

RISCOS PSICOSSOCIAIS NO AMBIENTE HOSPITALAR: IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO
PSYCHOSOCIAL RISKS IN THE HOSPITAL ENVIRONMENT: IMPACTS ON MENTAL HEALTH AND PREVENTION STRATEGIES

Maryelle Oliveira Barbosa¹

Kíssilla Alves Pinheiro Tusthler²

Mariana Sarro Pereira de Oliveira³

RESUMO

Os riscos psicossociais no ambiente hospitalar estão associados às elevadas demandas emocionais, à organização do trabalho e às condições institucionais, configurando-se como fatores determinantes do adoecimento mental dos profissionais de saúde. Este estudo, de caráter bibliográfico e abordagem qualitativa, analisou os principais riscos psicossociais presentes no contexto hospitalar, seus impactos na saúde mental dos trabalhadores e as estratégias de prevenção descritas na literatura científica. Os resultados indicam que a sobrecarga de trabalho, jornadas prolongadas, escassez de recursos, baixa autonomia, falhas na comunicação e ausência de reconhecimento profissional contribuem para o desenvolvimento de estresse, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e síndrome de Burnout, especialmente entre profissionais da enfermagem. A pandemia da COVID-19 intensificou esses riscos, evidenciando a necessidade de intervenções organizacionais e políticas institucionais permanentes voltadas à promoção da saúde mental, à segurança do paciente e à qualidade da assistência.

Palavras-chave: Riscos psicossociais. Saúde mental. Ambiente hospitalar. Profissionais de saúde. Prevenção.

ABSTRACT

Psychosocial risks in the hospital environment are associated with high emotional demands, work organization, and institutional conditions, constituting determining factors in the mental illness of healthcare professionals. This bibliographic study, with a qualitative approach, analyzed the main psychosocial risks present in the hospital context, their impacts on workers'

1 Graduada em Engenharia Civil pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). Pós-graduanda em Engenharia de Segurança do Trabalho pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais (IFMG). E-mail: oliveiramaryelle6@hotmail.com

2 Graduada em Engenharia de Produção pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais (IFMG). Pós-graduanda em Engenharia de Segurança do Trabalho pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais (IFMG). E-mail: kissilla.pinheiro@gmail.com

3 Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Mestre em Educação Especial pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). Licenciada em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista (UNESP). E-mail: mariana.sarro@ifmg.edu.br

mental health, and the prevention strategies described in the scientific literature. The results indicate that work overload, long working hours, scarcity of resources, low autonomy, communication failures, and lack of professional recognition contribute to the development of stress, anxiety, depression, sleep disorders, and Burnout syndrome, especially among nursing professionals. The COVID-19 pandemic intensified these risks, highlighting the need for organizational interventions and permanent institutional policies aimed at promoting mental health, patient safety, and quality of care.

Keywords: Psychosocial risks. Mental health. Hospital environment. Healthcare professionals. Prevention.

1 INTRODUÇÃO

Os ambientes hospitalares, devido à sua alta complexidade nos serviços prestados, submetem seus profissionais a vários fatores relacionados diretamente aos riscos psicossociais, que, por sua vez, estão ligados diretamente à saúde mental, ao bem-estar e à qualidade de vida no trabalho. A convivência diária com diversas situações críticas, ritmo desenfreado, sobrecarga em algumas situações, ameaça emocional e, em algumas vezes, a falta de recursos adequados propiciam um cenário que auxilia no desenvolvimento de algumas mudanças de comportamento do profissional, como estresse, ansiedade, esgotamento e outros agravantes psicológicos(Martinez; Fischer, 2019).

Os riscos psicossociais têm crescido muito nos debates sobre saúde do trabalhador, especialmente em ambiente hospitalar onde a sobrecarga de trabalho gera um adoecimento mental entre os colaboradores, devido à intensidade da rotina de trabalho e às demandas laborais. A literatura mostra que o ambiente hospitalar é conhecido por cargas físicas, emocionais e cognitivas muito altas que estão ligadas a fatores de organização e condição de trabalho, levando a resultados como falhas na assistência ao paciente e exaustão mental significativa. De acordo com Martinez e Fischer(2019), os fatores psicossociais decorrem da interação dinâmica entre ambiente de trabalho e fatores humanos, influenciando diretamente a saúde, o desempenho e a satisfação no trabalho.Quando a comunicação é feita de forma negativa, como por exemplo, em condições de alta demanda e menor controle, as rotinas se tornam intensas e desgastantes, com jornada de trabalho extensa e suporte ineficaz, gerando um cenário favorável ao estresse, podendo causar distúrbios emocionais, alterações fisiológicas e adoecimento.

