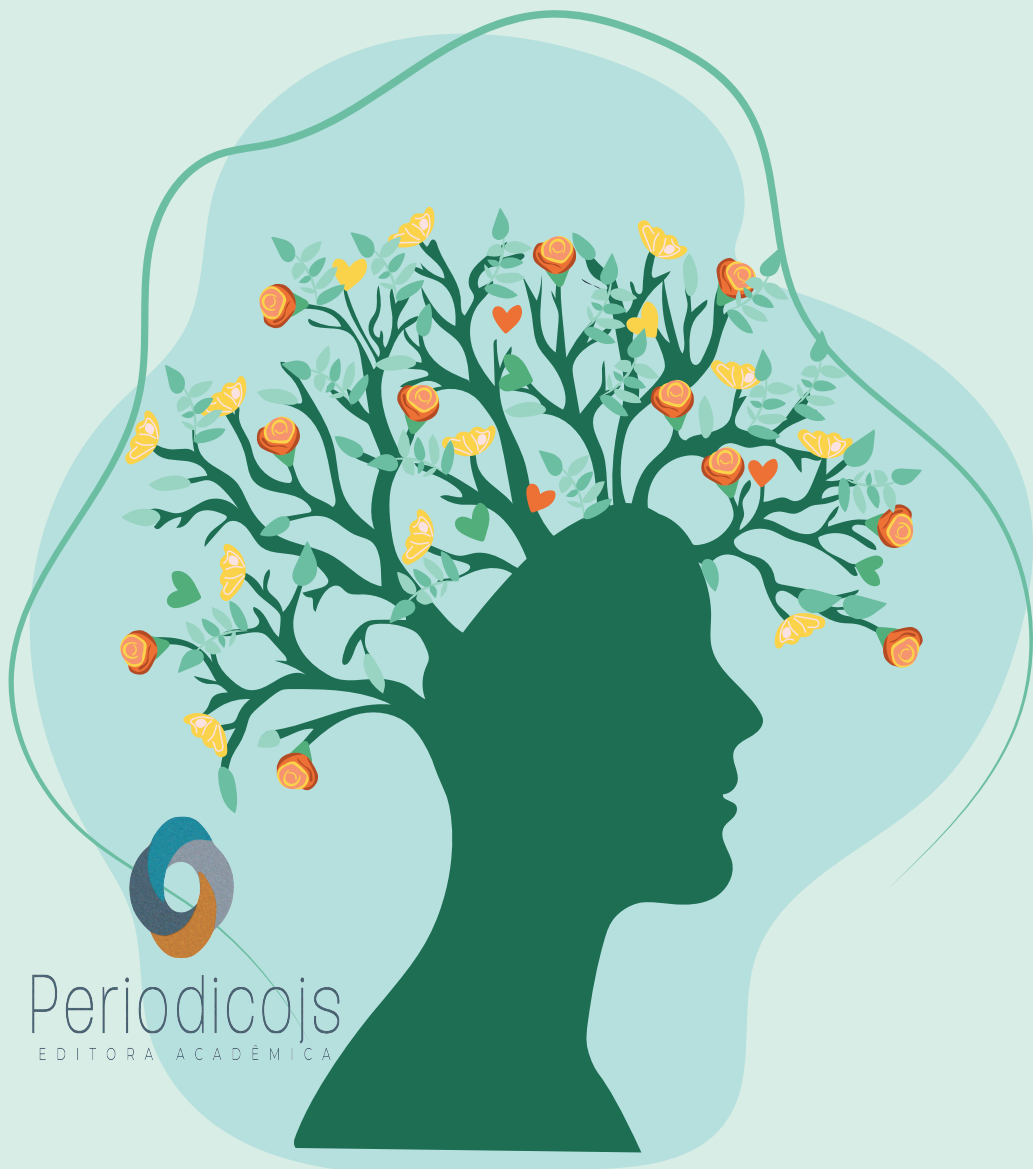


Saúde mental e bem-estar

abordando cuidados
aos profissionais de saúde

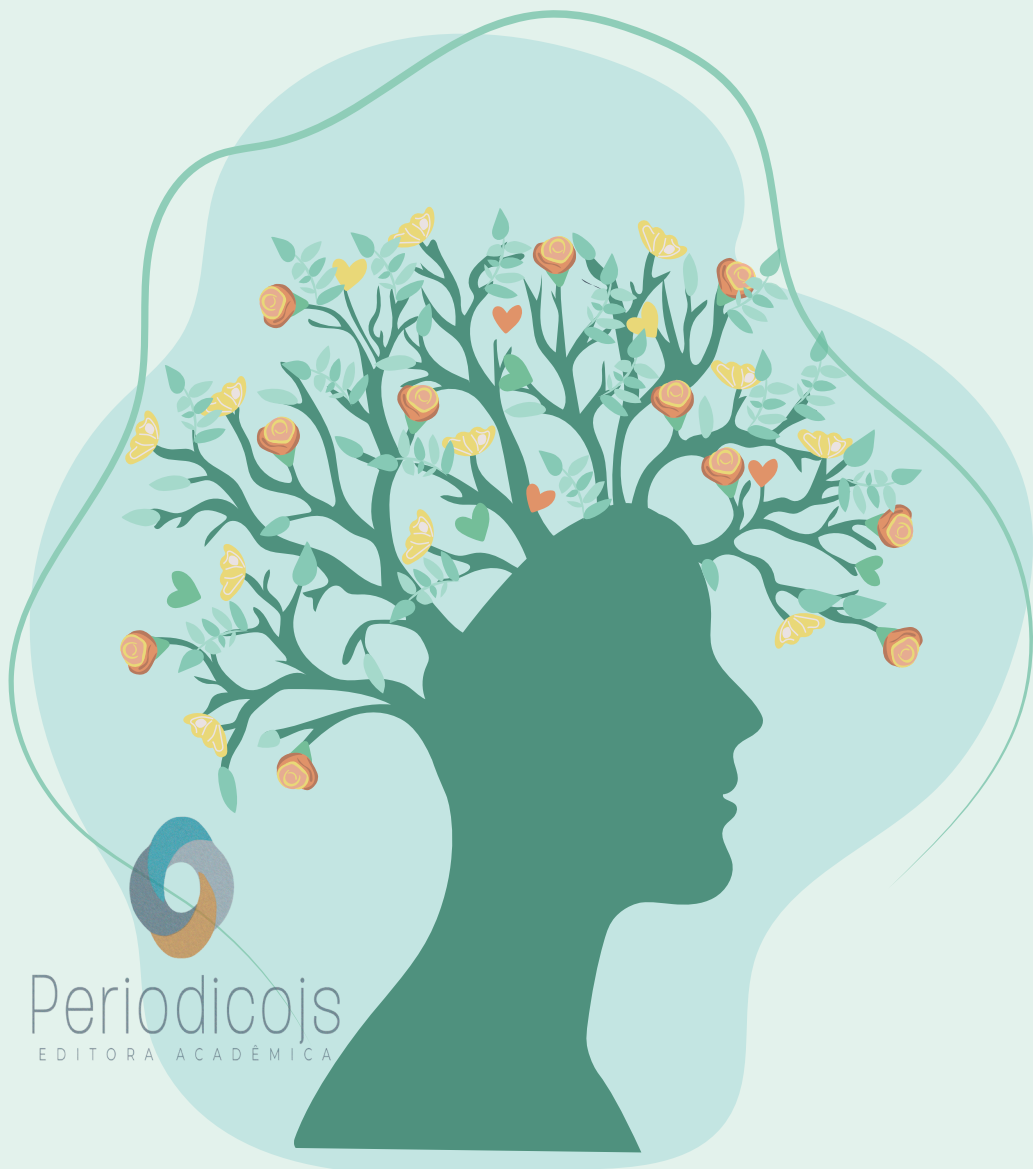


Periodicojs

EDITORA ACADÊMICA

Saúde mental e bem-estar

abordando cuidados
aos profissionais de saúde



Periodicojs

EDITORA ACADÊMICA

Conselho Editorial

Abas Rezaey

Izabel Ferreira de Miranda

Ana Maria Brandão

Leides Barroso Azevedo Moura

Fernado Ribeiro Bessa

Luiz Fernando Bessa

Filipe Lins dos Santos

Manuel Carlos Silva

Flor de María Sánchez Aguirre

Renísia Cristina Garcia Filice

Isabel Menacho Vargas

Rosana Boullosa

Projeto Gráfico, editoração, capa

Editora Acadêmica Periodicojs

Idioma

Português

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S255 Saúde mental e bem estar: abordando cuidados aos profissionais de saúde – João Pessoa: Periodicojs editora, 2024.

E-book: il. color.

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-6010-095-4

1.Saúde mental. 2. Profissionais de saúde. I. Título

CDD 155.7

Elaborada por Dayse de França Barbosa CRB 15-553

Índice para catálogo sistemático:

1. Saúde mental: 155.7

Obra sem financiamento de órgão público ou privado. Os trabalhos publicados foram submetidos a revisão e avaliação por pares (duplo cego), com respectivas cartas de aceite no sistema da editora.

A obra é fruto de estudos e pesquisas da seção de Teses e Dissertações na América Latina da Coleção de livros Estudos Avançados em Saúde e Natureza



Filipe Lins dos Santos
Presidente e Editor Sênior da Periodicojs

CNPJ: 39.865.437/0001-23

Rua Josias Lopes Braga, n. 437, Bancários, João Pessoa - PB - Brasil
website: www.periodicojs.com.br
instagram: @periodicojs

Prefácio



A coleção de ebooks intitulada de Estudos Avançados em Saúde e Natureza tem como propósito primordial a divulgação e publicação de trabalhos de qualidade nas áreas das ciências da saúde, exatas, naturias e biológicas que são avaliados no sistema duplo cego.

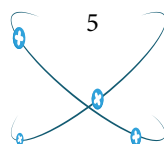
Foi pensando nisso que a coleção de ebooks destinou uma seção específica para dar ênfase e divulgação a trabalhos de professores, alunos, pesquisadores e estudiosos das áreas das ciências da saúde. O objetivo dessa seção é unir o debate interdisciplinar com temas e debates específicos da área mencionada. Desse modo, em tempos que a produção científica requer cada vez mais qualidade e amplitude de abertura para diversos leitores se apropriarem dos estudos acadêmicos, criamos essa seção com o objetivo

de metodologicamente democratizar o estudo, pesquisa e ensino na área da ciências da saúde.

Esse novo volume busca discutir sobre o tema da saúde mental e como os profissionais da saúde podem lidar com problemas de adoecimento e qualidade de vida no seu cotidiano de trabalho.

Filipe Lins dos Santos

Editor Sênior da Editora Acadêmica Periodicojs



OS AUTORES



Nome: Allyne Patrícia Medeiros Sarinho

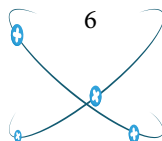
