exposição aos riscos químicos, radiações, contaminações biológicas, excesso de calor, ao sistema de plantões, a excessiva carga horária de trabalho, e a organização do trabalho de enfermagem. E psicicamente, decorrente da convivência diuturna com o sofrimento, a dor, a doença e a morte, tendo de enfrentar tais circunstâncias paralelamente aos próprios problemas emocionais (CAMAROTTI; TEIXEIRA, 1996, p.05).

Para Rios (et al, 2010, p.17) a exposição dos profissionais de enfermagem aos estímulos externos de natureza física e mental relacionados a complexidade do trabalho, a inexistência de condições ideais para a realização do cuidado ao lidar com pessoas em estado grave e risco eminente de morte pode os conduzir com maior facilidade ao desenvolvimento de Depressão.

O sofrimento psíquico do trabalhador está associado ao desgaste no trabalho, ao apoio social insuficiente, ao sentimento de insegurança no trabalho e a instituição de atuação do profissional (BOURBINNAIS et al, 1998, p.05).

A sobrecarga é um dos principais fatores que acarreta o desenvolvimento de Depressão, a demanda é muito grande para poucos profissionais. Existem procedimentos que exigem muito dos profissionais, muito complexos, com pouquíssimos recursos.

Sobrecarga, desgaste, suporte social, conflito de interesses, autonomia e execução de tarefas, escala, turno, setores de atuação, relacionamento interpessoal são todos fatores predispostos e desencadeadores da Depressão (SCHMIAT, D.R.C et al, 2011, p.02).

Segundo Pitta (1994, p.12), a situação do trabalho dos enfermeiros provoca sentimentos contraditórios como ansiedade, amor, ódio, compaixão, piedade e ressentimento contra os pacientes.

O risco de Depressão nos enfermeiros é alto devido a sobrecarga de trabalho, ambiente de trabalho em condições insalubres (GARTNER FR; KETELAAR SM et al, 2011, p.05).

A sobrecarga de trabalho e os problemas na escala geram efeitos negativos na capacidade funcional e moral dos profissionais de enfermagem, ocasionam a diminuição da satisfação, a menor intenção de permanecer no emprego, o aumento da Depressão e do sofrimento, além de sintomas físicos como a perda de apetite, nervosismo, indigestão, entre outros. Contudo, as equipes de enfermagem com maior autonomia na execução das tarefas reportam maior intenção de permanecer no emprego e menor sofrimento relacionado ao trabalho (SCHAEFER; MOOS, 1996, p.05).

Segundo Zandoná, Cabral (et al, 2014, p.13) a sobrecarga, ritmos, rotina de trabalho, disputas profissionais, cobranças e pressões, afetam de forma negativa a saúde e a vida das pessoas, ocasionando adoecimento mental, gerando falta de concentração e ausência de controle emocional.

Conforme Baba (et al, 1999, p.02) as pressões no trabalho, como o conflito de interesses e a sobrecarga, contribuem para o desequilíbrio, e o estresse não resolvido leva a deterioração da saúde mental, manifestada por Depressão e pela Síndrome de Burnout.

Os processos de desgaste do trabalhador de enfermagem são gerados pela diversidade, intensidade e simultaneidade de exposição a cargas físicas, químicas, mecânicas, fisiológicas e psíquicas, demonstrados pelos danos biopsíquicos, em suas diferentes formas de expressão, como a morbidade referida pelos trabalhadores, morbidade registrada pelos exames periódicos e acidentes de trabalho documentados, que são corroboradas pela presença de sinais e sintomas, aparecem como importantes indicadores do desgaste dos trabalhadores de enfermagem, e justificam a inclusão desta profissão no grupo das profissões desgastantes (LIPP, 2003, p.12).

Excessivas jornadas de trabalho, salários baixos, estresse pela instabilidade do emprego e o fato de lidar conseqüentemente com a morte, a dor e com o sofrimento são fatores relacionados com sofrimento psíquico do trabalhador (OLIVEIRA et al, 2009, p.16).

