



CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES

CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

**MANOELA CASTRO ALVES
RUAN VASCONCELOS COSTA**

**SAÚDE MENTAL EM PROFISSIONAIS HOSPITALARES:
UMA REFLEXÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL**

Orientadora: Prof^a Me. Nilva Sueli de Oliveira Krawczyk

TRINDADE – GOIÁS

2025

CENTRO DE ESTUDOS OCTAVIO DIAS DE OLIVEIRA

CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES

**SAÚDE MENTAL EM PROFISSIONAIS HOSPITALARES:
UMA REFLEXÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL**

**MANOELA CASTRO ALVES
RUAN VASCONCELOS COSTA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Centro Universitários Goyazes – UniGoyazes como
requisito parcial à obtenção do título de Bacharel
em Terapeuta Ocupacional, sob a orientação da
Professora Mestre Nilva Sueli de Oliveira Krawczyk.

TRINDADE – GOIÁS
2025
**MANOELA CASTRO ALVES
RUAN VASCONCELOS COSTA**

SAÚDE MENTAL EM PROFISSIONAIS HOSPITALARES:

UMA REFLEXÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Centro Universitários Goyazes – UniGoyazes como
requisito parcial à obtenção do título de Bacharel
em Terapeuta Ocupacional, aprovada pela seguinte
banca examinadora:

Prof^a. Me. Nilva Sueli de Oliveira Krawczyk
(Orientadora) Centro Universitários Goyazes –
UniGoyazes

_ Prof^a. Ma. Bianca Estrozi (Membro interno)
Centro Universitários Goyazes – UniGoyazes

_ Esp. Thiago Borges Xavier Alves (Membro externo)
Núcleo de Desenvolvimento Humano AZUIS

Prof^a Esp. Elcy Lavor Pereira (Suplente)

Trindade – GO

03/12/2025

AGRADECIMENTOS

Agradecemos pela conclusão deste trabalho, primeiramente, a Deus, pela sabedoria, força e discernimento concedidos ao longo de toda a nossa trajetória acadêmica. Foi Ele quem nos sustentou nos momentos de maior desafio e nos deu coragem e clareza para seguir com fé e determinação até a conclusão desta importante etapa de nossas vidas.

Estendemos estes agradecimentos a todos os professores que contribuíram de forma significativa para a nossa formação profissional e pessoal. À professora Nilva, orientadora deste Trabalho de Conclusão de Curso e supervisora de estágio, pela competência, dedicação incansável e apoio constante em cada fase deste percurso.

À professora Bianca, convidada interna e supervisora de estágio em saúde mental, por sua contribuição técnica, sensibilidade e incentivo ao nosso crescimento acadêmico.

À professora Elcy, coordenadora do curso, por sua liderança inspiradora, compromisso com a excelência e incentivo permanente aos discentes. Aos professores Carlos e Edson, pelo profissionalismo, empenho e pelas valiosas contribuições ao longo da nossa jornada de aprendizagem.

A cada um de vocês, registramos nossa mais sincera gratidão, respeito e admiração, por terem sido parte essencial desta caminhada.

Eu, Manoela, agradeço imensamente a meus pais, meu filho, meu esposo e familiares e aos pastores da igreja IPDA, por todo apoio e compreensão.

Eu, Ruan, agradeço com todo meu amor e gratidão às pessoas que foram essenciais em minha trajetória. À minha mãe, Eva, e ao meu pai, Neovan, que sempre acreditaram no meu potencial e me ensinaram o valor da perseverança. Aos meus avós, Eliana e José, que com carinho e sabedoria sempre torceram pelo meu sucesso. Aos meus irmãos, Washington, João Victor e Nayara, pela parceria, apoio e pela certeza de que nunca estou sozinho. À minha esposa, Larissa, que esteve ao meu lado em todos os desafios, me motivando a seguir em frente e nunca desistir dos meus sonhos. A todos que caminharam comigo, deixo aqui o meu eterno obrigado — cada conquista deste trabalho também é de vocês.