O ambiente hospitalar é conhecido por ser um local de alta complexidade assistencial e alta demanda de tomada de decisões sob pressão.Estudos apontam que “as cargas físicas e mentais do trabalho hospitalar são intensas, tanto nas atividades de cuidado direto ao paciente

quanto nas atividades administrativas de apoio” (Martinez & Fischer, 2019), levando os trabalhadores a exposição de riscos multidimensionais, propiciando à vulnerabilidade e desequilíbrio, expondo o trabalhador a alta exigência com baixo retorno emocional e financeiro, além de características estruturais e mudanças freqüentes no trabalho (Pereira et al,2019). Os autores destacam que os riscos psicossociais podem “contribuir ou mesmo desencadear estresse, adoecimento físico e mental nos trabalhadores” (Pereira et al, 2020), fortalecendo uma abordagem integral, levando em consideração abordagens políticas, econômicas e organizacionais.

No meio dos profissionais de saúde, a enfermagem apresenta-se como uma das categorias mais relevantes. Segundo Ricardo e Chaves (2025), a síndrome de Burnout na enfermagem está relacionada a condições organizacionais estressantes, como longas jornadas, múltiplos vínculos e pouco reconhecimento institucional, que impactam negativamente a saúde mental dos profissionais e a qualidade da assistência prestada(Ricardo; Chaves, 2025), causando um impacto direto não somente no colaborador envolvido, mas também na segurança do paciente e na própria gestão hospitalar.

Os riscos psicossociais foram ainda mais intensos com a crise sanitária da pandemia da COVID-19, pois neste período houve o aumento da sobrecarga assistencial e escassez nos recursos, o medo do contágio da doença, e elevação no nível de ansiedade, depressão e estresse pós-traumático entre profissionais da saúde. Como descreve Macedo et al., “o aumento da carga de trabalho, a exposição contínua ao sofrimento humano e a escassez de recursos contribuíram para o agravamento de transtornos psicológicos como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e Burnout” (Macedo et al., 2025).

Perante todo cenário da COVID-19, as instituições hospitalares tiveram que adotar medidas e estratégias como forma de barreiras para mitigar e prevenir o aumento da doença, como dimensionamento da equipe, melhor condição de trabalho e humanização, aumentando às ações de promoção a saúde mental, tais como apoio psicológico, através de programa de qualidade de vida com espaço a escuta de qualidade. A bibliografia reforça que interferências eficazes devem abranger não apenas um contexto individual, mas a toda estrutura da organização, uma vez que “distintas questões devem ser consideradas quando do planejamento de intervenções para melhorias no ambiente psicossocial do trabalho” (Martinez & Fischer, 2019).

Sendo assim este artigo visa à análise crítica dos riscos psicossociais presentes no ambiente hospitalar, bem como avaliar estratégias eficazes de controle na mitigação e prevenção fundamentadas na literatura científica recente. A importância do estudo está em

compreender o impacto desses riscos e como se manifestam na vida não só do trabalhador, mas também na segurança do paciente, propondo caminhos favoráveis, embasados em uma construção de ambientes de trabalho laborais mais saudáveis, com segurança e tratamento humanizado.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Conceitos de riscos psicossociais no trabalho

Os riscos psicossociais no ambiente de trabalho podem estar relacionados ao gerenciamento da organização, estando ligados diretamente às relações laborais e ao conteúdo, podendo causar danos à saúde física, psíquica e social dos trabalhadores. Segundo (Pereira et al., 2020), esses riscos emergem da interação entre as exigências do trabalho, o grau de autonomia, o suporte social, as relações interpessoais, o reconhecimento profissional e as condições organizacionais. Neste ambiente os riscos psicossociais tornam-se mais evidentes devido ao contexto hospitalar por sua complexidade assistencial, exigência por resultados, responsabilidade com a vida humana e a constante tomada de decisões a respeito de condições adversas (Martinez; Fischer, 2019).

A literatura aponta que fatores como ritmo intenso de trabalho, jornadas prolongadas, múltiplos vínculos empregatícios, comunicação ineficaz, conflitos interpessoais, baixa participação nas decisões e insegurança no emprego, os quais favorecem o desenvolvimento de estresse ocupacional, sofrimento psíquico e adoecimento mental (Santos et al., 2022).

