



# Saúde Mental do Profissional da Saúde: Aumento do Índice de Suicídio na Área da Saúde

## *Mental Health of Healthcare Professionals: Increase in Suicide Rates in the Healthcare Sector*

**Emannuelle Moreira Barros**

*Graduanda de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina (UNI-CET).*

**Márcia Oliveira Cardoso**

*Graduanda de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina (UNI-CET).*

**Francisca Mairana Silva de Sousa**

*Docente de Metodologia Científica do Centro Universitário Tecnológico de Teresina (UNI-CET).*

**Layanne Cavalcante Moura**

*Médica de Medicina de Família e Comunidade, Mestre em Saúde da Mulher pela Universidade Federal do Piauí (UFPi), Docente dos Cursos de Bacharelado em Enfermagem, Farmácia, Biomedicina e Medicina do Centro Universitário Tecnológico de Teresina (UNI-CET)*

**Resumo:** A saúde mental dos profissionais da saúde tem se tornado uma preocupação crescente no cenário global, especialmente diante dos impactos da pandemia de Covid-19, da intensificação das jornadas de trabalho e da exposição contínua ao sofrimento humano. Médicos, enfermeiros e demais trabalhadores da área enfrentam ambientes de alta pressão, escassez de recursos, sobrecarga emocional e estigma relacionado à busca por ajuda psicológica. Esses fatores contribuem para o aumento de transtornos mentais como depressão, ansiedade, síndrome de burnout e comportamento suicida, afetando não apenas a qualidade de vida desses profissionais, mas também a segurança e a efetividade do cuidado prestado à população. Este estudo teve como objetivo analisar os conhecimentos publicados sobre estratégias de prevenção ao adoecimento mental entre profissionais da saúde, com foco na redução do sofrimento psíquico e dos índices de suicídio. Utilizou-se a revisão integrativa da literatura como abordagem metodológica, foram incluídos estudos publicados nos últimos cinco anos, com diferentes níveis de evidência, abrangendo revisões sistemáticas, estudos transversais e narrativas. Os achados revelam que fatores como sobrecarga de trabalho, estigma sobre saúde mental, falta de suporte institucional, depressão, burnout, histórico de abuso, automedicação e baixa remuneração estão fortemente associados ao risco de suicídio entre profissionais da saúde. A prevalência de comportamento suicida variou entre 8,8% e 13%, com destaque para profissionais da enfermagem e medicina, especialmente mulheres e trabalhadores com menor escolaridade ou sem rede de apoio. As estratégias de prevenção identificadas incluem telessimulação sobre posvenção, capacitação emocional, suporte psicológico, reestruturação de turnos, programas de reconhecimento, uso de tecnologias digitais e promoção da resiliência. A discussão aponta que intervenções eficazes devem ser multifacetadas, abordando tanto os fatores organizacionais quanto os individuais. Conclui-se que a prevenção ao adoecimento mental exige ações multissetoriais e contínuas, que envolvam mudanças na formação profissional, políticas públicas de saúde ocupacional e fortalecimento das redes de apoio, visando garantir a saúde dos profissionais e a qualidade da assistência prestada à população.

**Palavras-chave:** sofrimento emocional; suicídio; saúde mental; profissionais da saúde; esgotamento profissional.

**Abstract:** The mental health of healthcare professionals has become a growing concern globally, especially in light of the impacts of the Covid-19 pandemic, the intensification of work schedules, and continuous exposure to human suffering. Doctors, nurses, and other healthcare workers face high-pressure environments, resource scarcity, emotional overload, and stigma related to seeking psychological help. These factors contribute to an increase in mental disorders such as depression, anxiety, burnout syndrome, and suicidal behavior, affecting not only the quality of life of these professionals but also the safety and effectiveness of the care provided to the population. This study aimed to analyze published knowledge on strategies for preventing mental illness among healthcare professionals, focusing on reducing psychological suffering and suicide rates. An integrative literature review was used as the methodological approach, including studies published in the last five years with different levels of evidence, encompassing systematic reviews, cross-sectional studies, and narratives. The findings reveal that factors such as work overload, stigma surrounding mental health, lack of institutional support, depression, burnout, history of abuse, self-medication, and low pay are strongly associated with the risk of suicide among healthcare professionals. The prevalence of suicidal behavior ranged from 8.8% to 13%, particularly among nursing and medical professionals, especially women and workers with lower levels of education or without a support network. Identified prevention strategies include tele-simulation on postvention, emotional training, psychological support, shift restructuring, recognition programs, use of digital technologies, and promotion of resilience. The discussion suggests that effective interventions should be multifaceted, addressing both organizational and individual factors. It is concluded that preventing mental illness requires multisectoral and continuous actions involving changes in professional training, public occupational health policies, and strengthening support networks, aiming to guarantee the health of professionals and the quality of care provided to the population.