Mini Currículo: Enfermeira graduada no curso de Bacharelado em Enfermagem pela Faculdade Nova Esperança - FACENE. Especialista em Saúde da Mulher pelo programa de Pós-graduações da DNA. Pós-graduanda em Estratégia de Saúde da Família pelo programa da Escola de Saúde Pública do Estado da Paraíba. Atualmente atuo como Enfermeira da Atenção Especializada no município de Bayeux/PB.

Vínculo Empregatício: Enfermeira da Atenção Especializada do município de Bayeux.

Nome: Daniel José Gonçalves

Mini Currículo: Graduado em Biomedicina. Gestor do Complexo Pediátrico Arlinda Marques.

Vínculo Empregatício: Complexo Pediátrico Arlinda



Marques, João Pessoa/PB.

Nome: Maria Cristina de Moura-Ferreira

Mini Currículo: Graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Faculdade de Enfermagem São José. Mestrado em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - Universidade de São Paulo. Doutorado em Enfermagem Fundamental –USP, Ribeirão Preto/SP. Atualmente é professora Associada 4 da Universidade Federal de Uberlândia.

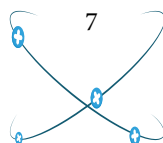
Vínculo Empregatício: Universidade Federal de Uberlândia – UFU.

Nome: Silvia Ximenes Oliveira

Mini Currículo: Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde pela Santa Casa de São Paulo; Mestre em Enfermagem pela UFRN. Docente titular do Centro Universitário UNIFIP.

Vínculo Empregatício: Centro Universitário UNIFIP.

Nome: Douglas Bento das Chagas



Mini Currículo: Enfermeiro do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco-UFPE/EBSERH. Mestre em Ciências da Saúde. Especialista em Infectologia e Obstetrícia.

Vínculo Empregatício: Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco-UFPE/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

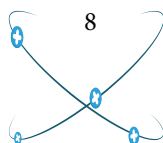
Nome: Jessica Danielle Samico de Menezes

Mini Currículo: Especialista em Enfermagem em Urgência e Emergência pela Faculdade IDE e Especialista em Oncologia pela FECS - HAOC (Faculdade de Educação em Ciências da Saúde - Hospital Alemão Oswaldo Cruz).

Vínculo Empregatício: Hospital das Clínicas de Pernambuco - Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

Nome: Jennyfe Dyana Nascimento Silva

Mini Currículo: Enfermeira. Pós-Graduação em urgência e emergência, Saúde da família, Saúde mental, Neonatologia



e Estomias.

Vínculo Empregatício: Hospital de ensino Dr. Washington Antônio de Barros- HU-Univasf/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSEH.

Nome: Thallita Monalisa Sizenando Souza Lima

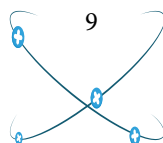
Mini Currículo: Enfermeira, Mestre em Saúde da Família pela UFRN.

Vínculo Empregatício: HU-FURG/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSEH.

Nome: Claudia Edlaine da Silva

Mini Currículo: Psicóloga, especialista em Saúde do Adulto e do Idoso na modalidade de Residência Multiprofissional, especialista em Neuropsicologia, especialista em Saúde Pública e em Psicologia Hospitalar. Residente Multiprofissional em Atenção Básica e Saúde da Família.