O enfermeiro tem objetivos bem definidos, o cuidado e a cura do paciente. A enfermagem está relacionada com o melhor cuidado possível aos pacientes. A demanda é muito grande, isso torna a enfermagem uma profissão muito estressante. O ambiente de doença, morte, vida, cura, choro, abala constantemente os

profissionais de enfermagem, os profissionais são quem tem mais contato com os pacientes.

A enfermagem tem atribuições bem definidas, atuando desde a promoção da saúde até a reabilitação. Neste contexto, pode-se dizer que o cansaço e o estresse são fatores que interferem na qualidade de vida do enfermeiro, produzindo nos profissionais de enfermagem angústias devido a diminuição da convivência familiar, assim como o tempo para dedicação aos aspectos da subjetividade tais como lazer, auto cuidado e cultura (CÔRREA, 2002, p.3 – 4).

O ambiente em que o enfermeiro atua, pode estimular o estresse e comprometer sua saúde psíquica. O meio de trabalho possui carga excessiva de estresse, podendo comprometer sua qualidade de vida e levar ao adoecimento (OLIVEIRA; MAZZAIA; MARCOLAN, 2015, p.02).

Diversos fatores estressores específicos do trabalho já foram identificados, dentre eles o clima de trabalho negativo, a falta de clareza nas tarefas executadas e a ausência de expectativa de crescimento profissional e ascensão social, refletindo em efeitos adversos sobre a saúde do profissionais, principalmente os que trabalham no âmbito da saúde (SCHAEFER; MOSS, 1996, p.02).

As exigências cognitivas que os profissionais de enfermagem sofrem em suas atividades comprometem o bom resultado do trabalho prestado. O estresse costuma aparecer no desenvolvimento das atividades de enfermagem (BRAGA, 1994, p. 7 – 8).

O estresse é a perda do controle emocional interno através de situações externas que cada pessoa vive, enquanto suas expectativas pessoais não são resolvidas. O estresse é uma reação normal devido aos desafios que vivenciamos em consequência do dia a dia (SERVO, 2007, p.06).

Para Oliveira (2015, p.02) os profissionais de enfermagem lidam com fatores que contribuem para o surgimento de estresse, como as divisões de tarefas em categorias, a desvalorização do trabalho, a relação autoritária com subordinados, com os pacientes e equipe e, diversas vezes, submisso ao poder do médico. Gerenciar e cuidar são funções do enfermeiro e, algumas vezes, a falta de uma boa comunicação com a equipe multidisciplinar acarretam a Depressão e ansiedade.

Outro fator que também pode ser relacionado como elemento estressor, é a ausência de representação social da indefinição do papel profissional, já que no processo do trabalho da enfermagem, o cuidado técnico-científico não é claramente demarcado como competência intrínseca da categoria (CARVALHO, 2001, p.13).

A ansiedade é um sentimento de medo vago e desagradável que se manifesta como um desconforto ou tensão decorrente de uma antecipação do perigo, de algo desconhecido. É importante para a sobrevivência humana, porém quando excessivo ou frequente, é prejudicial (GUIMARÃES et al, 2015, p.07).

Ansiedade, estresse e Depressão estão relacionados com a fadiga e o cansaço. Em vários casos esses sintomas aparecem como compaixão e autocompaixão, tanto com colegas de trabalho, pacientes e a si mesmo (CRUZ, 2014, p.12).

Entre toda a equipe multidisciplinar os profissionais de enfermagem são os com maiores risco de Depressão, pelo fato de lidarem constantemente com a dor, a morte, e o sentimento do indivíduo (SILVA; TAVARES et al, 2015, p,04).

Todo acadêmico após o término da graduação e durante a própria graduação imagina cenários positivos como o sucesso na profissão, salário bom, viagens, carro, casa própria, porém quando se depara com a realidade do mercado de

trabalho fica em choque, podendo afetar sua saúde psíquica, devido aos sentimentos de frustração.

