

O IMPACTO DA CARGA LABORAL E DO CENÁRIO DE ALTA COMPLEXIDADE NA SAÚDE MENTAL DE RESIDENTES MULTIPROFISSIONAIS

Carga de trabalho; Saúde Mental; Residência Multiprofissional

Introdução

Os programas de Residência Multiprofissional em Saúde (RMS) são fundamentais para consolidar o modelo tecno-assistencial do SUS por meio da educação permanente em serviço. Contudo, a transição acadêmico-profissional expõe os residentes a cobranças intensas e à responsabilidade de gerenciar pacientes críticos. Essa inserção na rotina de alta complexidade e a constante exposição à gravidade dos casos e à morte justificam a necessidade de investigar os impactos gerados na saúde de quem cuida. Assim, o objetivo deste estudo é analisar o impacto da carga horária laboral e do cenário de alta complexidade na saúde mental, nos níveis de estresse e na qualidade de vida de residentes multiprofissionais.

Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica com análise de evidências sobre a saúde de residentes em programas multiprofissionais, englobando fisioterapia, enfermagem, psicologia, nutrição, entre outras categorias. Foram integrados dados de pesquisas de caráter transversal e longitudinal. Nesses programas, os residentes cumprem uma jornada padrão de 60 horas semanais distribuídas em atividades teóricas e práticas. A coleta e a mensuração do estado biopsicossocial dos participantes nas literaturas analisadas ocorreram por meio de instrumentos validados: o Inventário Maslach de Burnout (IMB), o questionário de qualidade de vida Short Form 36 (SF-36), o WHOQOL-Bref e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21).

Resultados / Discussão

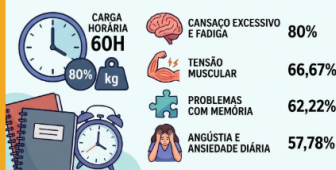
Os dados demonstram uma alta prevalência de sofrimento psíquico nos programas de residência. Constatou-se que 77,8% dos residentes multiprofissionais apresentam indicativos de estresse, predominantemente concentrados nas fases de resistência (60%) e quase-exaustão (17,8%), indicando uma severa quebra no equilíbrio interno do organismo. Fisicamente, a sensação de desgaste constante e o cansaço excessivo acometem 80% dos indivíduos. No âmbito mental, estudos apontam prevalências alarmantes de depressão (86,4%), ansiedade (92,2%) e estresse (90,7%), com forte associação a fatores laborais como plantões extras frequentes, carga de trabalho excessiva e baixa satisfação com o treinamento. Longitudinalmente, observa-se uma piora progressiva e significativa da qualidade de vida global e da saúde mental ao longo dos dois anos de curso, acompanhada pelo aumento da exaustão emocional e queda na realização pessoal. A sobrecarga e as tensões interpessoais, como relações difíceis com pacientes e falta de suporte das preceptorias, drenam a energia dos residentes. Isso induz a respostas adaptativas negativas, incluindo isolamento, distanciamento interpessoal, prejuízos na vida sexual e uma drástica redução na capacidade de aproveitar a vida.

Considerações Finais

A exaustiva carga laboral de 60 horas semanais somada à pressão inerente aos ambientes críticos de alta complexidade compromete severamente a saúde mental e a qualidade de vida dos residentes multiprofissionais. Torna-se imperativo que as instituições de saúde e os núcleos docentes estruturantes superem o modelo que reduz o residente a um mero "tocador de serviço". É urgente a implementação de estratégias de acolhimento, monitoramento do estado emocional, otimização das preceptorias e oferta de suporte psicológico sistemático, salvaguardando o bem-estar do profissional e garantindo a segurança e a qualidade da assistência prestada.

Imagens Anexas

PRINCIPAIS SINTOMAS DE ESTRESSE EM RESIDENTES (LIPP)



Referência Bibliográfica

SANCHES, V. S. et al. Burnout e Qualidade de Vida em uma Residência Multiprofissional. Rev. Bras. Educ. Med., v. 40, n. 3, p. 430-436, 2016. VIEIRA, A. et al. A qualidade de vida de quem cuida da saúde. RGSS, v. 8, n. 3, p. 371-383, 2019. SU, P. et al. Unveiling the hidden struggles: A cross-sectional study. Medicine, v. 104, n. 46, p. e45500, 2025. CAHÚ, R. A. G. et al. Estresse e qualidade de vida em residência multiprofissional em saúde. RBTC, v. 10, n. 2, p. 76-83, 2014.