Vínculo Empregatício: Secretaria Municipal do Jaboatão dos Guararapes.



Nome: Patrícia Maria Barbosa Cintra Cerqueira

Mini Currículo: Psicanalista, Especialista em Psicologia e Saúde da Mulher, Formação em psicanálise, raça e gênero, Especialista em Psicomotricidade, Formação em Clínica com Crianças, Aperfeiçoamento em Educação terapêutica, Aperfeiçoamento em Diagnóstico da Psicose e Autismo, Facilitadora em Dinâmicas de Grupo e Relações Interpessoais, foi fundadora e responsável técnica do Instituto Nós e Laços.

Vínculo Empregatício: Governo do Estado da Bahia (SEC).

Nome: Joice Ferreira de Souza

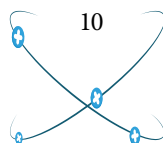
Mini Currículo: Estudante de Medicina.

Vínculo Empregatício: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba.

Nome: Gabriela Silva Oliveira

Mini Currículo: Técnica de Enfermagem.

Vínculo Empregatício: Empresa Brasileira de Serviços



Hospitalares – EBSEH/HC-UFU.

Nome: Gabriela Falcão de Lucena

Mini Currículo: Graduação em enfermagem pela Universidade Federal de Alagoas-UFAL. Residência em Enfermagem Obstétrica pela Universidade Estadual de Alagoas - UNCISAL. Enfermeira Obstétrica do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes - HUPAA/EBSEH.

Vínculo Empregatício: Celetista - Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSEH.

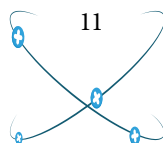
Nome: Allanna Stephany Cordeiro de Oliveira

Mini Currículo: Mestre em Saúde Coletiva - UFPB
Residente em enfermagem obstetrícia- HAM/UPE.

Vínculo Empregatício: Residente – Universidade de Pernambuco.

Nome: Carolyn Cristina Reis

Mini Currículo: Graduação em Enfermagem (UNIT/SE).



Especialista em Saúde da Mulher (HC/UFPE). Enfermeira Assistencial do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes/UFAL/EBSERH.

Vínculo Empregatício: Enfermeira Assistencial do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes/UFAL/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

Nome: Silvia Ximenes Oliveira

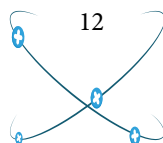
Mini Currículo: Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde, pela Santa Casa em SP. Mestre em Enfermagem pela UFRN. Docente do Centro Universitário UNIFIP.

Vínculo Empregatício: Centro Universitário de Patos – UNIFIP.

Nome: Uberlândia Islândia Barbosa Dantas de Meneses

Mini Currículo: Doutora em Enfermagem pela Universidade de Pernambuco com experiência em gestão e Docência.

Vínculo Empregatício: Secretaria Estadual de Saúde.



Nome: Alan Bento Moreira Santana

Mini Currículo: Fisioterapeuta, pós-graduado em Terapia Intensiva e em Fisioterapia Hospitalar.

Vínculo Empregatício: Anhanguera, Salvador/Bahia.

Nome: Annatércia Aurea da Cruz Ferreira Evaristo

Mini Currículo: Especialista em Saúde Pública.

Vínculo Empregatício: Enfermeira Assistencial- HU UNIVASF- Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

Nome: Luanna Costa Pacheco de Souza

Mini Currículo: Enfermeira - Residência em Urgência e Urgência pela UNIVASF.

Vínculo Empregatício: HU- Dr Whashington Antônio de Barros - Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

Nome: Isadora Nunes Amaral

Mini Currículo: Enfermeira. Especialista em Enfermagem

do Trabalho e Saúde Ocupacional pela Universidade Cândido Mendes (UCAM)/Rio de Janeiro.

Vínculo Empregatício: Técnica em enfermagem, Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - EBSEH, Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia.

Nome: Ivoneide Ribeiro Costa

Mini Currículo: Mestre em Docência do ensino superior. Doutoranda do PPGEnf da UPE. Enfermeira assistencialista.

Vínculo Empregatício: Universidade Federal de Pernambuco (UFPE – HC).

Nome: Janine Martins Cavalcanti Ayres

Mini Currículo: Enfermeira. Especialista em Saúde da Família com Ênfase nas linhas de cuidados- UFPB. Atua no Posto de Coleta de Leite Materno HULW/EBSEH.

Vínculo Empregatício: Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW/Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSEH.

Nome: Rodrigo Ferreira Motta

Mini Currículo: Médico formado pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Uberlândia (FAMED-UFU), Médico Ortopedista e Traumatologista pela UFU, Médico do Trabalho pela FAMERP, Médico Perito pela FAMERP.

Vínculo Empregatício: Prefeitura Municipal de Uberlândia e UF-CAT.

Nome: Izabel Cristina Queiroz Malizia

Mini Currículo: Enfermeira, pós-graduada em centro cirúrgico e CME.

Vínculo Empregatício: Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - EBSEH (HDT UFT).

Nome: Thiago Henrique Pereira Nunes

Mini Currículo: Enfermeiro Bacharelado pela Unincor-Universidade Vale do Rio Verde - Campus Betim MG. Pós-graduado em Unidade de Terapia Intensiva Adulto pela Instituto de Educação Continuada IEC-PUC-Minas. Pós-

graduado em Gestão Hospitalar pela Uninter/ Facinter Polo Pelotas/RS. Graduado em Gestão Pública pela Uninter/ Facinter Polo Pelotas /RS. Mestrado em Biomedicina pelo Instituto de Ensino e Pesquisa -IEP - da Santa Casa de Belo Horizonte.

Vínculo Empregatício: Enfermeiro assistencial do Pronto Socorro de Pediatria do Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Minas Gerais/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSEH.

Nome: Michelle Rocha Diniz

Mini Currículo: Especialista em Saúde do Trabalhador

Vínculo Empregatício: HUAC - Hospital Alcides Carneiros/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares/EBSEH.

Sumário



Capítulo 1

SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS

19

Capítulo 2

FATORES QUE INTERFEREM A SAÚDE MENTAL E
BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS

27

Capítulo 3

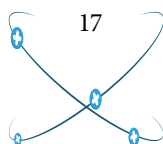
IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL

35

Capítulo 4

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

46

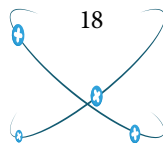


Considerações finais

52

Referências Bibliográficas

55



Capítulo 1

SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS



A temática sobre saúde mental tem sido de grande relevância, desde a reforma psiquiátrica ocorrida no Brasil, principalmente após o decreto 3048, editado em 06/05/1999 pelo Ministério da Previdência e Assistência Social, tendo nova regulamentação a respeito das doenças profissionais, em especial para casos em que profissionais da área da saúde são afetados (BRASIL, 1999).

No Brasil, nos últimos anos, tem-se vivenciado a elevada desvalorização dos profissionais da área da saúde, especialmente nos serviços públicos (SOUZA, 2011). Nada obstante, a atual situação de crise sanitária corrobora o papel crucial dos trabalhadores para a garantia da vida das populações afetadas pela COVID-19.