Um das regras socialmente estabelecidas é o sucesso profissional. Concebe-se que para ser plenamente feliz, deva ser primeiramente bem sucedido em sua profissão. O mercado de trabalho, a competitividade acirrada por uma vaga, mostra que a realidade é outra e poucos conseguem alcançar o patamar exigido. Neste jogo de superioridade e múltiplas competências, o mercado empregador estabelece baixos salários e uma carga de trabalho exaustiva, distanciando o alcance de uma remuneração compatível com o cargo proposto. Este cenário se agrava quando nos referimos aos profissionais de saúde, implicados na promoção na promoção da saúde e cuidado com o outro, como é o contexto das enfermeiras (LIPP, 2003, p.12).

A realidade do serviço de saúde ocasiona sofrimento psíquico, propiciando o surgimento de sintomas depressivos nos enfermeiros. Os enfermeiros não percebem ou não admitem ter sintomas depressivos, e as raras exceções apontam para as condições de trabalho como estimulador do adoecimento (FERNANDES; MERCOLAN, 2017, p.11).

Os problemas de relacionamento com supervisores e médicos vivenciados pela equipe de enfermagem acarretam maior sofrimento relacionado ao trabalho, menor satisfação no trabalho, menor intenção de permanecer no emprego, e humor deprimido. A longo prazo, estes problemas podem estabelecer fator de risco para o desenvolvimento de depressão e problemas físicos (SCHAEFER; MOOS, 1996, p.05).

A relação conflituosa no ambiente de trabalho pode ser tanto com os próprios colegas quanto com os pacientes e familiares. O conflito com os colegas de trabalho é devido aos conflitos de interesses, a falta de diálogo e imperícia. Em relação aos pacientes e seus familiares é pelas constantes reclamações do atendimento, pelo fato de ter maior proximidade do que qualquer profissão, as equipes de enfermagem são os profissionais que mais escutam reclamações (MONTEIRO, 2014, p. 18 – 19).

A falta de autonomia no planejamento ou execução de algum procedimento, gera certa frustração diante de toda a equipe. Ser um profissional resolutivo é de extrema importância, porém, devido a hierarquia e a outros fatores administrativos, por exemplo, essa autonomia acaba sendo retirada (PAULY et al, 2009, p.17).

A insatisfação com a rede é a principal frustração da enfermagem. Sua jornada de trabalho mesmo sendo sobrecarregada, permite que o profissional se instale em mais de um local de trabalho para que sua renda seja elevada. Mesmo com o duplo vínculo empregatício os resultados não são satisfatórios, os salários continuam baixos, isso acarreta cansaço excessivo e desenvolvimento de problemas psíquicos (ADRIANENSSES, 2012, p.17).

A enfermagem é uma profissão na qual o profissional lida frequentemente com a vida e a morte, dentro da profissão existem locais com os casos mais graves e mais tranquilos. O profissional atuante na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) lida constantemente com a morte, isso pode ser um fator predisposto para o abalamento psíquico do profissional.

A equipe de enfermagem pode ser influenciada por fatores internos ao trabalho e fatores externos, prejudicando sua saúde psíquica. Alguns setores hospitalares como a Unidade de Terapia Intensiva (UTI), Centro Cirúrgico (CC), Urgência e Emergência, são mais desgastantes, ocasionando a diminuição da qualidade de vida do trabalhador (FRANCO et al, 2005, p.05).

Em estudo realizado no Distrito Federal-DF, a UTI (28,6%) e a Emergência (13,3%) obtiveram as menores frequências de Depressão entre os trabalhadores de enfermagem, sendo que as maiores frequências corresponderam aos setores: Clínica de queimados – 71,4%, Clínica pediátrica – 50,0%, Centro Cirúrgico – 40,0% e Ambulatório – 35,7% (CAMAROTTI; TEIXEIRA,1996, p.05).

O local de atuação pode ser determinante desencadeador de elementos que constituem o desgaste psicológico. O enfermeiro deve reconhecer os aspectos que o incomodam, para de alguma forma, poder enfrentar a situação (PRETO; PEDRÃO, 2014. p.11).

