

TRABALHO EMOCIONAL E ESTRATÉGIAS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL ENTRE PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Paulo Rocha Neto¹; Juliana Batista Ponciano²; Eduarda Capucho Bugareli³; Julia do Carmo Loureiro Martins⁴; Maria Isabel Lopes Guimarães de Almeida⁵; Alice Venâncio Torres⁶; Mirla Borghi⁷; Gleison Alves De Souza Batista⁸; Gioncarlos Silva Moreno⁹; Urânia Souza De Jesus¹⁰; Sarah Leite Gomes¹¹; Márcia Glayde Silva Matos Figueredo¹²

neto_sjp2@yahoo.com.br

Introdução: A prática profissional em saúde exige, além do conhecimento técnico, a capacidade de lidar com emoções relacionadas ao sofrimento, à dor e às expectativas dos pacientes e familiares. O trabalho emocional corresponde ao esforço realizado pelos profissionais para administrar seus sentimentos e expressar respostas consideradas adequadas durante o cuidado. **Objetivo:** Discutir os principais aspectos relacionados ao trabalho emocional e à regulação das emoções nos profissionais da saúde, bem como suas repercussões sobre a saúde mental e a qualidade da assistência. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, utilizando publicações científicas consideradas relevantes para a compreensão dos mecanismos de regulação emocional e de seus impactos no contexto ocupacional. **Resultados e Discussão:** Evidenciou-se que a necessidade contínua de controlar emoções diante de situações de sofrimento e pressão assistencial pode gerar importante desgaste psicológico. Estratégias superficiais de regulação emocional, baseadas na supressão ou na simulação de sentimentos, mostraram associação com maior ocorrência de fadiga por compaixão, redução da satisfação profissional e desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Por outro lado, formas mais profundas de regulação emocional, associadas à inteligência emocional, à empatia e ao suporte social, contribuem para relações interpessoais mais saudáveis e maior equilíbrio psicológico. Além disso, ambientes institucionais que favorecem acolhimento e valorização profissional apresentam impacto positivo sobre o bem-estar dos trabalhadores. **Considerações Finais:** O trabalho emocional constitui elemento essencial das profissões da saúde e deve ser reconhecido como componente relevante da saúde ocupacional. O fortalecimento das competências emocionais e a implementação de estratégias de apoio institucional são fundamentais para a prevenção do sofrimento psíquico e para a construção de ambientes laborais mais saudáveis e humanizados.

Palavras-chave: Gestão das emoções; Profissionais da saúde; Exigências emocionais.

Área Temática: Saúde Coletiva.