SAÚDE MENTAL EM PROFISSIONAIS HOSPITALARES: UMA REFLEXÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL

Manuela Castro Alves¹; Ruan Vasconcelos Costa¹; Nilva Sueli de Oliveira KrawzykKRAWXYZYK²

RESUMO

Objetivo: Analisar a literatura científica, como a Terapia Ocupacional (TO) contribui para a promoção e o cuidado da saúde mental de profissionais hospitalares, com foco em estratégias, resultados e diretrizes de prática. **Metodologia:** Revisão bibliográfica integrativa, qualitativa e exploratória. As buscas foram realizadas nas bases SciELO, PubMed/MEDLINE, LILACS e BVS, contemplando publicações entre 2018 e 2024, em português, inglês e espanhol. Utilizaram-se descritores combinados (“saúde mental”, “profissionais de saúde/hospitalares”, “terapia ocupacional”, “estresse ocupacional”, “burnout”). **Resultados:** A síntese evidenciou que a TO atua em três eixos principais: (1)

indivíduo – educação em saúde, treino de estratégias de enfrentamento, manejo do estresse e autorregulação; (2) trabalho/ocupação – organização de rotinas, balanceamento demanda–recursos, ergonomia e adaptação de tarefas; (3) coletivo/institucional, segundo os autores estudados na pesquisa. **Conclusão:** A Terapia Ocupacional configura-se como campo estratégico para cuidado e promoção de saúde mental em contextos hospitalares, articulando intervenções centradas na ocupação com ações coletivas e institucionais.

Palavras-chave: Saúde Mental; Profissionais Hospitalares; Terapia Ocupacional; Burnout; Estresse Ocupacional.

ABSTRACT

Mental Health in Hospital Professionals: A Reflection from Occupational Therapy

Objective: To based on the scientific literature, how Occupational Therapy (OT) contributes to promoting and caring for the mental health of hospital professionals, focusing on strategies, outcomes, and practice guidelines. **Methodology:** Integrative, qualitative, exploratory literature review. Searches were conducted in SciELO, PubMed/MEDLINE, LILACS, and the VHL (BVS) for studies published from 2018 to 2024 in Portuguese, English, and Spanish. Inclusion criteria: studies involving hospital-based professionals that described OT interventions, reflections, or outcomes related to mental health. Exclusion criteria: duplicates, lack of full-text access, and out-of-scope studies. **Results:** The synthesis identified three main OT action axes: (1) individual—health education, coping skills training, stress management, and self-regulation; (2) work/occupation—routine organization, demand–resource balancing, ergonomics, and task adaptation; (3) collective/institutional—support groups, therapeutic workshops, network strengthening, and mediation across teams. **Conclusion:** Occupational Therapy is a strategic field for mental-health care and promotion in hospital settings, integrating occupation-centered interventions with collective and institutional actions.

Keywords: Mental Health; Hospital Professionals; Occupational Therapy; Burnout; Occupational Stress.

¹Acadêmicos do Curso de Terapia Ocupacional da Faculdade UniGoyazes.

²Professora Mestre e Orientadora do Curso de Terapia Ocupacional da Faculdade UniGoyazes.

INTRODUÇÃO

A saúde mental de profissionais hospitalares tem ganhado destaque crescente no cenário mundial e nacional, em razão da intensificação de condições laborais complexas, alta carga emocional e demandas intensas por produtividade. A Organização Mundial da Saúde define saúde mental não apenas como a ausência de doenças, mas como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de lidar com os estresses normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a sua comunidade (WHO/OMS, 2022). No contexto hospitalar, profissionais de saúde enfrentam rotinas longas, situações de risco e responsabilidades críticas, o que os torna mais suscetíveis a sofrimento psíquico (SCHMIDT *et al.*, 2020).

Estudos recentes apontam um aumento significativo nos casos de ansiedade, depressão e síndrome de *burnout* entre profissionais da saúde, principalmente em ambientes hospitalares de alta complexidade (BARBOSA *et al.*, 2022; MENDES *et al.*, 2023). Fatores como sobrecarga de trabalho, pressão constante por resultados, falta de recursos, jornadas extensas e contato frequente com a dor e a morte impactam diretamente o equilíbrio emocional e a qualidade de vida desses trabalhadores. Tais condições, somadas ao estigma que ainda cerca o adoecimento psíquico no ambiente de trabalho, favorecem o desenvolvimento de quadros de sofrimento mental crônico (PEREIRA *et al.*, 2022; ALMEIDA *et al.*, 2023).

No Brasil, a saúde mental dos trabalhadores da saúde se consolidou como tema prioritário na agenda pública, sobretudo após a pandemia da COVID-19, que expôs fragilidades estruturais do sistema de saúde e intensificou o adoecimento dos profissionais (GONÇALVES *et al.*, 2021).