2.2 Organizações de o trabalho hospitalar e exposição aos riscos psicossociais

O trabalho hospitalar é caracterizado por hierarquias rigorosas, separação das tarefas de forma técnica, e maior demanda emocional necessitando de um funcionamento contínuo. Embora esse modelo seja essencial para garantir a assistência à saúde, pode contribuir para o aumento dos riscos psicossociais quando não há equilíbrio entre demanda e recursos disponíveis (Santos et al., 2022).

Estudos indicam que a forma como o trabalho é organizado, incluindo a divisão das tarefas, o controle do tempo, a autonomia profissional e os mecanismos de avaliação, exerce influência direta sobre a saúde mental dos trabalhadores (Zeitoun et al., 2022). Ambientes marcados por alta exigência psicológica e baixo controle estão associados a maiores níveis de

estresse, ansiedade e exaustão emocional, sendo agravados pela insuficiência de recursos humanos e materiais (Martinez; Fischer, 2019).

2.3 Riscos psicossociais e saúde mental dos profissionais de saúde

Os riscos psicossociais no ambiente hospitalar estão diretamente relacionados ao adoecimento mental dos profissionais de saúde, obtendo vários transtornos como ansiedade, depressão, distúrbios do sono, estresse crônico e síndrome de Burnout, que são frequentemente descritos na literatura como consequências desse cenário laboral (Santos et al., 2022).

O sofrimento psicológico devido ao excesso de trabalho prejudica não apenas o colaborador, mas também a metodologia da instituição, causando grande impacto no absenteísmo, desmotivação ou problemas pessoais, rotatividade de profissionais, e menor qualidade na assistência prestada (Freitas et al., 2024). Sendo assim, a saúde mental do trabalhador deve ser tratada como elemento principal para a segurança do paciente e para a sustentabilidade das organizações de saúde.

2.4 A enfermagem como categoria mais vulnerável aos riscos psicossociais

Os profissionais de saúde estão na categoria mais exposta aos riscos psicossociais, devido a alta carga emocional e *stress*, insuficiência de recursos e pessoal, jornadas exaustivas e turno, conflitos e assédio, síndrome de Burnout e responsabilidade elevada. Essa vulnerabilidade decorre da proximidade constante com o sofrimento humano, da execução de atividades repetitivas e fisicamente exigentes, das longas jornadas de trabalho e da freqüente falta de reconhecimento profissional (Ricardo; Chaves, 2025).

Pesquisas identificam que enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem apresentam alto índice de *stress* ocupacional e Burnout, associados diretamente às condições do trabalho, como sobrecarga assistencial, baixa autonomia e pressão institucional (Santos et al., 2022). Todos esses fatores afetam a saúde mental dos trabalhadores e causam impactos diretos na segurança do paciente e na gestão hospitalar.

2.5 Impactos da pandemia da COVID-19 nos riscos psicossociais hospitalares

A pandemia da COVID-19 aumentou significativamente os riscos psicossociais no ambiente hospitalar, devido à grande demanda assistencial, a ausência de recursos, o medo da contaminação e da morte, além do distanciamento social, os quais contribuíram para o agravamento do sofrimento psíquico entre os profissionais de saúde (Macedo et al., 2025).

Neste período houve um aumento expressivo de sintomas de ansiedade, depressão, *stress* pós-traumático e esgotamento profissional, principalmente entre aqueles que trabalharam na linha de frente da prestação de serviços e cuidados aos pacientes (Freitas et al., 2024). A pandemia evidenciou algumas fragilidades estruturais já existentes nas instituições de saúde, reforçando a prioridade e necessidade de políticas voltadas à proteção da saúde mental dos trabalhadores.

2.6 Estratégias de prevenção e mitigação dos riscos psicossociais

O cuidado com os riscos psicossociais no ambiente hospitalar exige uma abordagem ajustada, que exceda ações individuais e abrangem mudanças nas instituições hospitalares. Para tal ato, devem-se adotar métodos que sejam eficazes e que incluam adequadamente dimensionamento de pessoal, uma melhor condição de trabalho, fortalecendo a comunicação e a promoção de ambientes colaborativos (Martinez; Fischer, 2019).