**Keywords:** emotional distress; suicide; mental health; healthcare professionals; Burnout.

## INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais da saúde tem se consolidado como uma preocupação crescente em todo o mundo, em virtude do aumento de distúrbios psicológicos, exaustão emocional e taxas elevadas de suicídio entre esses trabalhadores. Pesquisas apontam que profissionais da saúde apresentam risco significativamente maior de ideação e tentativas de suicídio quando comparados à população geral, especialmente médicos e enfermeiros, devido à sobrecarga laboral e à constante exposição a situações de sofrimento e morte (Li *et al.*, 2024).

A Organização Mundial da Saúde (2020) destaca que o trabalho é um dos principais determinantes da saúde mental, sobretudo quando associado a condições inadequadas. Especialmente após os impactos da pandemia de covid-19, Machado *et al.* (2021) afirmam que intensificaram-se o esgotamento físico e emocional dos indivíduos que trabalham nos serviços de saúde.

O ambiente hospitalar, caracterizado por alta demanda, pressão constante e exposição à dor e à morte, contribui para o desenvolvimento de transtornos mentais como ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout (Cunha; Oliveira; Nascimento, 2022). Esses fatores, somados à escassez de suporte institucional, têm levado ao crescimento preocupante dos casos de suicídio entre profissionais da saúde (Cipriano *et al.*, 2025).

No contexto brasileiro, estudos recentes indicam uma prevalência alarmante de sofrimento psíquico e ideação suicida entre profissionais da saúde, em especial naqueles que enfrentam condições precárias de trabalho e longas jornadas assistenciais. Uma pesquisa nacional com médicos brasileiros revelou que mais de um terço já apresentou planos ou tentativas de suicídio, associadas à exaustão emocional e falta de reconhecimento profissional (Santos *et al.*, 2023). Um estudo de coorte sueca conduzido por Nguyen *et al.* (2025) encontraram razões de risco ajustadas de 1,57 para médicos e 1,61 para enfermeiros em relação à população não vinculada à saúde.

A sobrecarga emocional experimentada por esses profissionais não se limita ao excesso de tarefas, mas também à exposição contínua a conflitos éticos e à frustração diante da limitação de recursos (Medeiros *et al.*, 2024). O conceito de injúria moral — definido como o sofrimento psicológico decorrente da impossibilidade de agir conforme princípios éticos pessoais — tem sido identificado como importante determinante para o adoecimento mental e a ideação suicida nessa população (Rodrigues *et al.*, 2023). Tais evidências demonstram que o sofrimento psíquico no setor saúde é multifatorial e deve ser compreendido a partir de uma abordagem biopsicossocial, considerando tanto fatores organizacionais quanto individuais (Oliveira, 2025).

Dados do Ministério da Saúde apontam que o suicídio é a segunda principal causa de morte entre jovens adultos no Brasil, e os profissionais da saúde estão entre os grupos mais vulneráveis devido à sobrecarga emocional e à dificuldade de buscar ajuda por medo de estigmatização (Brasil, 2024). Cipriano *et al.* (2025), destacam que a complexidade do fenômeno envolve determinantes individuais e coletivos, como histórico de transtornos mentais, experiências traumáticas, precarização das condições de trabalho e ausência de políticas de cuidado psicológico contínuo.

Estudo publicado na *Journal of Affective Disorders* revelou que, entre 2015 e 2019, houve uma aceleração no crescimento das taxas de suicídio no Brasil, com destaque para os meses próximos à campanha Setembro Amarelo, o que levanta questionamentos sobre a efetividade das ações de prevenção e a necessidade de abordagens mais estruturadas e contínuas (Damiano *et al.*, 2024). Embora não se estabeleça relação causal direta, os dados reforçam a urgência de estratégias que ultrapassem o marketing institucional e promovam mudanças reais no cuidado com a saúde mental.

Além disso, o panorama epidemiológico dos óbitos por suicídio no Brasil demonstra que os profissionais da saúde, especialmente médicos, enfermeiros e técnicos, apresentam taxas elevadas de ideação suicida e tentativas de suicídio, muitas vezes invisibilizadas pelas instituições (Cipriano *et al.*, 2025). A ausência de espaços seguros para acolhimento emocional e a cultura de resistência ao sofrimento psíquico contribuem para o agravamento do quadro.

Diante desse cenário, torna-se imprescindível discutir políticas públicas e estratégias institucionais que promovam o cuidado integral do trabalhador da saúde, pois a ausência de programas sistemáticos de apoio psicológico e de ambientes

laborais seguros contribui para o agravamento dos quadros de sofrimento mental e perpetua o estigma em torno da busca por ajuda (Pereira; Lima, 2024).