Notoriamente, pandemias exigem que serviços de saúde respondam prontamente às demandas, entretanto, nem sempre o Estado está preparado. Assim, durante uma epidemia, a organização laboral de diversos grupos ocupacionais sofre profundas alterações quanto à jornada de trabalho, realização de horas extras e ritmo de trabalho (Schwartz e Yen, 2020). Com o crescimento de casos de

COVID-19 em larga escala, a demanda sobre os trabalhadores que estão na linha de frente no enfrentamento dessa pandemia cresce exponencialmente.

O conceito de saúde, ao longo de toda a história, foi sendo construído e modificado à medida que se percebia o quanto este termo abrangia diversos aspectos de vida humana e que não se restringia apenas a ausência de doença. Desde 1946, quando a OMS descreveu o conceito de saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, não restringindo apenas à ausência de enfermidade”, as críticas em cima desse conceito vêm sendo inúmeras, uma vez que se discute sobre o “inalcançável completo bem-estar”. No Brasil, por exemplo, mais especificamente na 8ª Conferência Nacional de Saúde, foram incluídos fatores como dieta, educação, trabalho, situação de moradia, renda e acesso aos serviços às políticas de saúde (Teixeira e Araújo, 2023).

Até o século XX, as políticas públicas focaram seu interesse muito mais na doença que na saúde. Foi só a partir da década de 90 que uma visão menos negativa pas-

sou a ganhar destaque nos campos de pesquisa, quando os estudiosos passaram a se deter também com os aspectos positivos da vida humana. Acompanhando essa tendência, o incremento da psicologia nas organizações de trabalho também redirecionou suas análises para além dos malefícios físicos e psicológicos à saúde do trabalhador (Bezerra e Melo, 2014).

Especificamente sobre a saúde mental, a OMS a descreve como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, trabalha produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade.” Partindo dessa ideia, a preocupação com a saúde mental tomou grandes proporções e vem sendo alvo de muitos investimentos nas mais variadas áreas do mercado (Teixeira e Araújo, 2023).

Por exemplo, toda empresa hoje, seja ela pequena ou grande, precisa ter uma equipe mínima voltada a saúde do trabalhador, devendo estar bem preparada e preocupada com esses transtornos mentais diagnosticados ao longo da vida produtiva do homem a fim de prevenir, identificar e

conduzir qualquer um desses eventuais problemas que possa aparecer no ambiente citado, sejam esses leve ou grave, congênito ou adquirido, crônico ou agudo, não deixando, jamais, de inserir esse trabalhador no seu grupo de convívio profissional (Bezerra e Melo, 2014).

Estar bem mentalmente, grosso modo, significa dizer que o ser humano está num “estado de graça”, ou seja, numa fase de boa relação consigo mesmo, apresentando mais disposição, mais autoconfiança, menos cobrança consigo mesmo e maior agilidade na resolução de conflitos. E, no ambiente de trabalho, estar em dia com esses fatores é essencial para uma maior qualificação profissional e destaque entre os demais (Vieira et al.,2021).

Dentre os fatores incluídos no conceito abrangente de saúde, para esse completo bem-estar físico, mental e social, a prática de atividade física, uma dieta balanceada, as boas noites de sono, condições de moradia, educação e atividades de lazer, foram considerados fundamentais para estar(mos) nos sentindo bem. O aspecto a ser explorado está relacionado com a espiritualidade. Esta espirituali-

dade, aqui citada como algo livre de dogmas religiosos e entendida como uma conexão de valores profundos e propósitos maiores, pode ser uma ferramenta fundamental na execução de uma gestão de trabalho humanizada e de alta performance (Vieira et al.,2021).



Num ambiente corporativo, onde a competitividade está constantemente presente e os conflitos de interesse são diários, estar espiritualmente equilibrado ajudará o trabalhador a enfrentar esses desafios de uma forma mais leve e positiva. De acordo com uma pesquisa realizada pelo American Psychological Association, “práticas espirituais podem reduzir o estresse e promover uma maior satisfação

no trabalho (Teixeira e Araújo, 2023).

Isso ocorre porque tais práticas ajudam na formação de uma perspectiva mais ampla da vida e do trabalho, incentivando uma visão integrada de bem-estar.” Contribuindo ainda com a mesma ideia, um estudo publicado em 2019 sugere que líderes espiritualizados tendem a ser mais conscientes e éticos em suas decisões, o que favorece ambientes de trabalho mais justos e inclusivos.” (Santos, 2020).

Coordenadores e líderes ou qualquer colaborador que assuma cargos de gestão devem estar atentos a esse aspecto e propor atividades que ajudem e estimulem a integração da espiritualidade no local de trabalho refletindo em uma maior saúde mental e maior engajamento. Práticas de meditação, relaxamento e respiração e momentos de reflexão e discussão/resolução de conflitos são exemplos de atividades que poderão mitigar o estresse e aumentar a concentração e a satisfação no trabalho (Vieira et al.,2021).

Portanto, ao incorporar a espiritualidade nas práticas de liderança, os líderes podem melhorar o bem-estar de sua equipe e também fomentar um ambiente que suporta o

crescimento contínuo e sustentável dos negócios. Longe de ser um conceito abstrato e impossível de ser aperfeiçoado, a espiritualidade pode ser uma estratégia concreta para desenvolver a resiliência organizacional e a inovação necessária para prosperar em um mundo com constante transformação e de alta competitividade (Santos, 2020).

Capítulo 2

FATORES QUE INTERFEREM A SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS



Os transtornos mentais são a principal causa de incapacidade, causando um em cada seis anos vividos com incapacidade. Pessoas com condições graves de saúde mental morrem em média 10 a 20 anos mais cedo do que a população em geral, principalmente devido a doenças físicas evitáveis. Soma-se a isso o fato de que a depressão e a ansiedade aumentaram mais de 25% apenas no primeiro ano da pandemia do COVID-19 (WHO, 2022).

Frente a essa realidade, em 2013, os Estados Membros da Organização Mundial de Saúde - OMS assinaram o Plano de Ação Integral de Saúde Mental, que em 2019 foi prorrogado até 2030, se comprometendo com metas globais para transformar a saúde mental. Dentre as metas citadas, encontram-se a provisão de programas para o favorecimento de condições saudáveis de vida e de trabalho no que se refere a prevenção do suicídio, conscientização/antiestigmatização em saúde mental e promoção da saúde mental no local de trabalho (WHO, 2013).

Para tanto, também foi publicado pela OMS, em 2022, o Informe Mundial de Saúde Mental, que convi-

da todas as partes interessadas a trabalharem juntas para aprofundar o valor e o compromisso dado à saúde mental, remodelar os ambientes que influenciam a saúde mental e fortalecer os sistemas que cuidam da saúde mental das pessoas, com o objetivo, entre outros, de enfatizar a necessidade de os países promoverem condições de trabalho seguras, solidárias e dignas para todos (WHO, 2022).

Diante da preocupação da OMS acerca da influência das condições de trabalho na saúde mental do indivíduo, deve-se permitir a discussão sobre a saúde mental dos profissionais de saúde, com ênfase nos profissionais de enfermagem, que estão à frente da linha de cuidado da população. Sendo, esses, assim, os membros de equipe de saúde que têm o contato mais direto com a dor e o sofrimento humano, o que consequentemente afeta seu estado emocional, podendo levar ao adoecimento mental, inclusive a influenciar no risco de suicídio (David et al., 2021).