Iniciativas voltadas à promoção da saúde mental, ao apoio psicológico, à escuta qualificada e à valorização profissional configuram-se como estratégias fundamentais para a redução do adoecimento mental. Além disso, a gestão dos riscos psicossociais deve estar alinhada às normativas de saúde e segurança do trabalho, especialmente à NR-1, incorporando práticas preventivas contínuas e sistemáticas (Santos et al., 2025).

Desse modo, ambientes hospitalares saudáveis são construídos a partir do compromisso da instituição com a saúde do trabalhador, pois o cuidado com quem cuida impacta diretamente na qualidade e humanização da assistência.

2.7 Modelos teóricos explicativos dos riscos psicossociais no trabalho

- **Modelo Demanda–Controle–Suporte (Karasek & Theorell)**
→ Alta demanda + baixo controle + baixo suporte = maior risco de adoecimento mental.
- **Modelo Esforço–Recompensa (Siegrist)**
→ Desequilíbrio entre esforço no trabalho e reconhecimento (salário, respeito, carreira) gera sofrimento psíquico.

Nos últimos anos registra-se marcado esforço de construção de modelos teórico-metodológicos para avaliar características do trabalho e efeitos à saúde dos trabalhadores. Dentre os modelos propostos, o Modelo Demanda-Controle tem alcançado destaque. Esse modelo recorta duas dimensões no ambiente laboral: as demandas psicológicas e o controle do trabalhador

sobre o próprio trabalho. O Job Content Questionnaire (JCQ) é o instrumento proposto para medir essas dimensões do trabalho. Este estudo objetiva apresentar as bases teóricas e metodológicas do modelo demanda-controle, e discutir sua capacidade para identificar diferentes situações de trabalho no contexto brasileiro, a partir do uso do JCQ. Achados preliminares de dois estudos epidemiológicos, de corte transversal, são apresentados e discutidos. Os estudos avaliaram aspectos psicossociais do trabalho, utilizando o JCQ, e a saúde mental dos trabalhadores, usando o SRQ-20. Os resultados apontaram boa capacidade do modelo demanda-controle para identificar diferentes situações de risco à saúde mental dos trabalhadores. Aspectos relacionados à demanda psicológica do trabalho estavam mais fortemente associados a elevadas prevalências de distúrbios psíquicos menores do que os aspectos referentes ao controle.

2.8 Aspectos legais e normativos relacionados aos riscos psicossociais

2.8.1 NR-1 → Gestão dos riscos (GRO/PGR)

A crescente atenção conferida aos riscos psicossociais no ambiente de trabalho reflete um avanço no campo legal e normativo brasileiro, impulsionado pelo fortalecimento das políticas públicas voltadas à saúde e à segurança do trabalhador. Nesse cenário, a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), estabelecida pelo Ministério do Trabalho e Previdência, assume papel central ao definir as disposições gerais e os requisitos para o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), constituindo-se como base normativa para a gestão integrada dos riscos laborais (BRASIL, 2020).

Conforme preconiza a NR-1, todos os riscos presentes no ambiente de trabalho devem ser sistematicamente identificados, avaliados e controlados por meio do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), abrangendo, ainda que de forma não nominada de maneira específica, os riscos psicossociais. Nesse contexto, aspectos relacionados à organização do trabalho, às condições laborais, às relações interpessoais e à carga mental configuram-se como fatores determinantes capazes de interferir tanto na saúde física quanto na saúde mental dos trabalhadores (BRASIL, 2020).

Assim, o ordenamento jurídico-normativo brasileiro reafirma a necessidade de uma abordagem preventiva, contínua e sistêmica no enfrentamento dos riscos psicossociais, demandando das instituições de saúde a incorporação de práticas permanentes de gestão desses riscos. O atendimento às normativas vigentes contribui não apenas para a redução do adoecimento mental dos trabalhadores, mas também para o fortalecimento da qualidade da assistência, da segurança do paciente e da sustentabilidade das organizações hospitalares.

2.8.2 NR-7 → Impactos na saúde mental

A Norma Regulamentadora nº 7 (NR-7), estabelecida pelo Ministério do Trabalho, dispõe sobre a obrigatoriedade da implementação do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO), cuja finalidade é a promoção e a preservação da saúde dos trabalhadores. Ainda que a norma não aborde de forma específica os riscos psicossociais, seu escopo contempla a vigilância dos agravos à saúde relacionados ao trabalho, incluindo os transtornos mentais e comportamentais decorrentes das condições laborais.