Diante desse contexto, torna-se imprescindível o fortalecimento de políticas públicas voltadas à saúde mental dos profissionais da saúde, com foco na prevenção do suicídio, na promoção de ambientes de trabalho saudáveis e na criação de redes de apoio psicológico. Este artigo teve como objetivo geral analisar os conhecimentos publicados sobre estratégias de prevenção de adoecimento mental dos trabalhadores de saúde e como objetivos específicos, buscou-se: verificar quais estratégias desempenhadas para reduzir o sofrimento mental de profissionais da área assistencial da saúde e conhecer as dificuldades e desafios das atividades de enfrentamento ao adoecimento mental em trabalhadores de saúde.

## METODOLOGIA

Este estudo utilizou a revisão integrativa da literatura como abordagem metodológica. Conforme destaca Gil (2022), essa modalidade de revisão tem como finalidade reunir, examinar e sintetizar as evidências disponíveis sobre um determinado tema, com o intuito de identificar lacunas no conhecimento, ampliar perspectivas analíticas e consolidar o panorama atual da produção científica na área.

A condução deste estudo seguiu o modelo metodológico proposto por Souza, Silva e Carvalho (2021), que delineiam a revisão integrativa da literatura em seis etapas sistemáticas: (1) elaboração da pergunta norteadora; (2) busca estruturada nas bases de dados; (3) coleta e organização dos dados relevantes; (4) avaliação crítica dos estudos selecionados; (5) análise e discussão dos achados; e (6) apresentação da síntese integrativa. Essa abordagem permite consolidar o conhecimento existente sobre o tema, identificar lacunas e orientar futuras investigações.

Assim, formulou-se a seguinte questão de pesquisa: Quais estratégias de prevenção ao adoecimento mental têm sido adotadas para reduzir o sofrimento psíquico e os índices de suicídio entre profissionais da saúde, segundo evidências científicas publicadas nos últimos anos?

A busca na literatura ocorreu nos meses de setembro a outubro de 2025, mediante a utilização dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): sofrimento emocional, suicídio, saúde mental, profissionais da saúde, esgotamento profissional. Para combinação de termos, utilizou-se os operadores booleanos “AND” e “OR”.

A consulta das publicações foi nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE/PuBMeD) via *National Library of Medicine* e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Google Acadêmico. Foram incluídos no estudo os artigos disponíveis na íntegra gratuitos envolvendo a questão e temática da pesquisa, na língua portuguesa, inglesa e espanhola e que foram publicados nos últimos cinco anos. Excluiu-se àqueles

cujo resultados não possibilitarem atender os objetivos específicos desse estudo além dos periódicos duplicados (foi considerado apenas uma vez), trabalhos de conclusão de graduação ou pós-graduação, teses, dissertações, editoriais, normas técnicas, leis, resoluções, cartas e resumo de anais.

A extração dos dados foi realizada de forma sistemática após a seleção dos estudos elegíveis, conforme os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Utilizou-se como instrumento de coleta estruturado de Souza, Silva e Carvalho (2021) em que reuniu-se informações relevantes de cada publicação, como: autores, ano de publicação, título, metodologia do estudo, objetivo principal e principais resultados pontuando a população investigada, estratégias de prevenção ao adoecimento mental, indicadores de sofrimento psíquico e menções ao suicídio entre profissionais da saúde.

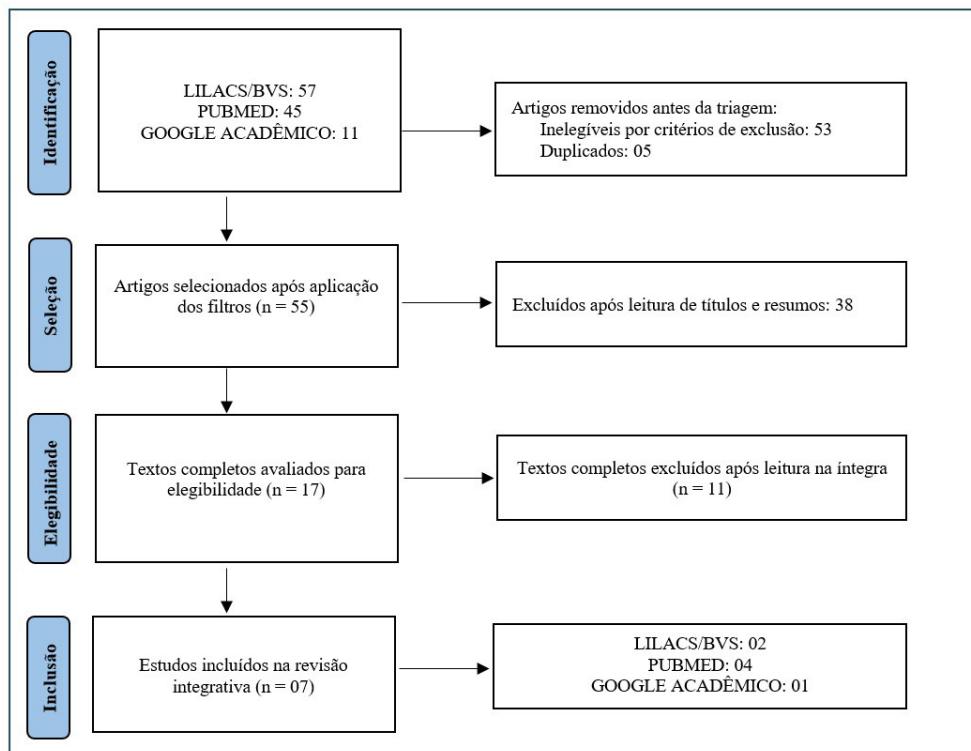
Cada estudo foi lido na íntegra e os dados foram organizados em planilhas eletrônicas para facilitar a categorização e análise temática. A extração foi conduzida por dois revisores independentes, com posterior conferência e consenso em casos de divergência, garantindo a confiabilidade e a validade do processo.