Na atividade hospitalar a enfermeira é responsável pela gestão da equipe de enfermagem e pelo acompanhamento do paciente nas suas necessidades de saúde, e aos seus familiares, durante todo o tempo em que a pessoa está no hospital. Esta equipe muitas vezes se encontra em situações que nem sempre são fáceis de lidar, como o conflito que esses profissionais enfrentam entre a realidade do seu trabalho e seus ideais e expectativas. Esse conflito é, sem dúvida, uma fonte estressora, que a literatura confirma, os profissionais de enfermagem estão suscetíveis aos problemas de saúde mental (SALLES, 2005, p.13).

A prevalência da depressão, avaliada em trabalhadores de enfermagem, apresentou correlação positiva com o sexo feminino e com a idade, havendo a preponderância no sexo feminino (37,4%), quando comparados aos índices masculinos (20,0%), e sendo verificada prevalência igual a 40% na faixa acima dos 59 anos, entre os profissionais de enfermagem no Distrito Federal-DF (CAMAROTTI; TEIXEIRA,1996, p.06).

A profissão de enfermagem é composta em sua maioria por mulheres, casadas, e o cargo de profissional da enfermagem é um dos fatores que favorecem para o desenvolvimento de Depressão, pelo fato de lidar com o marido, filhos, casa e trabalho (BARBOSA et al, 2012, p.12).

O avanço da tecnologia trouxe diversos benefícios para a saúde, melhoria no atendimento, agilidade e confiabilidade no diagnóstico e resultados alcançados, entre outras melhorias. Apesar das melhorias, trouxe também alguns malefícios como leitos lotados devido ao rápido diagnóstico e dificuldades no tratamento pela superlotação, baixa autoestima, estresse e ansiedade.

A modernização e implementação de novas tecnologias promoveu fortes mudanças no desenvolvimento e condições de trabalho como o aumento da produtividade em curto espaço de tempo, exigências na qualidade das produções e mecanismo, grande pressão e cobranças por metas, o que interferiu no comportamento psíquico do trabalhador, e conseqüentemente no aumento dos riscos de adoecimento mental e doenças em geral. Progressivamente tem sido reconhecida a influência da atividade ocupacional sobre o bem-estar emocional do trabalhador (GUIMARÃES, 1999, p.05).

O Brasil foi denominado como o quarto país da América Latina a apresentar os maiores números de crescimento de suicídio entre os anos 2000 e 2012, com taxa geral de aproximadamente 4,3 por 100.000 habitantes (HECK et al, 2012, p.06).

As causas principais de esgotamento e fadiga dos enfermeiros são as sobrecargas de serviço noturno, a distribuição de tarefas pelos supervisores que deverão ser realizadas em um curto período de tempo e o nível de autoridade e autonomia no cenário de trabalho (SILVA, N.C et al, 2016, p.13).

Por ser uma profissão na qual em nenhum momento o paciente pode estar sem o amparo de um profissional, o trabalho noturno aparece com fator de risco

altíssimo para a Depressão. O profissional atuante na noite não tem horário de dormir e se o tem é insuficiente.

Uma investigação apontou o trabalho noturno como fator de risco para o desenvolvimento da Depressão maior. As enfermeiras intensivistas com Depressão não apresentavam um desempenho adequado no trabalho, afetando a assistência ao cliente e ao ambiente de trabalho (RUGGIERO, 2003, p.02).

No profissional que labora no período noturno, o débito de sono exerce um impacto sobre o metabolismo e a função endócrina no organismo, ocasionando a diminuição da glicose, aumentando os riscos de sobrepeso e obesidade (ARREAL; PONTIN, 2013, p.14).

O número de horas trabalhadas na semana, o tipo de unidade, o tipo de treinamento recebido, a escala de trabalho, bem como a idade e a carga de trabalho doméstico, não se associaram ao sofrimento psíquico dos enfermeiros no estudo desenvolvido no Canadá (BOURBONNAIS et al, 1998, p.05).

Os profissionais de enfermagem, assistentes sociais e os professores são os que estão mais favoráveis aos problemas mentais, pois são os que mais interagem com as pessoas que necessitam de ajuda profissional (BABA; GALAPERIN; LITUCHY, 1999, p.02).