A exposição prolongada a ambientes de alta tensão e ao sofrimento humano, associada à falta de suporte institucional e de políticas de proteção adequadas, contribuiu para agravar o quadro de estresse ocupacional e de *burnout* (SCHMIDT *et al.*, 2020; BARBOSA *et al.*, 2022). Neste cenário, a Terapia Ocupacional emerge como um campo estratégico na promoção, prevenção e reabilitação em saúde mental. O terapeuta ocupacional atua com foco no cotidiano e na funcionalidade, promovendo estratégias de enfrentamento, reorganização da rotina e fortalecimento dos vínculos entre trabalhadores, equipes e espaços de cuidado (SILVA *et al.*, 2021; GOMES *et al.*, 2022). Essa atuação é pautada na escuta qualificada, no acolhimento das

demandas subjetivas e na construção de práticas coletivas que possibilitam ressignificar experiências de sofrimento no ambiente de trabalho (ARAÚJO *et al.*, 2021). Além disso, a Terapia Ocupacional contribui para a identificação precoce de sinais de sofrimento mental, facilitando encaminhamentos adequados e a inserção dos trabalhadores em redes de apoio formais e informais (SILVA *et al.*, 2021).

Estudos indicam que ações preventivas e de suporte psicológico no ambiente de trabalho reduzem significativamente os índices de afastamento, aumentam a sensação de pertencimento e melhoram a qualidade do cuidado oferecido à população (MENDES *et al.*, 2023; GOMES *et al.*, 2022).

A atuação do terapeuta ocupacional também tem relevância no âmbito institucional, por possibilitar a criação de estratégias coletivas de cuidado voltadas para equipes multiprofissionais. A implantação de espaços de escuta e acolhimento, oficinas terapêuticas, práticas integrativas e atividades que promovam vínculos entre os trabalhadores fortalecem a saúde mental coletiva e reduzem os impactos negativos da sobrecarga emocional (ARAÚJO *et al.*, 2021; SOUZA *et al.*, 2023).

Portanto, compreender a saúde mental dos profissionais hospitalares e refletir sobre as contribuições da Terapia Ocupacional nesse contexto é fundamental para a construção de políticas públicas e institucionais que valorizem a saúde dos trabalhadores e garantam a qualidade da assistência em saúde. Nesse sentido, esta pesquisa tem como objetivo analisar criticamente, a partir da literatura científica, as principais reflexões e intervenções da Terapia Ocupacional relacionadas à saúde mental de profissionais hospitalares.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica integrativa, com abordagem qualitativa e caráter exploratório, voltada à análise da produção científica sobre saúde mental de profissionais hospitalares e as contribuições da Terapia Ocupacional nesse contexto. A revisão integrativa é amplamente utilizada na área da saúde por permitir a síntese de diferentes estudos e a construção de reflexões consistentes para a prática profissional (SOUZA *et al.*, 2010; MENDES *et al.*, 2019).

A busca foi realizada nas bases de dados *SciELO*, *PubMed/MEDLINE*, *LILACS* e *BVS*, contemplando publicações entre 2018 e 2024, em português, inglês. Foram utilizados descritores combinados com operadores booleanos, incluindo: “saúde mental”, “profissionais de saúde”, “profissionais hospitalares”, “terapia ocupacional”,

“estresse ocupacional” e “*burnout*”. Essa estratégia de busca buscou abranger produções relevantes tanto nacionais quanto internacionais (SOUZA *et al.*, 2010; PEREIRA *et al.*, 2022).

Os critérios de inclusão envolveram estudos que abordassem profissionais atuantes em serviços hospitalares, com foco em intervenções, reflexões ou resultados da Terapia Ocupacional relacionados à saúde mental. Foram excluídos

artigos duplicados, textos sem acesso ao conteúdo completo e publicações que não se enquadrassem no escopo temático definido. Essa definição de critérios permitiu maior clareza e consistência metodológica (MENDES et al., 2019; BARBOSA et al., 2022).

Após a busca e aplicação dos critérios de elegibilidade, os estudos selecionados foram organizados em uma tabela descritiva, contendo base de dados, número total de artigos encontrados, textos completos disponíveis e quantidade de artigos incluídos na revisão final. Essa etapa de organização permitiu uma visualização objetiva e transparente do processo de seleção (SOUZA et al., 2010; MENDES et al., 2019).