Os estudos selecionados foram categorizados segundo os níveis de evidência científica, adotando uma abordagem hierárquica conforme o modelo proposto por Galvão e Ricarte (2024). Essa classificação considera o delineamento metodológico como critério central para avaliar a robustez e a confiabilidade das evidências, permitindo a hierarquização dos estudos conforme sua força científica, validade interna e potencial de generalização. A estrutura dos níveis de evidência, originalmente desenvolvida pela *Agency for Healthcare Research and Quality* (AHRQ), foi revisada pelos autores para contemplar contextos complexos como a saúde mental, incorporando dimensões sociais e culturais à análise da consistência dos achados.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No total, 113 artigos foram encontrados. Após a retirada das duplicatas (05 artigos) e inelegibilidade pelos critérios de exclusão (33 artigos), 75 foram selecionadas para leitura de título e resumo que levou a exclusão de 38 periódicos. Em seguida, 11 (onze) estudos que foram para a leitura completa dos seus textos foram excluídos por não abordarem a saúde mental em profissional da saúde, selecionando-se ao final 7 (sete) artigos científicos conforme apresenta-se figura 1.

**Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção de estudos selecionados para Revisão Integrativa sobre saúde mental do profissional da saúde - aumento do índice de suicídio na área da saúde. Teresina, PI, Brasil. 2025.**



**Fonte:** elaborado pelas autoras, 2025.

A síntese desses artigos selecionados encontra-se na tabela 1 e 2 a seguir em que é possível encontrar as informações quanto: autor(es)/ano de publicação, objetivos, método, nível de evidência e principais resultados encontrados referente aos conhecimentos publicados sobre estratégias de prevenção de adoecimento mental dos trabalhadores de saúde.

A presente revisão integrativa reuniu evidências científicas sobre estratégias de prevenção ao adoecimento mental entre profissionais da saúde, com destaque para os fatores de risco, intervenções educativas e desafios institucionais. A diversidade metodológica dos estudos incluídos — que variam entre revisões sistemáticas, estudos transversais e narrativas — permitiu uma visão ampla e crítica sobre o tema.

A revisão sistemática com metanálise de Cavalcanti *et al.* (2023) apresentou o mais alto nível de evidência (I), revelando uma prevalência de comportamento suicida de 13% entre profissionais da saúde, sem aumento significativo durante a primeira onda da pandemia de Covid-19. Esse achado contrasta com a percepção

comum de agravamento da saúde mental nesse período, reforçando a importância de análises estatísticas robustas para evitar interpretações precipitadas (Cavalcanti et al., 2023).

Conforme Lunz (2022), o nível de evidência I representado pelas revisões sistemáticas com ou sem metanálise, por sintetizarem os melhores estudos disponíveis com rigor metodológico e critérios explícitos de seleção, oferece o mais alto grau de confiabilidade para a tomada de decisão clínica.

**Tabela 1 - Distribuição das publicações incluídas segundo autor(es)/ano de publicação, título, método e nível de evidência. Teresina, PI, Brasil, 2025.**