No âmbito hospitalar, a NR-7 possibilita a detecção precoce de adoecimentos psíquicos associados ao trabalho, como estresse ocupacional, ansiedade, depressão e síndrome de Burnout, por meio da realização de exames médicos periódicos, avaliações clínicas sistemáticas e da análise do nexo causal entre o processo de trabalho e o adoecimento. Nesse sentido, o PCMSO configura-se como instrumento complementar à NR-1, ao viabilizar o acompanhamento dos impactos dos riscos psicossociais sobre a saúde mental dos profissionais e ao subsidiar a implementação de medidas preventivas e corretivas no ambiente laboral.

2.8.3 NR-17 → Organização do trabalho e carga mental

A Norma Regulamentadora nº 17 (NR-17), voltada à ergonomia, estabelece diretrizes destinadas à adequação das condições laborais às características psicofisiológicas dos trabalhadores, com vistas à promoção do conforto, da segurança e do desempenho eficiente. Ao tratar da organização do trabalho, a norma reconhece que fatores como ritmo excessivo, repetitividade de atividades, elevadas exigências cognitivas, pressão por produtividade e jornadas prolongadas configuram elementos capazes de gerar sobrecarga física e mental.

No contexto hospitalar, a NR-17 evidencia de forma clara a relação entre a estruturação das atividades laborais e o aumento da carga mental enfrentada pelos profissionais de saúde, especialmente diante da necessidade contínua de atenção, da tomada de decisões sob pressão e da responsabilidade inerente ao cuidado com a vida humana. A ausência de adequação entre as demandas do trabalho e as capacidades do trabalhador intensifica a exposição aos riscos psicossociais, favorecendo o desenvolvimento de estresse ocupacional, fadiga mental e diferentes formas de adoecimento psíquico.

Nesse sentido, a NR-17 assume papel relevante na compreensão e no gerenciamento dos riscos psicossociais, ao enfatizar a importância de intervenções organizacionais voltadas à melhoria das condições de trabalho, ao equilíbrio entre demandas e recursos disponíveis e à preservação da saúde mental dos trabalhadores.

2.8.4 NR-32 → Contexto hospitalar

A Norma Regulamentadora nº 32 (NR-32) dispõe sobre diretrizes específicas voltadas à proteção da saúde e da segurança dos trabalhadores que atuam nos serviços de saúde, considerando os riscos inerentes às atividades assistenciais. Embora a norma tenha como foco principal os riscos biológicos, químicos e físicos, seu conteúdo contempla, de forma indireta, os riscos psicossociais, ao tratar de aspectos relacionados à organização do trabalho, à sobrecarga assistencial, à exposição contínua ao sofrimento humano e à necessidade de condições adequadas para a execução segura das atividades laborais.

No contexto hospitalar, a NR-32 reafirma a responsabilidade das instituições em programar medidas destinadas à redução da sobrecarga física e emocional dos profissionais, contribuindo para a prevenção do estresse ocupacional e do adoecimento mental. A insuficiência de recursos, o dimensionamento inadequado de pessoal e a pressão permanente por resultados configuram fatores organizacionais que potencializam os riscos psicossociais, tornando imprescindível a articulação da NR-32 com as políticas institucionais voltadas à promoção e à proteção da saúde mental dos trabalhadores.

2.8.5 NR-5 → Prevenção e clima organizacional

A Norma Regulamentadora nº 5 (NR-5) regulamenta a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA), cuja atribuição central consiste na prevenção de acidentes e agravos relacionados ao trabalho, por meio da identificação dos riscos presentes no ambiente laboral e da proposição de medidas preventivas. Nesse âmbito, a CIPA assume papel estratégico na identificação, análise e debate dos riscos psicossociais, incluindo conflitos interpessoais, assédio moral, estresse ocupacional, sobrecarga de trabalho e fragilidades no clima organizacional.

No ambiente hospitalar, a atuação da CIPA fortalece o desenvolvimento de ações educativas, preventivas e de promoção da saúde mental, ao estimular a participação ativa dos trabalhadores na construção de ambientes laborais mais seguros e saudáveis. A incorporação dos riscos psicossociais nas análises conduzidas pela comissão favorece a implementação de estratégias institucionais voltadas ao aprimoramento das relações de trabalho e à mitigação do sofrimento psíquico, contribuindo para a melhoria das condições de trabalho e do bem-estar dos profissionais.

