



ENTRE O CUIDAR E O ADOECER: REVISÃO SOBRE FADIGA POR COMPAIXÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

BETWEEN CARING AND GETTING SICK: A REVIEW OF COMPASSION FATIGUE IN CLINICAL PSYCHOLOGY

Anne Emanuelle Cipriano da Silva   Universidade de Brasília, Distrito Federal,
Brasil.



**Revista
Práxis em Saúde**

Ano III | Volume III | n II | Florianópolis | 2025 | ISSN: 2966-1056

DOI: <https://doi.org/10.56579/prxis.v3i2.2418>

ENTRE O CUIDAR E O ADOECER: REVISÃO SOBRE FADIGA POR COMPAIXÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

BETWEEN CARING AND GETTING SICK: A REVIEW OF COMPASSION FATIGUE IN CLINICAL PSYCHOLOGY

Anne Emanuelle Cipriano da Silva¹

Resumo: Profissionais da psicologia atuam em diferentes contextos profissionais e lidam cotidianamente com demandas marcadas por traumas, finitude, sofrimento psíquico e emoções intensas. Em razão da natureza empática e contínua desse trabalho, esses profissionais estão expostos a um sofrimento específico, denominado na literatura como fadiga por compaixão, condição que pode comprometer o bem-estar e a qualidade de vida do profissional. Este estudo tem como objetivo discutir a fadiga por compaixão em psicólogas e psicólogos atuantes na clínica, a partir de uma revisão narrativa, com base nas diretrizes do modelo PRISMA. A coleta foi realizada no mês de abril de 2025, utilizando as bases de dados PUBMED e LILACS, resultando em 57 artigos. Após a triagem e aplicação dos critérios de elegibilidade, foram selecionados 4 estudos para análise. Os resultados indicam predominância de pesquisas de abordagem qualitativa, com uso recorrente de entrevistas semiestruturadas. O recrutamento dos participantes foi realizado majoritariamente por meio de mídias sociais e redes profissionais da psicologia. Entretanto, a análise dos estudos revela ausência de coesão teórica, fragilidades metodológicas, amostras reduzidas e resultados que, embora relevantes, abordam de forma superficial a complexidade que atravessa o trabalho clínico em psicologia.

Palavras-chave: Fadiga por compaixão; Psicologia Clínica; Saúde Mental; Trabalho.

Abstract: Psychology professionals work in different professional contexts and deal on a daily basis with demands marked by trauma, finitude, psychological suffering and intense emotions. Due to the empathetic and continuous nature of this work, these professionals are exposed to specific suffering, referred to in the literature as compassion fatigue, a condition that can compromise their well-being and quality of life. The aim of this study is to discuss compassion fatigue in psychologists working in clinics, based on a narrative review using the PRISMA guidelines. The data was collected in April 2025 using the PUBMED and LILACS databases, resulting in 57 articles. After screening and applying the eligibility criteria, four studies were selected for analysis. The results indicate a predominance of qualitative research, with recurrent use of semi-structured interviews. The majority of participants were recruited through social media and professional psychology networks. However, an analysis of the studies reveals a lack of theoretical cohesion, methodological weaknesses, small samples and results which, although relevant, take a superficial approach to the complexity of clinical work in psychology.

Keywords: Compassion Fatigue; Clinical Psychology; Mental Health; Work.

¹ Doutoranda pela Universidade de Brasília, desenvolve pesquisa no campo da Psicologia Social e do Trabalho. Mestra em Psicologia (UNIR). Mestra em Ciências das Religiões (UFPB). Atua como psicóloga clínica. E-mail: anneapsi13@gmail.com

INTRODUÇÃO

A prática clínica em psicologia envolve a exposição dos profissionais ao sofrimento alheio, o que pode resultar em um fenômeno denominado na literatura como fadiga por compaixão (FC). O esgotamento emocional decorrente da escuta empática e exposição contínua a vivências traumáticas e dolorosas pode impactar diretamente a qualidade de vida de profissionais que atuam nesta área (Lago; Codo, 2010; Barbosa; Souza; Moreira, 2014). Para Figley (1995), a FC é uma manifestação do estresse traumático secundário (STS), onde o profissional desenvolve sintomas semelhantes ao transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), porém como consequência do contato estabelecido por meio de sua prática profissional, sem vivenciar diretamente o trauma. A denominação de FC, como subproduto do STS, proposta por Figley (1995) entretanto, ainda gera imprecisões conceituais na literatura, dificultando a delimitação clara do fenômeno (Lago; Codo, 2010).

Embora a FC também seja estudada em outras categorias da saúde (Barbosa; Souza; Moreira, 2014), no caso de psicólogos clínicos, o risco se torna singular, dado que sua prática profissional é fundamentada na empatia, um elemento presente no fenômeno da FC e o contato com o sofrimento humano como parte central da sua atuação. A intensidade e frequência do contato emocional profundo, aliados à responsabilidade ética, tornam a investigação da FC em psicólogos clínicos ainda mais relevante (Kercher; Rahman; Pedersen, 2024; Padmanabhanunni; Gqomfa, 2022). Diante disso, este estudo tem como objetivo discutir a fadiga por compaixão em psicólogas e psicólogos atuantes na clínica, buscando refletir sobre os impactos emocionais e as implicações para a saúde mental.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