<b>Autor(es)/ano</b>	<b>Título</b>	<b>Método - Nível de evidência</b>
Aldrighia; Jardima, 2025	Risco de suicídio em profissionais de enfermagem: um estudo transversal em hospitais universitários no extremo sul do Brasil	Estudo transversal, exploratório e descritivo - IV
Cavalcanti et al., 2023	Prevalência de suicídio e comportamento suicida entre profissionais de saúde durante a pandemia de covid-19: revisão sistemática e metanálise	Revisão Sistemática com metanálise- I
Ferreira et al., 2025	O suicídio em profissionais médicos e estudantes de medicina: uma revisão da literatura	Estudo transversal, exploratório, revisão narrativa - VI
Pedrollo et al., 2025	Telessimulação sobre posvenção do suicídio: avaliação das práticas educativas, satisfação, autoconfiança e do debriefing	Estudo transversal utilizando Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) - IV
Silva Júnior et al., 2024	Fatores de risco e intervenções eficazes para a síndrome de burnout entre profissionais de saúde: uma revisão bibliográfica	Revisão bibliográfica na literatura científica - VI
Silva et al., 2023	Setembro Amarelo: A campanha influencia no número de casos de autoagressões no Rio de Janeiro?	Estudo observacional, epidemiológico e retrospectivo - IV
Sousa et al., 2020	A relação de depressão e suicídio no profissional de enfermagem: uma revisão integrativa	Revisão integrativa de literatura - VI

**Fonte: elaborado pelas autoras, 2025.**

Estudos transversais como os de Aldrighia e Jardima (2025) e Pedrollo et al. (2025), classificados como nível IV, evidenciam fatores associados ao risco de suicídio, como sobrecarga de trabalho, sofrimento emocional e falta de suporte institucional. A telessimulação, por exemplo, mostrou-se eficaz na promoção da autoconfiança e na abordagem da posvenção, sendo considerada uma estratégia

promissora para capacitação em saúde mental, especialmente em contextos de ensino remoto (Pedrolloa *et al.*, 2025).

Esses achados dialogam com Santos *et al.* (2025), que defendem a implementação de estratégias de prevenção no ambiente de trabalho, como capacitação emocional, suporte institucional e reorganização das jornadas laborais para mitigar o estresse ocupacional.

**Tabela 2 – Distribuição das publicações incluídas na revisão integrativa sobre saúde mental do profissional da saúde segundo autor(es)/ano de publicação e seu objetivo principal. Teresina, PI, Brasil, 2025.**

<b>Autor(es)/ano</b>	<b>Objetivo Principal</b>
Aldrighia; Jardima, 2025.	Identificar a prevalência do risco de suicídio e os fatores associados em profissionais de enfermagem de hospitais universitários do extremo sul do Brasil.
Cavalcanti <i>et al.</i> , 2023.	Estudar a prevalência de suicídio/comportamento suicida entre profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19.
Ferreira <i>et al.</i> , 2025	Compreender a saúde mental e suicídio entre profissionais médicos e estudantes de medicina, com a atualização de dados sobre o suicídio, bem como elencar as principais causas, os transtornos mentais e demais fatores que levam o profissional/estudante de medicina a tirar sua própria vida.
Pedrolloa <i>et al.</i> , 2025.	Avaliar as práticas educativas, satisfação, autoconfiança e a experiência frente ao debriefing na percepção de estudantes e profissionais da área da saúde após uma telessimulação sobre a posvenção do suicídio.
Silva Júnior <i>et al.</i> , 2024.	Abordar evidências recentes sobre os principais fatores de risco e as intervenções eficazes na síndrome de burnout em profissionais da saúde.
Silva <i>et al.</i> , 2023.	Analizar o impacto real que a campanha “Setembro Amarelo” obteve na comunidade comparando as médias mensais de notificações por lesões autoprovocadas no período de 2015 e 2020, no estado do Rio de Janeiro.
Sousa <i>et al.</i> , 2020	Relacionar a ocorrência de depressão nos profissionais da enfermagem e ao risco de suicídio que ela aumenta.

**Fonte: elaborado pelas autoras, 2025.**

As revisões narrativas e bibliográficas, como as de Ferreira *et al.* (2025) e Silva Júnior *et al.* (2024), embora de nível VI, oferecem contribuições relevantes ao discutir o estigma, a privação de sono e a pressão profissional como gatilhos para o adoecimento psíquico. Segundo Oliveira *et al.* (2024), a cultura de normalização do sofrimento e o presenteísmo são barreiras críticas à promoção da saúde psíquica, exigindo mudanças estruturais nas instituições.

Outro ponto relevante é o impacto das campanhas públicas. O estudo de Silva *et al.* (2023) identificou aumento nas notificações de autoagressão após o início da campanha Setembro Amarelo, levantando dúvidas sobre a eficácia da comunicação midiática. Isso reforça a necessidade de estratégias cuidadosamente planejadas e

baseadas em evidências para evitar efeitos adversos conforme defende Santos *et al.* (2025).