Além disso, é de conhecimento que os profissionais de enfermagem, em seu dia a dia, precisam manejar tecnicamente situações que requerem concentração, segurança e

tomada de decisões certas e imediatas mediante, muitas vezes, a sobrecarga de trabalho e condições precárias de ordem estrutural e organizacional dos serviços de saúde. Dessa forma, se expondo constantemente a condições de risco para sua saúde mental (Garzin et al., 2024).



Define-se o estresse referente às condições laborais como estresse ocupacional, que é consequência dos desgastes provocados no ambiente de trabalho, impossibilitando a adaptação do ser humano em ordem psíquica às exigências do meio em que se encontra (Garzin et al., 2024).

Estudos mostram que os próprios profissionais de enfermagem se reconhecem como acometidos em suas vi-

das por quadros de estresse, tendo apresentado sintomas físicos e/ou emocionais de estresse, relacionando essa condição principalmente ao estresse de ordem laboral (Silva et al., 2019). Entre os relatos de sintomas mais comuns relacionados ao estresse estão: dificuldade de dormir, enxaqueca e irritação e os principais causadores de estresse são conflitos com paciente, médico e outros profissionais, sobrecarga de trabalho e desvalorização profissional (Santos et al., 2019).

Sintomas depressivos, ansiedade e a ideação suicida relacionados ao ambiente de trabalho entre os profissionais da enfermagem são também comprovados por pesquisas, se justificando pela influência negativa do ambiente hospitalar. Gera-se assim, o contraste de que, aqueles a quem se confia os cuidados para a promoção, proteção e recuperação da saúde da população se encontram severamente fragilizados na sua própria saúde física e mental (David et al., 2021).

A OMS enquadra, como fatores de risco para o prejuízo da saúde mental dos trabalhadores, questões podem ser encontradas no cenário profissional da enferma-

gem, como a subutilização de competências ou subqualificação para o trabalho, a carga de trabalho pesada, horário de trabalho, longas horas de trabalho, falta de controle sobre a carga de trabalho, ambiente e equipamento, más condições físicas de trabalho, objetivos organizacionais pouco claros, oportunidades limitadas de desenvolvimento pessoal, relações interpessoais no trabalho, apoio limitado de supervisores ou colegas, maus salários, entre outras (WHO, 2022).

Tal realidade não prejudica apenas a saúde do trabalhador, mas também o próprio serviço de saúde e a segurança do paciente, tendo em vista o aumento da taxa de absenteísmo e de não conformidades na prestação dos cuidados (Garzin et al., 2024). Dados do Informe Mundial de Saúde Mental trazem que 12 milhões de dias de trabalho produtivo são perdidos todos os anos apenas devido à depressão e à ansiedade, a um custo de quase 1 bilhão de dólares. E destaca que os empregadores e os governos têm a responsabilidade de promover e proteger a saúde mental de todas as pessoas no trabalho, seja através de legislação e regulamentação, estratégias organizacionais, formação de

gestores e intervenções para os trabalhadores (WHO, 2022).

Dessa forma, a segurança e o bem-estar dos profissionais de enfermagem possuem impacto direto e importante na produtividade e sustentabilidade organizacional, que necessita de profissionais satisfeitos e em plenas condições de saúde para garantir uma assistência em saúde, com o mínimo de riscos e danos (Garzin et al., 2024).

Diante disso, a OMS relaciona a saúde mental deficiente à redução da capacidade das pessoas de trabalhar, estudar e aprender novas competências e, por outro lado, uma boa saúde mental ao trabalho produtivo e à capacidade de os profissionais realizarem todo o seu potencial (WHO, 2022).

E, como caminho para alterar essa realidade de risco à saúde mental relacionada ao ambiente de trabalho, as propostas do Informe Mundial de Saúde Mental incluem a formação em saúde mental para gestores e supervisores como forma de reforçar conhecimentos, competências, atitudes e comportamentos para que os gestores possam apoiar melhor as necessidades de saúde mental dos seus trabalha-

dores (WHO, 2022).

Destaca também intervenções organizacionais, intervenções para trabalhadores e estimula interagir e ouvir os trabalhadores para obtenção das suas perspectivas e necessidades. Tais recomendações, se observadas no panorama em que se inserem os profissionais de enfermagem, podem favorecer as condições de trabalho, protegendo não somente a saúde desses profissionais, mas também a saúde da população por eles assistida (WHO, 2022).

Capítulo 3

IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL



A saúde, em sua totalidade, tem inclusa no seu conceito a saúde mental, que se caracteriza não apenas como ausência de transtornos mentais ou deficiências, mas também como um estado de bem-estar em que um ser humano exerce suas próprias habilidades, podendo lidar com as tensões normais do dia a dia, trabalhando de forma produtiva e sendo capaz de fazer contribuições à sua comunidade.

A OMS afirma que a “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade”. Assim, saúde mental é fundamental para capacidade coletiva e individual de haver construção de pensamentos, emoções, interação e gozo da vida como um todo (ONUBR, 2017).

Tal organização ressalta ainda que a promoção, proteção e restauração da saúde mental são uma preocupação vital para que a sociedade conviva harmonicamente. O nível de saúde mental é determinado por fatores sociais, psicológicos e biológicos. Uma saúde mental prejudicada também está associada a rápidas mudanças sociais, que podem incluir condições de trabalho estressantes, discrimina-

ção de gênero, exclusão social, estilo de vida não saudável, risco de violência, problemas físicos de saúde e violação dos direitos humanos.

No que se refere a relação saúde-doença, a análise deve ser feita de acordo com o ambiente onde o ocorrido foi gerado, incluindo, sempre, o indivíduo que está em sofrimento. Sabe-se que o labor é indispensável para manutenção da vida e, para a significação do eu no coletivo. Então, o modo como as pessoas vivem ou trabalham, está intimamente relacionada ao valor moral que é atribuído ao trabalho.

Destarte, quando se instalou a programação de Saúde do Trabalhador no Brasil, ficou notória a dificuldade em romper a compreensão de saúde apenas como centrada na fisiologia corporal, e nas formas impostas pelas leis que regulam o adoecimento (baseadas em relação causa-efeito direta, que inclui um agente causador), desconsiderando o sofrimento como algo complexo e subjetivo (Landim et. al., 2017).

No que tange à situação atual global, o aumento

da demanda dos serviços da área da saúde, somado à perda de controle sobre os acontecimentos, acarreta sensação de vulnerabilidade, que se associa ao medo, gerando grandes consequências no funcionamento psíquico e cognitivo dos profissionais. Isso causa elevação do nível da carga emocional no ambiente de trabalho, gerando desgaste físico e mental.

Desse modo, a proteção da saúde mental se perfaz com medidas de redução de estressores ocupacionais no labor durante a pandemia da COVID- 19; bem como alteração na organização do trabalho; oferta de apoio psicológico; redução das jornadas; valorização profissional; melhoria nas condições de trabalho e fornecimento do suporte necessário (Helioterio, 2020).