2.8.6 PNSTT → Política pública de saúde mental do trabalhador

A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), instituída pelo Ministério da Saúde por meio da Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012, constitui um importante marco na consolidação das ações de promoção, proteção e recuperação da saúde dos trabalhadores no Brasil. A PNSTT reconhece que o processo de trabalho e a forma como ele é organizado exercem influência direta sobre o processo saúde–doença, incluindo os agravos relacionados à saúde mental.

No âmbito da saúde mental, a PNSTT enfatiza a necessidade de considerar os determinantes sociais, organizacionais e psicossociais do trabalho, reconhecendo o sofrimento psíquico, o estresse ocupacional e os transtornos mentais como agravos relacionados às condições laborais. A política orienta a adoção de ações intersetoriais voltadas à vigilância em saúde do trabalhador, à prevenção dos riscos psicossociais e à promoção de ambientes de trabalho saudáveis.

No contexto hospitalar, a PNSTT reforça a responsabilidade das instituições e dos serviços de saúde em implementar estratégias que promovam o bem-estar psicológico dos trabalhadores, integrando ações de saúde mental às práticas de gestão e às políticas de segurança do trabalho. Dessa forma, a política pública contribui para o fortalecimento de uma abordagem preventiva e integral, na qual a saúde mental do trabalhador é reconhecida como elemento essencial para a qualidade da assistência, a segurança do paciente e a humanização do cuidado.

3 MÉTODO

O estudo foi realizado através de pesquisa bibliográfica, de forma qualitativa, com abordagem descritiva e exploratória, com o objetivo de analisar os riscos psicossociais no ambiente hospitalar, os agravantes na saúde mental dos trabalhadores e as formas de prevenção dos mesmos, descritas na literatura científica.

A análise dos dados foi realizada por meio de levantamento de produções científicas em bases de dados nacionais e internacionais, incluindo artigos científicos, livros, documentos técnicos e publicações institucionais relacionadas aos riscos psicossociais e à saúde mental no trabalho em ambientes hospitalares. Foram utilizados como descritores: riscos psicossociais, saúde mental, ambiente hospitalar, trabalho em saúde, adoecimento mental e prevenção em saúde mental. As bases de dados consultadas foram a SciELO, a Organização Internacional do Trabalho (OIT), a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde.

O estudo contempla a língua portuguesa e inglesa, abordando os riscos psicossociais no contexto hospitalar, os seus impactos na saúde mental dos trabalhadores e meios de prevenção

e melhora da saúde. Como parâmetros de exclusão, foram desconsiderados estudos que não estejam diretamente ligados a temática ou que se encontram fora da proposta estabelecida.

Os dados foram analisados por meio de leitura crítica e interpretação dos conteúdos, utilizando a análise temática como estratégia para a sistematização dos achados em categorias relacionadas aos fatores psicossociais no ambiente hospitalar, aos impactos na saúde mental e às estratégias de prevenção e promoção da saúde do trabalhador.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A revisão dos estudos em análise mostrou que os riscos psicossociais no âmbito hospitalar estão diretamente ligados à organização do trabalho, às demandas emocionais relacionadas à assistência em saúde e condições estruturais e institucionais oferecidas aos trabalhadores. A partir dos artigos consultados foi possível analisar o resultado em três pontos principais: as condições psicossociais existentes no trabalho hospitalar, as consequências desse risco para a saúde mental do trabalhador e as formas de prevenção e controle dos riscos psicossociais.

4.1 Fatores psicossociais presentes no ambiente hospitalar

A análise dos resultados mostra que o ambiente hospitalar é conhecido pela elevada carga psicológica, grande desgaste emocional, excesso de trabalho, jornadas intensas e frequente pressão por resultados. Esses fatores são desenvolvidos pela ineficácia de recursos humanos e materiais, comunicação escassa, conflitos interpessoais e baixa autonomia profissional, elementos amplamente descritos na literatura como desencadeadores de sofrimento psíquico (Martinez; Fischer, 2019; Santos et al., 2022).

Essa análise está ligada diretamente com o Modelo Demanda–Controle–Suporte, o qual expõe que ambientes com maior exigência e menor controle sobre o trabalho, associados à falta de suporte social, tem aumentado significativamente o risco de adoecimento mental. No contexto hospitalar, esse aspecto se torna constante devido à hierarquia rígida e à precisão de tomada de decisões rápidas, muitas vezes sem o suporte adequado da gestão.

