

Perturbação Mental Prévia e Bem-Estar Psicológico em Enfermeiros: Impacto na Saúde Mental e no Sono

Jeniffer Cruz¹, Manuel Brás², Eugénia Anes²



Instituto Politécnico de Bragança,
Auditório Alcino Miguel
9h30 às 17h30
11 de julho de 2025



¹Escola Superior de Saúde - Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

²Escola Superior de Saúde & LiveWell Research Center, Polytechnic Institute of Bragança, Portugal.

INTRODUÇÃO: Profissionais de enfermagem com diagnóstico prévio de perturbação mental revelam maior vulnerabilidade emocional, sobretudo em contextos de elevada pressão laboral. Este perfil tem sido subvalorizado, apesar do impacto negativo no bem-estar e na qualidade dos cuidados (Mohamud et al., 2025; Kaur et al., 2024).

OBJETIVOS: Analisar a associação entre diagnóstico prévio de perturbação mental e níveis de depressão, ansiedade, stress e sono.

METODOLOGIA: Quantitativa, Estudo quantitativo, observacional, transversal e correlacional. Amostragem não probabilística, amostra de **118 enfermeiros**. Instrumentos: **EADS-21** (Apóstolo et al., 2006) e **PSQI-PT**. Análise: **Teste de Mann-Whitney** ($p < 0,05$). tica: Declaração de Helsínquia e Convenção de Oviedo

POPULAÇÃO ALVO: Enfermeiros no ativo com e sem diagnóstico prévio de perturbação mental, representando uma amostra diversa e realista da força de trabalho em enfermagem em Portugal (ICN, 2025).

RESULTADOS: Tabela Indicadores por Diagnóstico Prévio.

Grupo	Depressão	Ansiedade	Stress	PSQI (Sono)
Sem Diagnóstico	5.4	5.1	6.0	6.1
Com Diagnóstico	10.2	9.3	11.0	8.2

Gráfico: 1

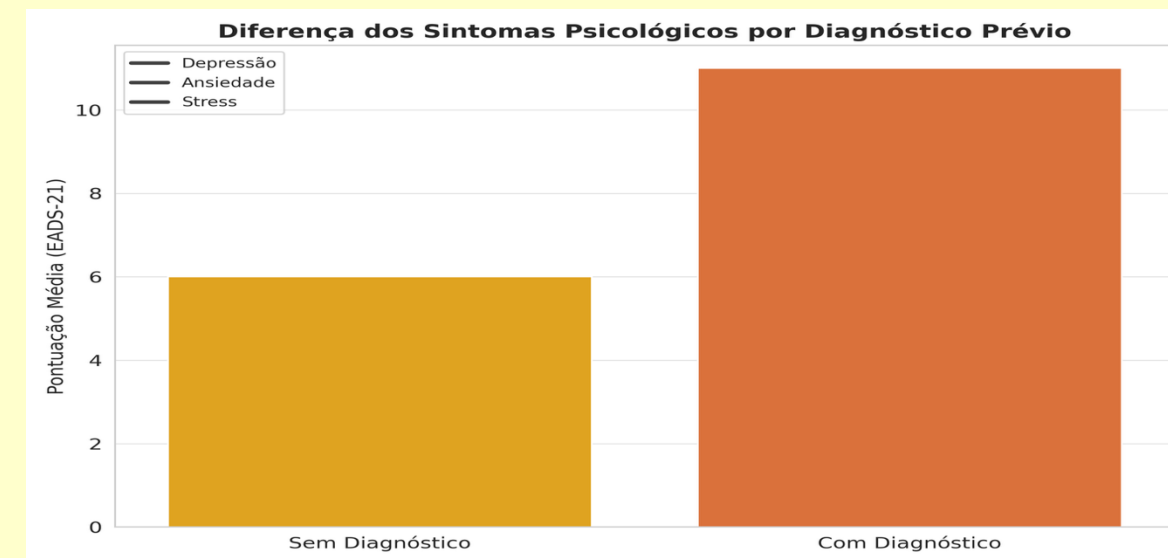
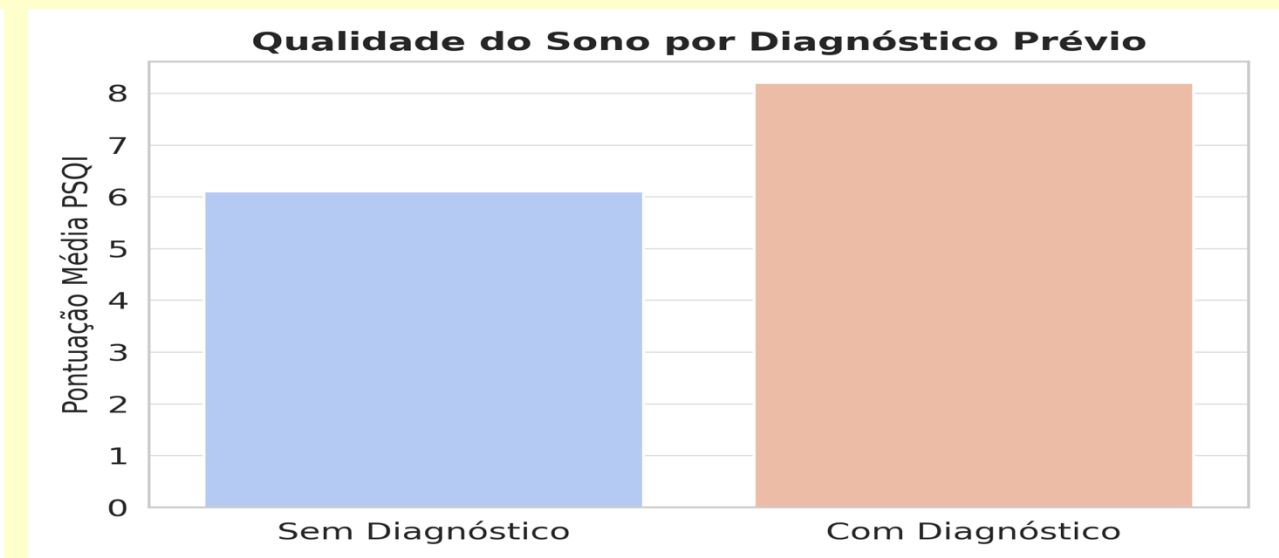