O tratamento para qualquer transtorno mental é longo, na maioria das vezes os pacientes desistem de tomar a medicação por conta própria, por acreditar que estão bem. Mas como toda doença é silenciosa não é recomendado cessar o uso de medicações para qualquer patologia por conta própria.

O grande desafio para o tratamento de Depressão é o fato de a metade dos pacientes interromperem o tratamento com antidepressivos nos primeiros seis meses (IBANEZ; MERCEDES BP et al, 2014, p.05).

No Canadá, um estudo observou que o sofrimento psíquico do trabalhador de enfermagem estava associado a vivência de eventos estressantes nos últimos 12 meses (BOURBONNAIS et al, 1998, p.06).

Como toda patologia a Depressão não é diferente, existem diversos meios de prevenção, ainda mais por se tratar de uma doença com altos índices de crescimento em todo o mundo. A Depressão é um transtorno ao qual toda população do mundo está suscetível, todo cidadão sofre abalos tanto fisicamente como psicologicamente.

As intervenções para reduzir o sofrimento psíquico no trabalho estão associadas a uma melhor e mais clara divisão do trabalho, apoio do supervisor e dos colegas, participação no processo de tomadas de decisão, reposição dos trabalhadores faltantes, reconhecimento por parte do superiores, oportunidade para desenvolver suas habilidades e para falar sobre as tensões no trabalho (BOURBONNAIS et al, 1998, p.06).

O treinamento das chefias e supervisões deve ser realizado de forma dinâmica e permanente para a liderança do grupo, focados no suporte social, no trabalho e na melhor comunicação entre a equipe e supervisores, acrescido de estratégias para aumentar a coesão entre o grupo, buscando beneficiar tanto os trabalhadores como o hospital (SCHAEFER; MOSS, 1996, p.06).

Considerações Finais

A Depressão é um transtorno mental desenvolvido através de problemas emocionais e físicos, a população em um todo encontra-se predisposta ao seu desenvolvimento, todos vivenciam situações ruins em alguma etapa da vida. O presente trabalho refere-se sobre a análise de fatores que levam os enfermeiros à

Depressão, os enfermeiros que vivenciam fatores estressores estão suscetíveis ao desenvolvimento de Depressão.

Quais os fatores que levam os enfermeiros à Depressão. Acredita-se que a relação conflituosa, a falta de reconhecimento no trabalho, as cargas horárias exaustivas e remuneração baixa são os fatores que acarretam o desenvolvimento da Depressão em enfermeiros.

Foram analisados os fatores que levam os enfermeiros à Depressão. Finalizando com o intuito de relatar os sinais e sintomas da Depressão em enfermeiros, as causas e consequências da Depressão e os meios de prevenção.

O estudo foi de suma importância para os autores devido ao fato de terem adquirido conhecimento sobre a Depressão, principalmente a que acomete os enfermeiros. Com a elaboração deste artigo a ciência ganhou mais uma ferramenta importante com o objetivo de mostrar aos enfermeiros e futuros enfermeiros a sintomatologia da Depressão, as causas e consequências e principalmente os meios de prevenção, permitindo evitar novos casos. O alvo principal do desenvolvimento do artigo foram os enfermeiros e acadêmicos de enfermagem, a profissão é bastante estressante e os profissionais têm de aprender a lidar com situações do cotidiano.

Evidenciou a importância do conhecimento dos enfermeiros perante a Depressão. O enfermeiro vivencia fatores estressores, é importante que conheça sobre a depressão em um todo, evitando ser acometido e ajudando outras pessoas a não serem. A enfermagem é uma profissão que tem diversos fatores para desenvolver a Depressão, existem meios de prevenção como a valorização dos profissionais, salários dignos, equipamentos de qualidade e cargas horárias reduzidas.

Referências

ADRIAENSSES Jes; GUCHT, Veronique De, MAES Stan. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. V.49, N.11, 2012.

BABA, V; PERIN, BL; LITUCHY, TR. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. Acesso em 1999.

BARBORA, S et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. N.3, 2012.

BOURBONNAIS, R et al. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. 1998.