De acordo com o supracitado, é evidente que a pandemia pode ter um efeito nocivo à saúde dos trabalhadores que estão na linha de frente, podendo gerar grande estresse diante da situação vivida.

Cientistas sociais, filósofos e psicólogos sociais entraram num consenso de que a religião tem papel sig-

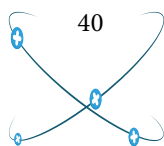
nificativo na ordenação da vida, sendo imprescindível em momentos de elevado impacto na realidade dos indivíduos. Assim, os problemas espirituais, afetivos e sociais são de tamanha importância que levam as pessoas a recorrerem ao santuário e aos santos como mecanismo de socorro, para alívio do sofrimento (Dalgarrondo, 2008). Vale ressaltar que a religião é variável, dependendo do contexto cultural e do período histórico.

A religião é uma expressão da espiritualidade, visto que esta última se caracteriza por sentimento pessoal que estimula um interesse pelos outros e por si; um sentido de significado da vida capaz de fazer suportar sentimentos debilitantes de culpa, raiva e ansiedade (Campos, 2012). Ademais, na atualidade, diante da pandemia, a espiritualidade traz esperança, resiliência, reflexão a respeito do processamento de resultado positivo para o COVID-19 e a disposição dos meios internos para o enfrentamento, percepção de reencontro das relações interpessoais, reconhecimento da fragilidade e vulnerabilidade individual e coletiva (Tavares, 2020).

Neste diapasão, os profissionais de saúde, ao desenvolver a espiritualidade em prol da coletividade, poderão diminuir aflições e pânicos decorrentes desse momento de pandemia e que influenciam no entendimento das medidas preventivas e na adesão dos cuidados necessários. Ademais, a espiritualidade influencia na atenção e valorização do indivíduo, levando ao abandono da vaidade e pretensões individuais, tendo como consequência o aumento da solidariedade e cooperação. Outrossim, a saúde mental desses profissionais pode não sair ilesa, visto que muitos se sentem frustrados diante da impotência frente a falta dos recursos essenciais para o cuidado, pela ocorrência do acometimento de sua saúde ou de seus familiares e pela imposição de vivência do cuidado pós morte dos indivíduos que testaram positivo para o COVID-19 (Tavares, 2020).

VULNERABILIDADE DOS PROFISSIONAIS FRENTE A PANDEMIA

A pandemia da COVID -19 (Sars-CoV-2) pode afe-



tar tanto a saúde física quanto a saúde mental do profissional de saúde. O aumento de casos suspeitos e confirmados da doença pode levar a sobrecarga e ao estresse no ambiente de trabalho.

Os profissionais da saúde que trabalham diretamente com os pacientes representam a categoria com maior risco de desenvolver a Covid-19, além de trabalhadores de lavanderia e higienização hospitalar, cuidadores, maqueiros, motoristas de ambulância, recepcionistas de hospitais, funcionários de laboratórios, trabalhadores de necrotérios, funerárias e cemitérios.

Todos os profissionais que lidam diretamente com pacientes suspeitos ou confirmados estão expostos à sobrecarga de trabalho, falta de material de proteção individual e risco de contaminação pelo vírus. Devido ao alto risco de contágio do Novo Coronavírus, podem apresentar sintomas depressivos, de ansiedade, estresse e problemas relacionados ao sono (Lai et al., 2020).

Vale ressaltar a preocupação acerca do medo de se contaminar podendo expor também sua família devido

elevada transmissibilidade do vírus. Os mesmos, tem medo de adoecer e morrer, além de sofrerem rechaço das pessoas que convivem ao seu redor após um diagnóstico positivo da doença. Tudo pode ser gerador de estresse laboral. A própria situação da pandemia é marcada pela incerteza, impacto na economia, nas perdas econômicas individuais e coletivas. Para o profissional de saúde a vivência do estresse pode ser maior devido a frequente exposição ao vírus.

Além das considerações feitas por LAI (2020), Xiao et al. (2020), acrescenta que atuar na linha de frente do combate à pandemia do novo coronavírus mostrou-se significativamente associado ao declínio da autoeficácia, e que essas variáveis influenciavam negativamente a qualidade do sono e do apoio social percebido pelos profissionais de saúde que atuavam na linha de frente.

Os principais fatores relacionados ao impacto ocupacional se referem às mudanças introduzidas na rotina dos profissionais de saúde, como aumento do número de horas de trabalho, criação de espaços de isolamento e incremento das recomendações para uso dos equipamentos de proteção

individuais (EPI) (Oliveira et al., 2020).

As medidas adotadas para o controle da contaminação se convertem em rituais maçantes repetidos diariamente, exigindo grande dispêndio de tempo. Isso tudo, acrescido de notícias desoladoras e desfechos negativos, pode provocar problemas substanciais de saúde mental nos trabalhadores que estão na linha de frente do combate (Jung e Jun, 2020).

A pandemia do novo Coronavírus funciona como um poderoso gatilho para quadros de transtorno de estresse agudo, transtorno de estresse pós-traumático, depressão, insônia, irritabilidade, raiva e exaustão emocional (Oliveira et al., 2020).

Pesquisadores como Trettene et al., (2016) já documentaram que a rotina de serviço em instituições de saúde, caracterizada pela carga horária excessiva, tensão permanente nos atendimentos, conflitos vivenciados nas relações hierárquicas e precariedade das condições de trabalho (inclusive desprovidos dos equipamentos de segurança suficientes), são fatores que elevam a suscetibilidade ao adoeci-

mento dos profissionais.

Os profissionais de saúde ainda podem experimentar sentimento de impotência e vulnerabilidade relacionados ao avanço do vírus, a inexistência de cura até o momento, a instabilidade das deliberações institucionais (imposta pelas alterações constantes nas estratégias de enfrentamento que a pandemia impõe) e sentirem-se angustiados, podendo ter relação com o constante estado de vigilância e alerta, insuficiência de informações e descontrolado sobre a situação. As reações psíquicas são consideradas normais, pois a sociedade como um todo está em um momento inicial do enfrentamento e o desconhecido provoca a necessidade de adaptação. Porém, caso não ocorram intervenções preventivas, essas reações podem evoluir para o desenvolvimento de quadros psicopatológicos (Daniela et al., 2020).

Em tempos de pandemia com uma escalada de disseminação sem precedentes na história, essas condições desfavoráveis de trabalho e o aumento extraordinário das demandas de assistência tendem a ser potencializados (Oliveira et al., 2020). As mudanças propostas nos servi-

ços podem inviabilizar a volta dos profissionais para casa e para o aconchego do convívio com seus familiares após uma jornada árdua de trabalho, comprometendo o tempo de descanso necessário para recuperar as forças e minimizar o sofrimento.