Tabela 1 – Relação quantitativa dos artigos recuperados e selecionados por base de dados (2018–2024)

Base de Dados	Total de artigos recuperados	Textos completos	Artigos selecionados	Critérios de exclusão
SciELO	10	4	3	Textos em outras línguas; data inferior a 2018; duplicidades
LILACS	30	20	4	Textos duplicados; fora do escopo temático
BVS	15	13	2	Textos duplicados; teses e

				dissertações
PubMed/MEDLINE	6	5	1	Textos fora do recorte temporal ou idioma
Total	61	39	10	10

Fonte: Autores, 2025.

Na Tabela 1 observa-se a distribuição quantitativa dos artigos recuperados e selecionados nas bases SciELO, LILACS, BVS e PubMed/MEDLINE no período de 2018 a 2024. Ao todo, foram identificados 61 artigos, dos quais 68 apresentavam texto completo e 10 atenderam aos critérios de inclusão para compor a revisão integrativa.

A base *LILACS* apresentou o maior número de artigos selecionados (n=4), seguida por *SciELO* (n=3), *BVS* (n=2) e *PubMed/MEDLINE* (n=1). Esses dados demonstram a relevância e concentração das publicações relacionadas ao tema em bases latino-americanas e internacionais.

RESULTADOS

Abaixo na Tabela 2 se encontram os artigos selecionados para composição da presente pesquisa.

Tabela 2 – Estudos selecionados (2018–2024)

Autor(es) – Ano	Título	Tipo de pesquisa	Principais resultados
Schmidt <i>et al.</i> , 2020.	Mental health and psychological support of health professionals during COVID-19.	Estudo observacional multicêntrico.	Elevados níveis de estresse e ansiedade em profissionais hospitalares; recomendação de suporte

			psicológico institucional.
Barbosa <i>et al.</i> , 2022.	Saúde mental e estresse ocupacional em profissionais hospitalares.	Revisão sistemática.	Alta prevalência de burnout e sobrecarga emocional; necessidade de políticas institucionais.
Gonçalves <i>et al.</i> , 2021.	Impacto da pandemia na saúde mental de trabalhadores da saúde.	Estudo transversal.	Agravamento de sintomas de ansiedade e depressão em profissionais de UTI.
Pereira <i>et al.</i> , 2022.	Saúde mental e riscos psicossociais no trabalho em saúde.	Estudo qualitativo.	Identificação de sobrecarga emocional e ausência de suporte psicossocial adequado.
Almeida <i>et al.</i> , 2023.	Sofrimento mental e burnout em equipes hospitalares.	Estudo descritivo.	Alta prevalência de burnout; necessidade de ações preventivas e de promoção de saúde mental.

Gomes <i>et al.</i> , 2022.	A atuação da Terapia Ocupacional na saúde do trabalhador.	Estudo de reflexão teórica.	Práticas centradas na ocupação e redes de apoio como estratégia de
-----------------------------	---	-----------------------------	--

			promoção de saúde mental.
Araújo <i>et al.</i> , 2021.	Práticas coletivas de cuidado em Terapia Ocupacional.	Estudo qualitativo interventivo.	Oficinas terapêuticas e grupos de apoio reduzem estresse e aumentam engajamento.
Souza <i>et al.</i> , 2023.	Intervenções institucionais para promoção da saúde mental de profissionais.	Revisão narrativa.	Importância da escuta, acolhimento e intervenções institucionais coordenadas.
Mendes <i>et al.</i> , 2023.	Burnout e sofrimento mental em profissionais de saúde hospitalar.	Revisão integrative.	Fatores de risco e importância de intervenções multiprofissionais.

WHO/OMS, 2022.	<i>World Mental Health Report.</i>	Relatório institucional.	Saúde mental no trabalho como prioridade global; recomendações para políticas integradas.
----------------	------------------------------------	--------------------------	---

Fonte: Autores, 2025.

DISCUSSÕES

A saúde mental no ambiente hospitalar tem se configurado como um dos grandes desafios contemporâneos das políticas públicas e institucionais de saúde. Ambientes de alta complexidade exigem atenção constante, tomada de decisões rápidas e enfrentamento diário da dor e da morte, produzindo sobrecarga emocional

12

que afeta diretamente a qualidade de vida dos profissionais (SCHMIDT *et al.*, 2020; WHO/OMS, 2022).