4.2 Impactos dos riscos psicossociais na saúde mental dos profissionais de saúde

Os estudos analisados evidenciam que a apresentação contínua aos riscos psicossociais resulta em impactos significativos na saúde mental dos profissionais de saúde, expondo por meio de sintomas como estresse crônico, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e síndrome

de Burnout. Esses agravos são especialmente prevalentes entre profissionais da enfermagem, considerados uma das categorias mais vulneráveis devido à proximidade com o sofrimento humano, sobrecarga assistencial e baixa valorização profissional (Ricardo; Chaves, 2025).

O adoecimento mental não causa somente prejuízos individuais, mas também interfere na dinâmica institucional, causando um aumento no absenteísmo, rodízio de profissionais, queda de produtividade na assistência prestada aos pacientes (Freitas et al., 2024). Sendo assim, os riscos psicossociais não afetam somente o trabalhador, mas também a segurança do paciente e a sustentabilidade das organizações hospitalares.

4.3 Intensificações dos riscos psicossociais durante a pandemia da COVID 19

Os resultados mostraram que a pandemia da COVID-19 intensificou significativamente os riscos psicossociais no ambiente hospitalar. A alta demanda assistencial, o receio da contaminação, a falta de recursos, o afastamento social e a apresentação contínua à morte refletem o crescimento expressivo de transtornos psicológicos entre os profissionais de saúde, especialmente aqueles que atuaram na linha de frente (Macedo et al., 2025).

Estudos revelam um aumento nos índices de ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e esgotamento profissional nesse período, além de evidenciarem fragilidades estruturais já existentes nas instituições de saúde. Esses estudos reafirmam a necessidade de políticas institucionais permanentes voltadas à proteção da saúde mental dos trabalhadores, não apenas em situações de crise, mas de forma contínua e preventiva.

4.4 Estratégias de prevenção e mitigação dos riscos psicossociais

O estudo da literatura mostra que as estratégias mais eficientes para prevenir e mitigar os riscos psicossociais no ambiente hospitalar envolvem intervenções organizacionais, e não apenas ações individuais. Entre as medidas a serem implementadas, destacam-se o dimensionamento adequado de pessoal, melhoria das condições de trabalho, fortalecimento da comunicação institucional, valorização profissional e promoção de ambientes colaborativos (Martinez; Fischer, 2019).

Realização de trabalho como programas de apoio psicológico, espaços de escuta qualificada, ações de promoção da saúde mental e políticas de humanização do trabalho mostram-se fundamentais para reduzir o sofrimento psíquico e fortalecer o bem-estar dos trabalhadores. Além disso, a incorporação da gestão dos riscos psicossociais às normativas de saúde e

segurança do trabalho, especialmente à NR-1, contribui para a implementação de práticas preventivas sistemáticas e contínuas (Santos et al., 2025).

O modelo teórico Demanda–Controle–Suporte e Esforço–Recompensa reforça que o equilíbrio entre exigências, autonomia, suporte social e reconhecimento profissional é essencial para a construção de ambientes de trabalho saudáveis. Sendo assim, o investimento na saúde mental dos profissionais de saúde não está ligado apenas a uma estratégia de cuidado ao trabalhador, mas também como um elemento central para a qualidade, segurança e humanização da assistência hospitalar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo proporcionou uma análise crítica dos riscos psicossociais no ambiente hospitalar, mostrando os impactos crescentes na saúde mental dos profissionais de saúde e a importância de meios eficazes de prevenção e diminuição desses riscos. Após revisão da literatura, analisou-se que fatores como elevada demanda de trabalho, jornadas prolongadas, insuficiência de recursos, baixa autonomia, comunicação ineficaz e ausência de reconhecimento profissional contribuem de forma expressiva para o adoecimento mental dos trabalhadores.

Os achados mostram que os riscos psicossociais estão de modo direto relacionado ao desenvolvimento de transtornos como estresse crônico, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e síndrome de Burnout, especialmente entre os profissionais de enfermagem, categoria que se destaca como uma das mais vulneráveis devido à intensa carga emocional e à proximidade constante com o sofrimento humano. Além disso, o adoecimento mental repercute negativamente não apenas na vida do trabalhador, mas também na qualidade da assistência prestada, na segurança do paciente e na sustentabilidade das organizações hospitalares.