O cotidiano profissional desafiador e o ambiente de guerra instaurado pelas sucessivas ondas de pandemias aumentam a vulnerabilidade dos profissionais de saúde que estão na linha de frente, levando-os muitas vezes a experimentar o desamparo aprendido. A pessoa que vivencia a falta de controle sobre os acontecimentos reais ou as mudanças ambientais, que acontecem independentemente de sua vontade individual, pode se perceber fragilizada diante da inexorabilidade dos riscos e das ameaças à sua própria integridade; isso sedimenta a aprendizagem de que já não faz sentido tentar atuar ou agir no mundo. Esse processo cognitivo tem sido associado, em outras pesquisas, à sintomatologia e aos quadros depressivos (Oliveira et al., 2020).

Capítulo 4

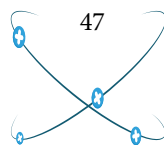
ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO



Por estratégias de enfrentamento pode-se compreender atitudes e esforços que o indivíduo acessa em seu repertório cognitivo para enfrentar uma determinada situação. Em geral as estratégias de enfrentamento podem estar focalizadas no problema ou na emoção e estão envolvidas com o estresse. Nesse ínterin, o processo de estresse desencadeia estratégias de enfrentamento, também definida como “coping”. Conforme elucidam Lazarus e Folkman (1984), o coping é uma variável individual representada pelas formas como as pessoas comumente reagem ao estresse, determinadas por fatores pessoais, exigências situacionais e recursos disponíveis.

Diante da situação de pandemia pode-se verificar que a presença de estresse, e de sintomas psicológicos poderão influenciar o trabalho dos profissionais da saúde, a sua maneira de perceber a situação estressora e sua forma de enfrentá-la. Quando o estresse aumenta ou diminui, além ou aquém de determinado nível, o desempenho cai, e há maior suscetibilidade à eventos psíquicos.

Os eventos estressores podem ser encontrados no



local de trabalho, ou estar ligados a assuntos pessoais e do meio ambiente, em sentido mais amplo. São exemplos as pressões de tempo, os conflitos inter e intrapessoais, os aspectos físicos negativos do local de trabalho, as preocupações financeiras, os problemas com os filhos, os problemas conjugais, as preocupações de saúde; em relação ao meio ambiente. Entretanto, deve-se ressaltar que as pessoas têm diferentes níveis de tolerância a situações estressantes. Algumas são perturbadas pela mais ligeira mudança ou emergência, outras são afetadas apenas por estressores de maior magnitude ou quando a exposição a eles é muito prolongada (Savoia, 1988).

Diante da ocorrência da pandemia da COVID 19, é importante ressaltar que um treino de controle de estresse, seria de grande importância aliado a programas que visem desenvolver habilidades sociais relacionadas à comunicação e competências de relacionamento interpessoal entre os profissionais de saúde na instituição hospitalar, a fim de minimizar os impactos da COVID 19 para os profissionais (Oliveira et al., 2020).

Outra possibilidade para o enfrentamento é a terapia cognitiva comportamental que deve ser implementada nas situações em que o estresse é constante, tal como a vivenciada nesse momento. Aaron Beck desenvolveu a TCC voltada para o tratamento da depressão, sendo um método terapêutico com estrutura, orientado para o presente e com foco em problemas atuais, trabalhando com o intuito de modificar comportamentos disfuncionais e pensamentos distorcidos (Beck, 1997).

As premissas de Aaron Beck voltadas para a compreensão da doença depressiva tiveram início ao entender as experiências relacionadas ao desamparo e a desesperança, e desta forma, entende-se que no cenário atual da pandemia COVID 19 os profissionais de saúde podem abarcar em seu repertório cognitivo os sentimentos e emoções voltadas ao desamparo e desesperança, sendo útil a TCC, modelando os pensamentos negativos e crenças desadaptativas (Beck et al.,1997).

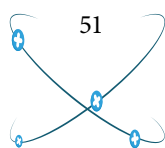
A terapia cognitiva comportamental é de extrema importância em situações de crises e tragédias sociais e

como pode-se verificar atualmente na sociedade é preconizado “ficar em casa” e proteger-se da contaminação, a fim de reduzir o contágio (Oliveira et al., 2020), entretanto, para os profissionais da linha de frente, tal fato não é possível, pois precisam atuar profissionalmente combatendo o vírus e salvando vidas.

A premissa central da TCC, demonstra que não são as coisas que nos fazem mal, mas sim a interpretação que delas fazemos, nesse sentido pode-se vislumbrar que essa é uma fase de pandemia, mas depende de o ser humano potencializar os recursos pessoais para que se torne possível minimizar os danos e se reinventar (Oliveira et al., 2020).

Destarte, salienta-se a relevância em encontrar meios para minimizar o impacto na saúde mental desses profissionais, uma vez que, estes podem desenvolver alguns prejuízos durante e pós pandemia desencadeados pelo estresse, tais como: depressão, ansiedade, síndrome de burnout, fobias, dentre outros. Ao buscar na literatura evidências que possibilitem minimizar os impactos negativos, destacam-se algumas formas que estão abaixo citadas que

foram adaptadas pelas autoras para a situação da pandemia da COVID 19.



CONSIDERAÇÕES FINAIS



São muitos os fatores que devem ser conjugados ao se trabalhar a saúde mental do trabalhador, pois ao pensar em saúde do trabalhador é preciso pensá-la por inteiro, contemplando promoção, prevenção, assistência à reabilitação e vigilância à saúde. Pensar o trabalho nesse sentido nos leva a compreender a vivência subjetiva do processo de trabalho, as condições do trabalho e suas repercussões nos trabalhadores. Dentre elas, o processo de produção e as relações sociais de trabalho são da maior importância, pois são os principais geradores de realização e, quando em desequilíbrio, podem levar ao adoecimento físico e, principalmente, psíquico (Centro de Referência Técnica em Psicologia e Políticas Públicas, 2008).

Cabe lembrar que é possível estabelecer relações de trabalho sem degradar as condições humanas. No entanto, quando isso não é possível, existem meios para não adoecer: são as estratégias de enfrentamento, formas de defesa criadas pelos trabalhadores ante o sofrimento causado por determinada situação (Dejours, Abdoucheli e Jayet, 1994). Não existe uma receita específica e geral, essas estratégias

devem ser construídas de acordo com as necessidades e possibilidades de cada pessoa ou grupo de trabalho.

Com isso, é possível perceber a íntima relação que existe entre trabalho e saúde mental e a importância e a necessidade da realização de um trabalho que aborde essas questões com os profissionais de saúde, na perspectiva de cuidar da saúde de quem cuida, criando conjuntamente estratégias de enfrentamento coletivas ou individuais que se adéquem às realidades e necessidades dos trabalhadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS



BECK, A. et al. Terapia cognitiva da depressão. Porto Alegre: Artmed (Original publicado em 1979). 1997

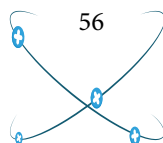
BEZERRA, O.G.; MELO, V.L.M. de O. Valores da paisagem: os significados dos rios e manguezais da cidade do Recife. Paisagem e Ambiente, São Paulo, Brasil, n. 34, p. 95–106, 2014. DOI: 10.11606/issn.2359-5361.v0i34p95-106. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/paam/article/view/97124>.. Acesso em: 5 jun. 2024.