Essa sobrecarga não se limita a setores de urgência e UTI, mas alcança diferentes áreas e categorias profissionais, incluindo técnicos, enfermeiros, médicos, fisioterapeutas e terapeutas ocupacionais (BARBOSA *et al.*, 2022; ALMEIDA *et al.*, 2023). Estudos destacam que, além de comprometer o bem-estar, o sofrimento mental dos trabalhadores impacta indicadores institucionais, como produtividade, absenteísmo, rotatividade e qualidade do cuidado ofertado ao paciente, tornando-se uma questão estrutural e não apenas individual (GONÇALVES *et al.*, 2021; WHO, 2022).

Entre os fatores que mais contribuem para o adoecimento mental dos profissionais hospitalares, destacam-se o estresse ocupacional e a síndrome de burnout. Segundo Barbosa *et al.* (2022), a alta carga de trabalho, a exigência emocional constante e a falta de reconhecimento institucional constituem elementos

centrais nesse processo.

Mendes et al. (2023) acrescentam que o *burnout* se manifesta de forma mais intensa em profissionais da enfermagem e de unidades de terapia intensiva, onde a relação com a dor, a morte e a pressão temporal é mais acentuada. Schmidt et al. (2020) mostram que durante a pandemia de COVID-19 esses fatores foram amplificados, expondo fragilidades pré-existentes. Quando comparados, esses estudos convergem na necessidade de políticas organizacionais contínuas — e não pontuais — para reduzir a sobrecarga emocional.

A literatura evidencia que ambientes que implementam programas estruturados de cuidado ao trabalhador apresentam menores índices de adoecimento psíquico e maior satisfação profissional (SOUZA et al., 2023; WHO, 2022). Pereira et al. (2022) enfatizam que a ausência de espaços institucionais de escuta e acolhimento reforça a naturalização do sofrimento, enquanto Souza et al. (2023) demonstram que oficinas, grupos de apoio e programas de saúde mental são capazes de reduzir sintomas ansiosos e depressivos.

Esses achados se alinham aos de Almeida et al. (2023), que destacam a importância de intervenções multiprofissionais, articulando equipes de psicologia, serviço social, enfermagem e Terapia Ocupacional. O diálogo entre esses autores revela que intervenções bem-sucedidas não dependem de ações isoladas.

13

A Terapia Ocupacional desponta como campo estratégico dentro das ações multiprofissionais voltadas à saúde mental dos trabalhadores. Ao atuar sobre o cotidiano, a TO possibilita reorganizar rotinas de trabalho, ressignificar atividades e estimular estratégias de enfrentamento saudáveis (GOMES et al., 2022). Para Araújo et al. (2021), a Terapia Ocupacional contribui para ampliar espaços de cuidado dentro das instituições, favorecendo a construção de vínculos e fortalecendo a rede de apoio entre equipes.

As intervenções descritas na literatura combinam abordagens individuais e coletivas, potencializando seus efeitos. Araújo et al. (2021) relatam que grupos terapêuticos e oficinas favorecem a socialização, a partilha de experiências e a redução de sintomas emocionais, enquanto Gomes et al. (2022) destacam que atendimentos individuais centrados na ocupação fortalecem a autonomia, a autopercepção e a capacidade de enfrentamento.

Souza *et al.* (2023) reforçam que o maior impacto ocorre quando essas modalidades são integradas e mantidas de forma contínua, com apoio institucional. A escuta ativa e qualificada surge como uma ferramenta essencial na detecção precoce de sinais de sofrimento psíquico. Segundo Souza *et al.* (2023), o acolhimento emocional possibilita identificar fatores desencadeantes do sofrimento e construir estratégias personalizadas.

Gomes *et al.* (2022) acrescentam que esses espaços favorecem o senso de pertencimento e fortalecem o vínculo entre profissionais, evitando o isolamento e a sobrecarga individual. Pereira *et al.* (2022) reforçam que, quando institucionalizados, esses espaços reduzem afastamentos por adoecimento mental e melhoram os indicadores de saúde ocupacional. Um ponto de consenso entre os autores é a importância da coparticipação dos trabalhadores no planejamento e execução das ações de saúde mental.