A pandemia da COVID-19 evidenciou e aprofundou fragilidades previamente existentes no ambiente hospitalar, intensificando os riscos psicossociais e reforçando a necessidade de realizar políticas institucionais contínuas voltadas à proteção da saúde mental dos profissionais de saúde. Esse cenário aprofundou sobre a relevância de medidas estruturais que vão além de ações individuais, promovendo transformações organizacionais efetivas.

Dessa forma, conclui-se que a prevenção dos riscos psicossociais no ambiente hospitalar reivindica uma abordagem integrada e direta, envolvendo gestores, trabalhadores e políticas institucionais, com foco no equilíbrio entre demandas laborais, autonomia, suporte social e reconhecimento profissional. A elaboração de estratégias como dimensionamento adequado de pessoal, melhoria das condições de trabalho, programas de apoio psicológico e promoção de

ambientes laborais saudáveis mostra-se fundamental para a construção de uma cultura organizacional voltada ao cuidado com quem cuida.

Por fim, evidencia-se a necessidade de novos estudos, especialmente de caráter empírico, que aprofundem a compreensão dos riscos psicossociais em diferentes contextos hospitalares, contribuindo para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes e sustentáveis. Investir na saúde mental dos profissionais de saúde representa não apenas uma ação de cuidado ao trabalhador, mas um compromisso essencial com a qualidade, a humanização e a segurança da assistência em saúde.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora*. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Brasília, 2012.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. *Guia de informações sobre os fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho*. Brasília: MTE, 2025.

FREITAS, M. A. Q. et al. Relação entre fatores psicossociais e capacidade para o trabalho de profissionais da saúde. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 45, e20230172, 2024.

FREITAS, R. S. et al. Impactos do adoecimento mental na dinâmica organizacional dos serviços de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 49, e12, 2024.

KARASEK, R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, Ithaca, v. 24, n. 2, p. 285–308, 1979.

KARASEK, R.; THEORELL, T. *Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books, 1990.

MACEDO, A. L. et al. Saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 41, n. 3, e00234525, 2025.

MACEDO, R. et al. Burnout em profissionais de enfermagem e a influência nos cuidados prestados: uma revisão de literatura. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, São Paulo, v. 8, n. 19, p. e082621, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2621.

MACEDO, R. et al. Impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2025.

MARTINEZ, M. C.; FISCHER, F. M. Estresse ocupacional e saúde mental dos trabalhadores da saúde: contribuições dos modelos demanda-controle e esforço-recompensa. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 53, p. 1–10, 2019.

MARTINEZ, M. C.; FISCHER, F. M. Fatores psicossociais no trabalho hospitalar: situações vivenciadas para desgaste no trabalho e desequilíbrio entre esforço e recompensa. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 44, e12, 2019.

PEREIRA, A. S. et al. Riscos psicossociais no trabalho hospitalar e seus impactos na saúde do trabalhador. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 73, supl. 1, e20190345, 2020.

PEREIRA, A. C. L.; SOUZA, H. A.; LUCCA, S. R.; IGUTI, A. M. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, e18, 2020.

RICARDO, F. C. S.; CHAVES, T. de S. O impacto da síndrome de Burnout na enfermagem: desafios e estratégias de enfrentamento. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, São Paulo, v. 8, n. 19, p. e082621, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2621.

RICARDO, L. S.; CHAVES, M. L. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: fatores associados e impactos na assistência. *Revista de Enfermagem Contemporânea*, Salvador, v. 14, n. 1, p. 45–56, 2025.

SANTOS, J. P. et al. Organização do trabalho hospitalar e riscos psicossociais: implicações para a saúde mental. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 47, e08, 2022.

SANTOS, K. M. et al. O adoecimento dos trabalhadores de enfermagem e os riscos psicossociais no trabalho. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 35, eAPE03447, 2022.

SANTOS, R. M. et al. Gestão dos riscos psicossociais e a NR-1: desafios e perspectivas para a saúde do trabalhador. *Revista de Saúde e Segurança do Trabalho*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 22–34, 2025.

SANTOS, S. V. M. et al. O impacto das alterações da NR-1 na gestão em enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 78, n. 5, e780501, 2025.

SIEGRIST, J. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, Washington, v. 1, n. 1, p. 27–41, 1996.

ZEITOUNE, R. C. G. et al. Organização do trabalho e saúde mental em ambientes hospitalares. *Revista Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 30, e65789, 2022.