DANIELA S. B; et al. Suporte em saúde mental em tempos de covid-19: guia de cuidados aos profissionais da saúde. 2020. Disponível em <http://www2.ebserh.gov.br/documents/16756/5119444/A+cartilha+sau%CC%81de+mental+covid-19+ok.pdf/b277aed9-f881-45cd-b289-4457f33a0d85>.

DAVID, A.S.M. et al. Suicídio na enfermagem: o que tem sido feito para estes índices diminuírem. Rev de Saúde da AJES, Juína, v. 7, n. 13, p. 78-89, jan./jun. 2021.

GARZIN, A.C.A. et al. Burnout, satisfação e fadiga por compaixão: relação com a qualidade assistencial e segurança do paciente. Mundo Saúde, São Paulo, v. 48, jan. 2024.

JUNG, S. J., e Jun, J. Y. (2020). Mental health and psychological intervention amid COVID-19 outbreak:



perspectives from South Korea. *Yonsei Medical Journal*, 61(4), 271-272. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3349/ymj.2020.61.4.271>

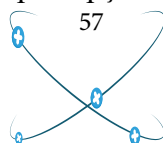
OLIVEIRA, M.L.M.C et al., Lêvitude Emocional e as Estratégias da Teoria Cognitivo Comportamental Para o Enfrentamento do COVID-19. *Rev Enfermagem e Saúde Coletiva*, Faculdade São Paulo – FSP, 2020. Acesso em: 27 de julho de 2020. Disponível em: <https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/53/62>

SANTOS, A. F. et al. Fatores aliviantes e agravantes do estresse ocupacional na equipe de enfermagem. *Rev Enferm UFPI*, Teresina, v. 8, n. 4, p. 82 - 90, out./dez. 2019.

SANTOS, E.C.M. Griot digital: ressignificando a ancestralidade afro-brasileira na educação. 2020. Tese (Doutorado em Educação) - Faculdade de Educação, University of São Paulo, São Paulo, 2020. doi:10.11606/T.48.2020.tde-16022021-110956. Acesso em: 05 de junho de 2024.

SAVOIA, M.G. Stress: Conceito e Profilaxia. In: II Simpósio de Psicologia São Caetano do Sul, Resumos *Revista Brasileira de Pesquisa em Psicologia* 1, 1988.

SILVA, P.N. et al. Autopercepção do estresse ocupacional



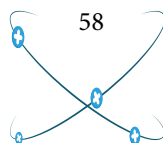
na equipe de enfermagem de um serviço de emergência. *Journal Health NPEPS*, Mato Grosso, v. 4, n. 2, p. 357 - 368, dez. 2019.

TEIXEIRA, N. N.; ARAÚJO, A. V. S. Gestão municipal de drenagem e manejo de águas pluviais: avaliação dos impactos decorrentes da urbanização na Cidade Nova, Ilhéus-BA. *Revista de Gestão e Secretariado*, [S. l.], v. 14, n. 6, p. 9968–9997, 2023. DOI: 10.7769/gesec.v14i6.2351. Disponível em: <https://ojs.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/2351>. Acesso em: 5 jun. 2024.

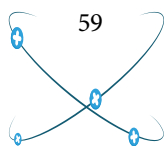
VIEIRA, L. S.; DOCILE, T. N.; VARGAS, A. B.; AMORETTY, P. R. de; SILVEIRA-ALVES, A.; FIGUEIRÓ, R. Proposal for a teaching game for teaching water resource conservation. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 7, p. e38010716645, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i7.16645. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16645>. Acesso em: 5 jun. 2024.

WHO - Organização Mundial da Saúde. *Mental Health Action Plan 2013-2030 flyer: what Member States can do*. Geneva: WHO, 2013. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>.

WHO - Organização Mundial da Saúde. *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: WHO,



2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/item/9789240049338>.



Política e Escopo da Coleção de livros Estudos Avançados em Saúde e Natureza



A Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza (EASN) é uma coleção de livros publicados anualmente destinado a pesquisadores das áreas das ciências exatas, saúde e natureza. Nosso objetivo é servir de espaço para divulgação de produção acadêmica temática sobre essas áreas, permitindo o livre acesso e divulgação dos escritos dos autores. O nosso público-alvo para receber as produções são pós-doutores, doutores, mestres e estudantes de pós-graduação. Dessa maneira os autores devem possuir alguma titulação citada ou cursar algum curso de pós-graduação. Além disso, a Coleção aceitará a participação em coautoria.

A nossa política de submissão receberá artigos científicos com no mínimo de 5.000 e máximo de 8.000 palavras e resenhas críticas com no mínimo de 5 e máximo de 8 páginas. A EASN irá receber também resumos expandi-

dos entre 2.500 a 3.000 caracteres, acompanhado de título em inglês, abstract e keywords.

O recebimento dos trabalhos se dará pelo fluxo contínuo, sendo publicado por ano 4 volumes dessa coleção. Os trabalhos podem ser escritos em português, inglês ou espanhol.

A nossa política de avaliação destina-se a seguir os critérios da novidade, discussão fundamentada e revestida de relevante valor teórico - prático, sempre dando preferência ao recebimento de artigos com pesquisas empíricas, não rejeitando as outras abordagens metodológicas.

Dessa forma os artigos serão analisados através do mérito (em que se discutirá se o trabalho se adequa as propostas da coleção) e da formatação (que corresponde a uma avaliação do português e da língua estrangeira utilizada).

O tempo de análise de cada trabalho será em torno de dois meses após o depósito em nosso site. O processo de avaliação do artigo se dá inicialmente na submissão de artigos sem a menção do(s) autor(es) e/ou coautor(es) em nenhum momento durante a fase de submissão eletrônica.

A menção dos dados é feita apenas ao sistema que deixa em oculto o (s) nome(s) do(s) autor(es) ou coautor(es) aos avaliadores, com o objetivo de viabilizar a imparcialidade da avaliação. A escolha do avaliador(a) é feita pelo editor de acordo com a área de formação na graduação e pós-graduação do(a) professor(a) avaliador(a) com a temática a ser abordada pelo(s) autor(es) e/ou coautor(es) do artigo avaliado. Terminada a avaliação sem menção do(s) nome(s) do(s) autor(es) e/ou coautor(es) é enviado pelo(a) avaliador(a) uma carta de aceite, aceite com alteração ou rejeição do artigo enviado a depender do parecer do(a) avaliador(a). A etapa posterior é a elaboração da carta pelo editor com o respectivo parecer do(a) avaliador(a) para o(s) autor(es) e/ou coautor(es). Por fim, se o trabalho for aceito ou aceito com sugestões de modificações, o(s) autor(es) e/ou coautor(es) são comunicados dos respectivos prazos e acréscimo de seu(s) dados(s) bem como qualificação acadêmica.

A nossa coleção de livros também se dedica a publicação de uma obra completa referente a monografias, dissertações ou teses de doutorado.

O público terá terão acesso livre imediato ao conteúdo das obras, seguindo o princípio de que disponibilizar gratuitamente o conhecimento científico ao público proporciona maior democratização mundial do conhecimento

Esse novo volume busca discutir sobre o tema da saúde mental e como os profissionais da saúde podem lidar com problemas de adoecimento e qualidade de vida no seu cotidiano de trabalho.