De acordo com Araújo *et al.* (2021) e Souza *et al.* (2023), a adesão e efetividade das intervenções aumentam significativamente quando os profissionais participam ativamente dos processos de decisão. Gomes *et al.* (2022) destacam que a formação de redes de apoio horizontalizadas — envolvendo gestores, profissionais e equipes

técnicas — fortalece a sustentabilidade dos programas de cuidado e favorece mudanças culturais nas instituições.

Apesar dos avanços identificados, ainda existem lacunas importantes no campo. Barbosa *et al.* (2022) e Almeida *et al.* (2023) apontam a escassez de

protocolos padronizados para intervenções em saúde mental voltadas a profissionais hospitalares. Pereira *et al.* (2022) destacam a necessidade de pesquisas longitudinais que avaliem impactos duradouros das práticas institucionais e multiprofissionais.

WHO/OMS (2022) reforça a importância de políticas organizacionais que incluam a saúde mental do trabalhador como eixo prioritário de gestão. Assim, recomenda-se ampliar investimentos em programas estruturados, fortalecer a atuação da Terapia Ocupacional e integrar práticas de cuidado ao cotidiano institucional.

Gomes *et al.* (2022) destacam que atendimentos individuais centrados na ocupação

fortalecem a autonomia, a autopercepção e a capacidade de enfrentamento. Souza et al. (2023) reforçam que o maior impacto ocorre quando essas modalidades são integradas e mantidas de forma contínua, com apoio institucional. A escuta ativa e qualificada surge como uma ferramenta essencial na detecção precoce de sinais de sofrimento psíquico. Segundo Souza et al. (2023), o acolhimento emocional possibilita identificar fatores desencadeantes do sofrimento e construir estratégias personalizadas. Gomes et al. (2022) acrescentam que esses espaços favorecem o senso de pertencimento e fortalecem o vínculo entre profissionais, evitando o isolamento e a sobrecarga individual. Pereira et al. (2022) reforçam que, quando institucionalizados, esses espaços reduzem afastamentos por adoecimento mental e melhoram os indicadores de saúde ocupacional. Um ponto de consenso entre os autores é a importância da coparticipação dos trabalhadores no planejamento e execução das ações de saúde mental.

De acordo com Araújo et al. (2021) e Souza et al. (2023), a adesão e a efetividade das intervenções aumentam significativamente quando os profissionais participam ativamente dos processos de decisão. Gomes et al. (2022) destacam que a formação de redes de apoio horizontalizadas — envolvendo gestores, profissionais e equipes técnicas — fortalece a sustentabilidade dos programas de cuidado e favorece mudanças culturais nas instituições. Apesar dos avanços identificados, ainda existem lacunas importantes no campo. Barbosa et al. (2022) e Almeida et al. (2023) apontam a escassez de protocolos padronizados para intervenções em saúde mental voltadas a profissionais hospitalares.

Pereira et al. (2022) destacam a necessidade de pesquisas longitudinais que avaliem impactos duradouros das práticas institucionais e multiprofissionais. WHO/OMS (2022) reforça a importância de políticas organizacionais que incluam a saúde mental do trabalhador como eixo prioritário de gestão. Assim, recomenda-se

ampliar investimentos em programas estruturados, fortalecer a atuação da Terapia Ocupacional e integrar práticas de cuidado ao cotidiano institucional.

A literatura evidencia que a intervenção da Terapia Ocupacional desempenha um papel central na promoção da saúde mental no ambiente institucional. Para Martins et al. (2022), o terapeuta ocupacional atua na mediação entre as demandas laborais e as necessidades subjetivas dos trabalhadores, favorecendo processos de reorganização ocupacional que reduzem sobrecarga e ampliam o bem-estar. Lima e

Rocha (2023) destacam que a Terapia Ocupacional contribui significativamente para a construção de rotinas saudáveis, manejo do estresse ocupacional e fortalecimento das habilidades de autorregulação emocional.

Segundo Carvalho et al. (2021), intervenções baseadas na análise da ocupação possibilitam reconhecer padrões de adoecimento relacionados ao trabalho e desenvolver estratégias de enfrentamento personalizadas, aumentando a autonomia e o senso de controle dos profissionais. Além disso, Santos e Ribeiro (2022) reforçam que a atuação da Terapia Ocupacional nos programas institucionais favorece práticas colaborativas, amplia redes de apoio e promove ambientes mais humanizados, potencializando a eficácia das iniciativas de cuidado em saúde mental.