**Tabela 3 – Principais resultados dos artigos selecionados na revisão integrativa sobre saúde mental do profissional da saúde. Teresina, PI, Brasil, 2025.**

Autor(es)/ano	Principais resultados e recomendações
Aldrichia; Jardim, 2025	Destacaram-se os multifatores para o risco de suicídio, sejam situações da infância, menor renda, adoecimento mental, limitações e sofrimentos no processo de trabalho, e a necessidade de haver ações de suporte e de fortalecimento a saúde dos profissionais de enfermagem.
Cavalcanti <i>et al.</i> , 2023	A busca identificou 2.834 registros, dos quais 30 foram incluídos na análise. A metanálise revelou uma prevalência de comportamento suicida de 13%, com alta heterogeneidade entre os estudos ( $I^2 = 99,95\%$ ). A metaregressão indicou que a primeira onda da pandemia de Covid-19 não influenciou essa prevalência, não sendo observado aumento do comportamento suicida entre profissionais da saúde durante esse período
Ferreira <i>et al.</i> , 2025	Profissionais da saúde, especialmente médicos, enfrentam alto risco de suicídio devido a fatores como sobrecarga, privação de sono e estigma sobre saúde mental. A prevenção exige ações integradas, incluindo tratamento precoce, redução do estresse e mudanças no currículo médico para promover autoconfiança e conscientização, incentivando a busca por ajuda.
Pedrollo <i>et al.</i> , 2025	A maioria dos participantes era do sexo feminino, com metade já familiarizada com a posvenção, embora poucos tivessem experiência com ensino por simulação. As práticas educativas foram bem avaliadas, destacando-se a satisfação, autoconfiança e altas expectativas. O debriefing teve orientação eficaz, e houve associações positivas entre vivência virtual, posvenção e atuação do facilitador. Concluíram que a telessimulação é uma estratégia promissora para o ensino sobre posvenção do suicídio.
Silva Júnior <i>et al.</i> , 2024	A prevenção e o manejo do Burnout requerem intervenções multifacetadas que abordem tanto o ambiente de trabalho quanto as necessidades pessoais dos profissionais de saúde. A implementação de políticas de saúde pública e programas de apoio contínuos é fundamental para garantir a saúde mental dos profissionais de saúde e a qualidade do atendimento ao paciente.
Silva <i>et al.</i> , 2023	A análise revelou aumento significativo nas notificações de autoagressão após o início da ação pública em setembro, levantando dúvidas sobre o impacto das mensagens divulgadas pela mídia. Isso destaca a necessidade de revisar as estratégias da campanha para garantir sua efetividade na prevenção.

Autor(es)/ano	Principais resultados e recomendações
Sousa <i>et al.</i> , 2020	Os trabalhadores de enfermagem enfrentam fatores de risco específicos para problemas de saúde, como sobrecarga de trabalho, pressão profissional e alta prevalência de síndrome de burnout. Além disso, lidam com falta de reconhecimento, limitações no crescimento profissional e o impacto emocional do sofrimento e morte de pacientes, evidenciando estressores peculiares à profissão

**Fonte:** elaborado pelas autoras, 2025.

Complementarmente, Ferreira *et al.* (2025) destacam que médicos e estudantes de medicina apresentam risco elevado de suicídio, impulsionado por fatores como sobrecarga de trabalho, privação de sono, ambientes insalubres e estigma em torno da saúde mental. O estudo desses autores enfatizam a importância de reformular os currículos das faculdades de medicina para incluir programas que promovam a autoconfiança, incentivem a expressão emocional e desmistifiquem a ideia de invulnerabilidade associada à profissão médica. Tais medidas são fundamentais para reduzir o estigma e fomentar a busca por ajuda.

Essas evidências convergem para a necessidade de uma abordagem multisectorial e integrada, que envolva não apenas ações institucionais, mas também mudanças estruturais na formação e no suporte aos profissionais da saúde. A capacitação contínua, o fortalecimento das redes de apoio e a valorização do cuidado emocional no ambiente de trabalho são estratégias essenciais para a prevenção do adoecimento mental e do suicídio nesse grupo vulnerável (Cavalcanti *et al.*, 2023).

A pesquisa de Aldrighi e Jardim (2025) revelou que o risco de suicídio entre profissionais de enfermagem está associado a múltiplos fatores, incluindo depressão autorreferida, histórico de abuso na infância, tabagismo e desejo de mudança de profissão. Esses achados reforçam a necessidade de ações institucionais que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis e acolhedores, com suporte psicológico contínuo e estratégias de enfrentamento para traumas pessoais e ocupacionais.

Em relação a renda familiar, quanto mais elevada atua como fator de proteção, evidenciando que condições socioeconômicas também influenciam diretamente na saúde mental dos trabalhadores da enfermagem. A prevalência de risco de suicídio foi de 8,8%, com destaque para profissionais com menor escolaridade e sem companheiro, o que aponta para vulnerabilidades específicas que devem ser consideradas em políticas de prevenção (Aldrighi; Jardim, 2025).