Gráfico: 2



DISCUSSÃO: Os resultados evidenciam uma **vulnerabilidade clínica e funcional** nos profissionais com historial de perturbação mental. Estes dados estão alinhados com a literatura recente (Mohamud et al., 2025; Kaur et al., 2024; ICN, 2025) e reforçam a urgência de **estratégias institucionais de suporte emocional estruturado**.

CONCLUSÕES: O diagnóstico prévio deve ser reconhecido como **marcador de risco**. É essencial criar políticas de **acompanhamento contínuo e proteção da saúde mental** para garantir a sustentabilidade dos serviços de saúde.

PALAVRAS CHAVE: Transtorno mental; Saúde ocupacional; Sono; Enfermagem; Vulnerabilidade psíquica.

REFERENCIAS

- Apóstolo, J., Mendes, A. C., & Azeredo, Z. A. (2006). Adaptação da EADS-21 para a população portuguesa. *Revista de Enfermagem Referência*, 2(4), 9–17.
- Mohamud, R. Y. H., Osman, M. A., & Yusuf, A. H. (2025). Mental health and sleep among Somali nurses: A cross-sectional analysis. *BMC Nursing*, 24(18). <https://doi.org/10.1186/s12912-025-00945-0>
- Kaur, J., Mehta, P., & Verma, R. (2024). Poor sleep among Indian nurses: Associations with stress and emotional fatigue. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(4), 102–109.
- Cordeiro, R., Silva, L. F., & Costa, S. (2020). Stress e coping em profissionais de saúde: implicações para o autocuidado. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 24, 51–59.
- International Council of Nurses (ICN). (2025). *Caring for nurses is an economic imperative*. Geneva: ICN.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- World Medical Association (WMA). (2013). Declaration of Helsinki – Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191–2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Conselho da Europa. (1997). *Convenção sobre os Direitos Humanos e a Biomedicina (Convenção de Oviedo)*. Estrasburgo: Conselho da Europa.