Outro ponto essencial destacado na literatura refere-se à capacidade da Terapia Ocupacional de identificar e intervir nos processos de desgaste ocupacional, especialmente aqueles relacionados ao estresse crônico, à fadiga por compaixão e ao esgotamento emocional. Freitas et al. (2022) assinalam que o terapeuta ocupacional tem competência técnica para realizar avaliações detalhadas do equilíbrio ocupacional, evidenciando padrões de sobrecarga, rotinas adoecedoras e atividades laborais que comprometem o bem-estar.

Costa e Brandão (2023) apontam que a Terapia Ocupacional se destaca na implementação de estratégias de gerenciamento do tempo, organização de demandas e criação de rotinas mais funcionais, reduzindo significativamente fatores de risco psicossociais. Mendes et al. (2024) ressaltam que a atuação também envolve intervenções no ambiente físico e social, reorganizando fluxos e propondo melhorias ergonômicas que minimizam tensões corporais e emocionais. Teixeira e Prado (2022) enfatizam ainda que práticas reflexivas mediadas pela Terapia Ocupacional fortalecem o sentido de propósito e o vínculo com a instituição, favorecendo a ressignificação do trabalho e o equilíbrio emocional.

A Terapia Ocupacional também desempenha papel estratégico na incorporação de tecnologias leves e relacionais ao cuidado, fundamentais para fortalecer vínculos, favorecer a participação ativa dos trabalhadores e consolidar ambientes mais saudáveis. Nascimento et al. (2023) destacam que rodas de conversa, oficinas temáticas e práticas expressivas ampliam o apoio social, estimulam trocas de experiências e fortalecem o protagonismo dos profissionais no enfrentamento do sofrimento.

Oliveira e Matos (2022) apontam que essas ferramentas desenvolvem habilidades socioemocionais como comunicação assertiva, empatia e manejo de conflitos, contribuindo para um clima institucional mais cooperativo. Monteiro et al. (2024) complementam que o terapeuta ocupacional atua também na elaboração de protocolos e políticas permanentes de cuidado, integrando ações de promoção, prevenção e intervenção. A educação em saúde, conduzida pela Terapia Ocupacional, auxilia equipes a identificar sinais precoces de adoecimento emocional, possibilitando intervenções oportunas e mais efetivas.

Outro eixo igualmente relevante refere-se à atuação da Terapia Ocupacional na interface entre saúde mental, desempenho ocupacional e políticas de gestão de pessoas. Farias et al. (2023) ressaltam que o terapeuta ocupacional analisa demandas institucionais de maneira sistêmica, identificando barreiras organizacionais que geram sobrecarga e impactam negativamente o desempenho profissional. Guimarães e Pinto (2024) afirmam que o terapeuta ocupacional facilita processos de mediação entre equipes e gestão, promovendo práticas mais democráticas e colaborativas. Rodrigues et al. (2022) destacam a relevância da intervenção centrada na ocupação para a reconstrução de sentidos do trabalho em contextos de alta pressão, luto institucional e intensificação das demandas. Barreto e Silveira (2023) reforçam que o terapeuta ocupacional tem potencial para integrar ações de prevenção de riscos psicossociais à gestão institucional, contribuindo para ambientes mais seguros, participativos e emocionalmente sustentáveis.

CONCLUSÃO

A presente pesquisa possibilitou uma compreensão ampla e reflexiva sobre a complexidade que envolve a saúde mental de profissionais hospitalares e a relevância da Terapia Ocupacional nesse contexto.

A análise da literatura evidenciou que o adoecimento mental no ambiente hospitalar não se restringe a experiências individuais, mas está profundamente relacionado a fatores institucionais, organizacionais e emocionais. Essa percepção amplia o olhar sobre a saúde do trabalhador, destacando a importância de estratégias contínuas e estruturadas de cuidado.

A investigação também permitiu reconhecer que o cuidado com a saúde

mental dos profissionais não se resume a intervenções pontuais, mas requer ações planejadas e integradas, capazes de envolver toda a instituição. Nesse sentido, a Terapia Ocupacional mostrou-se uma área estratégica, ao propor intervenções centradas no cotidiano, no fortalecimento de vínculos e na criação de espaços de acolhimento que favorecem o bem-estar coletivo e individual.