Já o estudo de Sousa *et al.* (2020) destaca que a depressão é altamente prevalente entre profissionais de enfermagem do sexo feminino, sendo agravada por fatores como sobrecarga de trabalho, conflitos interpessoais, baixa expectativa profissional e dificuldade de lidar com o luto. A revisão integrativa aponta que o ambiente hospitalar, marcado por jornadas exaustivas e escassez de recursos, contribui para o desenvolvimento de transtornos mentais e eleva o risco de suicídio.

Além disso, o uso de psicofármacos e a automedicação são práticas recorrentes entre esses profissionais, o que pode comprometer tanto sua saúde quanto a segurança do cuidado prestado. A qualidade de vida no trabalho, portanto, emerge como um elemento central na promoção da saúde mental e na prevenção de agravos psicológicos entre os profissionais da enfermagem (Sousa *et al.*, 2020; Aldrighi; Jardim, 2025; Cavalcanti *et al.*, 2023).

A revisão bibliográfica de Silva Júnior *et al.* (2024) reforça que a síndrome de Burnout é uma das principais causas de adoecimento mental entre profissionais da saúde, com impacto direto na qualidade do atendimento e na segurança do paciente. Os autores destacam que os fatores de risco organizacionais — como sobrecarga de trabalho, falta de apoio institucional e ausência de reconhecimento — são determinantes para o desenvolvimento do Burnout. Intervenções eficazes incluem programas de mindfulness, suporte psicológico, reestruturação de turnos e uso de tecnologias digitais voltadas à saúde mental. A integração entre estratégias organizacionais e individuais é apontada como essencial para mitigar os efeitos da síndrome e promover ambientes de trabalho mais saudáveis.

Já Sousa *et al.* (2020) evidenciam que a depressão entre profissionais de enfermagem está fortemente relacionada à precarização das condições de trabalho, à dupla jornada e à sobrecarga emocional. O estudo aponta que o estresse crônico, a falta de reconhecimento e o ambiente hospitalar hostil contribuem para o aumento do risco de suicídio. Além disso, destaca-se a automedicação como prática comum entre esses profissionais, o que pode agravar quadros clínicos e comprometer a segurança assistencial. A pesquisa sugere que a qualificação profissional e o suporte institucional são fatores protetores importantes, capazes de fortalecer a autoestima e a capacidade de enfrentamento diante das adversidades.

Por fim, Sousa *et al.* (2020) destaca que os profissionais de enfermagem enfrentam estressores específicos, como o contato direto com o sofrimento e a morte, além da baixa valorização profissional. A implementação de políticas públicas voltadas à saúde mental e ao reconhecimento desses profissionais é essencial para garantir a qualidade do cuidado e a sustentabilidade dos serviços de saúde (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos estudos incluídos nesta revisão integrativa evidenciou que os profissionais da saúde, especialmente os da enfermagem e da medicina, estão expostos a múltiplos fatores de risco para o adoecimento mental, incluindo depressão, ansiedade, síndrome de burnout e comportamento suicida. A sobrecarga de trabalho, a precarização das condições laborais, o estigma em torno da saúde mental e a ausência de suporte institucional são elementos recorrentes que comprometem o bem-estar desses trabalhadores.

As estratégias de prevenção identificadas nos estudos apontam para a necessidade de ações integradas e multissetoriais, que envolvam desde a

reformulação dos currículos acadêmicos até a implementação de políticas públicas voltadas à saúde ocupacional. Intervenções como telessimulação, programas de apoio psicológico, capacitação em saúde mental, promoção da resiliência e uso de tecnologias digitais demonstraram potencial para mitigar os impactos do sofrimento psíquico. Assim, cuidar da saúde mental dos profissionais da saúde é não apenas uma questão ética, mas também uma medida essencial para garantir a qualidade da assistência prestada à população.

Além disso, os achados reforçam que fatores pessoais, como histórico de abuso, baixa resiliência, automedicação e ausência de rede de apoio, intensificam a vulnerabilidade desses profissionais. A prevalência significativa de comportamento suicida e sintomas depressivos entre trabalhadores da saúde, especialmente mulheres e jovens em início de carreira, evidencia a urgência de intervenções sustentadas e sensíveis às especificidades de cada grupo profissional. A valorização do cuidado emocional, o reconhecimento institucional e a criação de ambientes de trabalho mais seguros e colaborativos são pilares fundamentais para a promoção da saúde mental.

Portanto, é imprescindível que gestores, educadores, conselhos profissionais e formuladores de políticas públicas atuem de forma articulada para implementar estratégias eficazes de prevenção, acolhimento e promoção da saúde mental. Investir na saúde emocional de quem cuida é investir na sustentabilidade dos sistemas de saúde, na segurança dos pacientes e na dignidade dos profissionais que sustentam a linha de frente do cuidado.