BRAGA, V.A.B. Relação de estresse, ansiedade e qualidade de vida na enfermagem. Ribeirão Preto, USP, 1994.

BROMET, G et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. Acesso em 2011.

CAMAROTTI, H; TEIXEIRA, H.A. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. Acesso em 1996.

CANDIDO; FUGERATO. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. Rio de Janeiro, V.12, N.3. Acesso em 16 de novembro de 2018.

Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452008000300012>

CARVALHO, V.D; LIMA, P.R.D.E. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. São Paulo, V.34, março de 2001.

CÔRREA, A.K. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. Ribeirão Preto, 2002.

CRUZ, B.S.P. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**. V.5, N.2, 2016.

DUAILIB, K; SILVA, A.S.M; JUBARA, C.F.B. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**. V.72, N.12, 2015.

FERNANDES, D.M; MARCOLAN, J.F. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**. V.13, N.1, 2017.

FRANCO, G.P; BARROS, A.L.B.L; NOGUEIRA, L.A. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. 2005

GARRO, I.M.B; CAMILO, S.O; NOBREGA, M.P.S.S. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**. V,19, N.2, 2016.

GARTNER, F.R et al. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da estratégia de saúde da família. **Smad, Revista eletrônica saúde mental álcool drog**. 2011.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como escrever um Artigo de Revisão de Literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, Ano II, V.II, n.5, 2019.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como fazer um Projeto de Pesquisa de um Artigo de Revisão de Literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, Ano II, V.II, n.5, 2019.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. **Metodologia Científica e Redação Acadêmica**. 8. ed. Brasília: JRG, 2019.

GUIMARÃES, A.M.V. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. 2015.

GUIMARÃES, L.A et al. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. V.1, São Paulo, 1999.

HECK, R.M et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. 2012.

IBANEZ, G et al. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da estratégia de saúde da família. **Smad, Revista eletrônica saúde mental álcool drog.** 2014.

LIPP, M.E.N (org). Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. São Paulo, 2003.

MANETTI, M.L; MARZIALE, M.H.P. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. V.12, N.1 Acesso em: 16 de novembro de 2018. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2007000100010>

MONTEIRO, J.K; GRISA, G.H. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. V.6, N.2, setembro de 2014.

OLIVERIA, F.P; MAZZAIA, M.C; MARCOLAN, J.F. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia.** V.28, N.3, 2015.

OLIVEIRA, G et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. 2009.

OLIVEIRA, J.D.O et al. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia.** V.47, N.4, 2015.

PAULY, B et al. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. V.16, n.5, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0969733009106649>

PEREIRA, R.S.F. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. 2013.

PITTA, A. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. São Paulo, 1994.

PRETO, V.A; PEDRÃO, L.J. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia.**

RIOS, K.A; BARBOSA, D.A; BELASCO, G.A.S. Fatores que ocasionam o índice de transtornos depressivos e ansiedade em profissionais de enfermagem. 2010.

RUGGIERO, J.S. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. 2003

SALLES, E.P. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. Goiânia, 2005.

SCHAEFER, J.A; MOSS, R.H. Fatores associados a depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. Acesso em 1996.

SCHMIAT, D.R.C; DANTAS, R.A.S; MARZIALE, M.H.P. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da estratégia de saúde da família. **Smad. Revista eletrônica saúde mental álcool drog.** 2011.

SERVO, M.L; ARAUJO, P.O. Relação de estresse, depressão e qualidade de vida na enfermagem. Ano IV, N.10, maio de 2007.

SILVA, D.S.D et al. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da estratégia de saúde da família. **Smad. Revista eletrônica saúde mental álcool drog.** 2015

SILVA, N.C et al. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia.** V.5, N.2, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros da estratégia da saúde da família. **Smad. Revista eletrônica saúde mental álcool drog.** Acesso em: 13 de fevereiro de 2016 Disponível em: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/data-and-statistics>

ZANDONÁ, C; CABRAL, F.B; SULZBACH, C.C. Sintomas depressivos em enfermeiros do serviço hospitalar privado. **Id On Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia.** V.38, N.144, 2014.