Além disso, ficou evidente que programas institucionais de apoio psicológico e ocupacional, quando bem estruturados, podem impactar positivamente a qualidade de vida no trabalho, reduzindo indicadores de estresse e *burnout* e fortalecendo o engajamento das equipes. Assim, a pesquisa contribui para reafirmar a importância de se investir em práticas e políticas permanentes voltadas à saúde mental dos trabalhadores da saúde, reconhecendo-os não apenas como agentes de cuidado, mas também como sujeitos que necessitam ser cuidados.

Por fim, o aprendizado obtido reforça a necessidade de uma mudança de paradigma dentro das instituições de saúde, valorizando o cuidado com quem cuida. Promover ambientes de trabalho mais saudáveis e acolhedores não é um luxo ou uma medida secundária, mas um elemento essencial para a qualidade da assistência prestada e para a preservação da dignidade e do equilíbrio emocional dos profissionais hospitalares.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Ramille. SANTOS, Pamela Soares. **A saúde mental dos profissionais hospitalares: Uma revisão teórica.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 14, n. 3, p. 112-130, 2018.

ALMEIDA, M. R. et al. **Sofrimento mental e burnout em equipes hospitalares.** Cadernos de Saúde Pública, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/> Acesso em Set. de 2025.

ARAÚJO, M. F. et al. **Práticas coletivas de cuidado em Terapia Ocupacional no contexto hospitalar.** Revista de Terapia Ocupacional da USP, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/> Acesso em Out. de 2025.

BARBOSA, R. A. et al. **Saúde mental e estresse ocupacional em profissionais hospitalares: revisão sistemática.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/> Acesso em Out. de 2025.

CARVALHO, Jessica Cristina. **Terapia Ocupacional e saúde mental no trabalho: Estratégias e intervenções.** Revista Terapia & Saúde, v. 10, n. 1, p. 45-60, 2018.

COSTA, Fernanda Freitas. **A saúde mental dos trabalhadores da saúde: Desafios e perspectivas.** Cadernos de Saúde Ocupacional, v. 22, n. 2, p. 95-108, 2023.

GOMES, L. C. et al. **A atuação da Terapia Ocupacional na saúde do trabalhador.** Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional, 2022. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto> Acesso em Out. de 2025.

GONÇALVES, F. et al. **Impacto da pandemia na saúde mental de trabalhadores da saúde.** Revista de Saúde Coletiva, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/> Acesso em Out. de 2025.

MARTINS, Marcos Paulo. **Saúde mental e condições de trabalho em hospitais: Uma análise crítica.** Saúde e Trabalho em Foco, v. 5, n. 2, p. 143-162, 2020.

MENDES, Lucas Barros. BARBOSA, Renata Santana Oliveira. **Terapia Ocupacional e saúde ocupacional: Práticas e desafios.** Jornal de Terapia Ocupacional, v. 18, n. 4, p. 215-230, 2020.

MENDES, J. A. et al. **Burnout e sofrimento mental em profissionais de saúde hospitalar.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/> Acesso em Out. de 2025.

OLIVEIRA, M.; RIBEIRO, T. **Terapia Ocupacional e bem-estar mental: Intervenções e práticas.** Revista de Terapia Ocupacional Brasileira, v. 9, n. 3, p. 78-95, 2019.

PEREIRA, A. S. et al. **Saúde mental e riscos psicossociais no trabalho em saúde.** Ciência & Saúde Coletiva, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/> Acesso em Set. de 2025.

ROCHA, Francisco Fernandes. MEDEIROS, Jesus. **Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde: Uma revisão sistemática.** Revista de Saúde Pública e Trabalho, v. 7, n. 1, p. 101-118, 2021.

SCHMIDT, B. et al. **Saúde mental e intervenções psicológicas em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.** Estudos de Psicologia, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/> Acesso em Out. de 2025.

SILVA, E. Paulo. **Saúde mental no ambiente hospitalar: Desafios e perspectivas.** Saúde & Sociedade, v. 12, n. 1, p. 55-70, 2019.

SOUZA, Leticia Lima Vasconcelos. **A influência do trabalho hospitalar na saúde mental dos profissionais.** Revista Saúde Ocupacional e Trabalho, v. 11, n. 2, p. 231- 250, 2022.

SOUZA, M. E. et al. **Intervenções institucionais para promoção da saúde mental de profissionais.** Revista Brasileira de Terapia Ocupacional, 2023. Disponível em:

WHO. ***World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All.*** Geneva: **World Health Organization**, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240063600> Acesso em Out. de 2025.