## REFERÊNCIAS

- ALDRIGHIA, L. B.; JARDIMA, V. M. R. **Risco de suicídio em profissionais de enfermagem: um estudo transversal em hospitais universitários no extremo sul do Brasil.** Rev Bras Saude Ocup., v. 50, n. 2, e16, 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. **Boletim Epidemiológico: Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil.** Brasília: Ministério da Saúde, 2024.
- CAVALCANTI, C. M. O. et al. **Prevalência de suicídio e comportamento suicida entre profissionais de saúde durante a pandemia de covid-19: revisão sistemática e metanálise.** Revista Contemporânea, v. 3, n. 8, 2023.
- CIPRIANO, R. B. et al. **Panorama de óbitos por suicídio no Brasil: análise epidemiológica e temporal de uma década.** Debates em Psiquiatria, v. 15, p. 1–20, 2025.
- CUNHA, L. P.; OLIVEIRA, M. T.; NASCIMENTO, R. A. **Impactos da pandemia de COVID 19 na saúde mental de profissionais da saúde no Brasil.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 47, n. 3, p. 1–10, 2022.

DAMIANO, R. et al. **Setembro Amarelo e o aumento das taxas de suicídio no Brasil: uma análise crítica.** Journal of Affective Disorders, v. 10, n. 3, p.11-21, 2024.

FERREIRA, B. D. et al. **O suicídio em profissionais médicos e estudantes de medicina: uma revisão da literatura.** Lumen et Virtus, v. 11, n. 5, p. 9322-9345, 2025.

GALVÃO, M. C. B.; RICARTE, I. L. M. **Dos níveis de evidência à revisão sistemática mista, viva e contextualizada.** Logeion Filosofia da Informação, v. 11, n. 1, 2024.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa.** Rio de Janeiro: Atlas, 2022.

LI, J. et al. **Suicide risk among healthcare professionals: a nationwide cohort study.** Journal of Affective Disorders, v. 357, p. 105–114, 2024.

LUNZ, W. **Tomada de decisão baseada em evidência.** São Paulo: Autopublicação, 2022.

MACHADO, M. H. et al. **Condições de Trabalho dos Profissionais de Saúde no Contexto da Covid-19.** Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), 2021.

MEDEIROS, A. M. T. et al. **Sobrecarga no trabalho e as implicações para a qualidade de vida e saúde mental de profissionais da saúde.** IOSR Journal of Business and Management, v. 26, n. 6, p. 06–10, 2024.

NGUYEN, N. et al. **The Relationship Between Depression, Burnout, and Suicide Among Healthcare Professionals: A Scoping Review.** Worldviews Evid Based Nurs., v. 22, n. 3, e70037, 2025.

OLIVEIRA, B. C. et al. **Saúde mental dos profissionais da saúde: sete estratégias para evitar o adoecimento.** Saúde Debate, v. 1, n. 2, e10297, 2024.

OLIVEIRA, J. P. (Org.). **Saúde mental e políticas públicas no Brasil.** Brasília: Editora Ateliê, 2025.

OMS. Organização Mundial Da Saúde. **Saúde mental no local de trabalho.** Genebra: OMS, 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Saúde mental dos profissionais de saúde: recomendações para gestores e formuladores de políticas públicas.** Brasília: OPAS, 2022.

PEDROLLOA, L. F. S. et al. **Telessimulação sobre posvenção do suicídio: avaliação das práticas educativas, satisfação, autoconfiança e do debriefing.** Rev Gaúcha Enferm., v. 46, n. 1, e20240204, 2025.

PEREIRA, G. S.; LIMA, F. R. **Estratégias institucionais para promoção da saúde mental dos trabalhadores da saúde: revisão integrativa.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 29, n. 4, p. 1621 1632, 2024.

RODRIGUES, F. T. et al. **Moral injury and suicidal ideation among healthcare workers: a cross sectional analysis.** BMC Psychiatry, v. 23, n. 7, p. 111–120, 2023.

SANTOS, A. R. et al. **Saúde mental de médicos brasileiros: prevalência e fatores associados à ideação suicida.** Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 45, n. 2, p. 140–149, 2023.

SANTOS, B. C. O. et al. **Saúde mental no ambiente de trabalho: estratégias de prevenção.** Paraná: Atena, 2025.

SILVA JÚNIOR, C. L. et al. **Fatores de risco e intervenções eficazes para a síndrome de burnout entre profissionais de saúde: uma revisão bibliográfica.** Revista Científica Multidisciplinar, v. 5, n. 6, e565348, 2024.

SILVA, Y. L. et al. **Setembro Amarelo: A campanha influencia no número de casos de autoagressões no Rio de Janeiro?** Rev de Saúde, v. 14, n. 3, p. 34-38, 2023.

SOUZA, E. P. N. et al. **A relação de depressão e suicídio no profissional de enfermagem: uma revisão integrativa.** Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, v. 2, n. 4, p. 44-50, 2020.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer.** Einstein São Paulo, v. 19, n. 1, p. eRW1134, 2021.