

ENTRE O APRENDIZADO E A EXAUSTÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A SAÚDE MENTAL DE RESIDENTES DE ENFERMAGEM EM CARDIOLOGIA

Saúde mental; Enfermagem; Residência não médica e não odontológica.

Introdução

A residência em enfermagem constitui uma modalidade de formação em serviço que promove o desenvolvimento de competências técnicas, científicas e assistenciais por meio da inserção do profissional em diferentes cenários de prática. Entretanto, a elevada carga horária e as múltiplas responsabilidades inerentes ao processo formativo podem repercutir na saúde física e mental dos residentes. Este estudo teve como objetivo relatar as vivências de residentes de enfermagem em cardiologia do primeiro e segundo ano, refletindo sobre os impactos das exigências da formação em serviço na saúde mental.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, elaborado a partir das vivências de residentes de enfermagem em cardiologia durante os dois anos de formação. O relato contempla experiências relacionadas à inserção em diferentes cenários assistenciais, às atividades teóricas, científicas e acadêmicas, bem como aos desafios emocionais inerentes à rotina da residência.

Resultados / Discussão

No primeiro ano, destacaram-se os desafios relacionados à adaptação aos diferentes cenários de prática, aos protocolos institucionais e ao relacionamento com as equipes multiprofissionais. Nesse período, os residentes atuaram na Emergência, Unidade de Terapia Intensiva e Atenção Básica, prestando assistência à pacientes com diferentes perfis clínicos. Paralelamente, foi necessário conciliar atividades assistenciais, aulas teóricas, estudos, pesquisas e participação em eventos científicos, reduzindo o tempo destinado ao descanso, lazer e convívio social. Apesar das dificuldades, esse período favoreceu o desenvolvimento da autonomia, do raciocínio clínico e da tomada de decisão. No segundo ano, observou-se intensificação das responsabilidades, com atuação em setores de alta complexidade de um hospital de referência em cardiologia, associada ao desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Residência. Essas vivências contribuíram para a consolidação das competências técnico-científicas, fortalecimento da identidade profissional e aprimoramento das habilidades clínicas. Contudo, também intensificaram o desgaste físico e emocional decorrente da elevada carga assistencial e acadêmica. A progressão das exigências ao longo da formação evidenciou a complexidade da residência em enfermagem, na qual o intenso processo de aprendizagem ocorre simultaneamente ao aumento da sobrecarga de trabalho. Essa experiência reforça a importância de refletir sobre estratégias institucionais que favoreçam a qualidade da formação, preservem o bem-estar dos residentes e promovam um ambiente propício ao desenvolvimento profissional.

Considerações Finais

A residência em enfermagem em cardiologia representa um importante processo de formação, promovendo o desenvolvimento de competências essenciais para uma assistência segura e de qualidade. Entretanto, a elevada carga de atividades assistenciais, acadêmicas e científicas pode comprometer a saúde física e mental dos residentes. A experiência relatada evidencia a necessidade de refletir sobre o equilíbrio entre as exigências de formação e a preservação do bem-estar dos residentes, considerando que o acúmulo de responsabilidades pode comprometer tanto a qualidade da aprendizagem quanto a qualidade de vida. Assim, torna-se fundamental que os programas de residência adotem estratégias que conciliem excelência formativa, apoio institucional e promoção da saúde mental, favorecendo um processo de aprendizagem sustentável sem que este ocorra às custas do adoecimento dos residentes.

Referência Bibliográfica

MARTINS, J. J. B.; DINIZ, J. A.; TIAGO, A. C. S. Sobrecarga de trabalho e saúde mental em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa de literatura. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 8, n. 19, 2025. SANTOS, A. C.; et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem em serviços de urgência e emergência: revisão integrativa da literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 2026. SILVA, A. C.; et al. Saúde mental de residentes multiprofissionais em saúde: revisão integrativa. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 14, 2022.