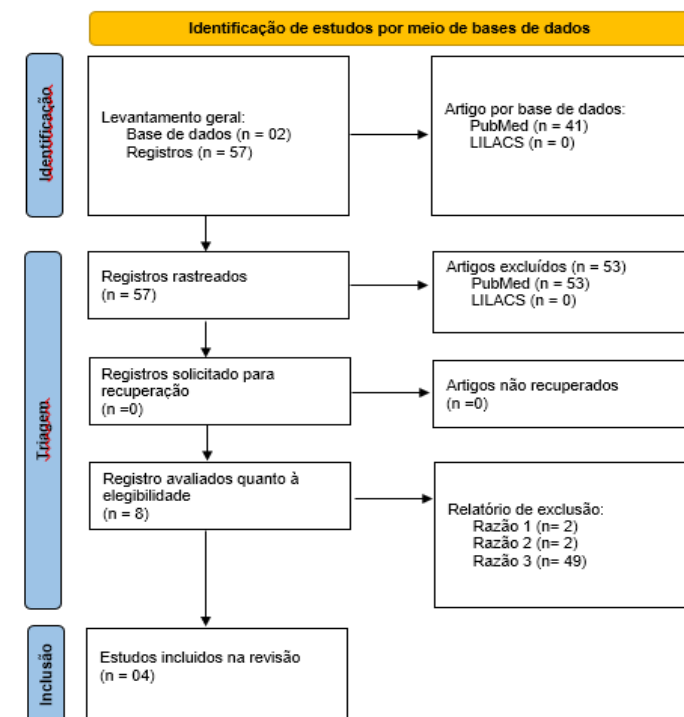
Foi realizada uma revisão integrativa, seguindo os critérios estabelecidos pelas diretrizes do modelo PRISMA (Page, *et al.*, 2021), complementada por uma abordagem narrativa, considerando tratar-se de um tema emergente e com limitações conceituais. O uso combinado dessas abordagens permitiu associar o rigor metodológico com a flexibilidade interpretativa.

A partir da pergunta de pesquisa: “De que modo a Fadiga por Compaixão em psicólogos clínicos tem sido pesquisada nos últimos cinco anos?”, foram

selecionados os seguintes descritores: “Compassion Fatigue”, “Secondary Traumatic Stress”, “Psychologists” e “Clinical Psychologist”. O levantamento foi realizado em duas bases de dados indexadas: PUBMED (United States National Library of Medicine) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde).

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: estudos empíricos, texto disponível na íntegra e publicações realizadas nos últimos cinco anos. Como critérios de exclusão, foram estabelecidos: artigos de revisão, artigos com acesso restrito e estudos cuja amostra contemplasse profissionais de diferentes áreas da saúde. A coleta dos dados ocorreu no mês de abril de 2025, resultando em 57 artigos. Após a triagem, considerando os critérios estabelecidos, a amostra final foi composta por 4 artigos. Por fim, foi realizada a análise dos artigos selecionados. Para ilustrar o processo de seleção e triagem, apresenta-se a seguir o fluxograma adaptado do modelo PRISMA (Page, et al., 2021).

Imagem 1 – Fluxograma Prisma, adaptado.



*Razão: indisponibilidade para leitura na íntegra ou pago|

**Razão: artigo de revisão da literatura.

***Razão: não dialoga com o escopo da pesquisa.

Elaboração: Da autora, 2025. **Fonte:** Cipriano, 2025.

RESULTADOS

Os resultados indicam que a investigação sobre FC exclusivamente com psicólogas(os) que atuam na área clínica, nas bases de dados elegidas ainda é escassa. Para favorecer a visualização, no quadro a seguir serão resumidas informações contextuais e detalhadas dos artigos analisados.

Quadro 01 - Apresentação dos artigos elegíveis para análise.

Artigo	Autores/Ano/Tipo de pesquisa	Título do artigo/DOI	Resultados
Artigo 01	NORRMAN; HÖGMAN; SCHAD, (2020). Qualitativa, entrevista com 08 psicólogos (as) na Suécia	BREAKING THE TABOO: EIGHT SWEDISH CLINICAL PSYCHOLOGIST EXPERIENCES OF COMPASSION FATIGUE. DOI: 10.1080/17482631.2020.1785610	Fatores organizacionais, complexidade de demandas; expectativas elevadas de desempenho e dificuldades administrativas contribuem para a FC, que tem impacto negativo nos psicólogos.
Artigo 02	KERCHEER; RAHMAN; PEDERSEN, (2024). Quantitativa, escalas, com 99 psicólogos(as) na Nova Zelândia	THE COVID-19 PANDEMIC, PSYCHOLOGISTS PROFESSIONAL QUALITY OF LIFE AND MENTAL HEALTH. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1339869.	Identificação de maior índice de estresse; menor apoio percebido e níveis aumentados de Fadiga por compaixão referente ao período de Covid-19.
Artigo 03	PADMANABHANUNNI; GQOMFA, (2022). Qualitativa, entrevista com 15 psicólogas na África do Sul	"THE UGLINESS OF IT SEEPS INTO ME": EXPERIENCES OF VICARIOUS TRAUMA AMONG FEMALE PSYCHOLOGISTS TREATING SURVIVORS OF SEXUAL ASSAULT. DOI: 10.3390/ijerph19073925	Sentimentos de vulnerabilidade e sensibilização; estado de hipervigilância, sentimento de culpa por não ter sido vítima; maior desconfiança com homens e proteção às suas filhas; implicação na prática clínica.
Artigo 04	MUNISHVARAN; BOOYSEN, (2022). Qualitativa, entrevista com 03 psicólogos(as) na África do Sul	THE EXPERIENCES OF CLINICAL PSYCHOLOGIST IN TREATING TRAUMATIC STRESS AT A TERTIARY PSYCHIATRIC HOSPITAL IN THE EASTERN CAPE: A QUALITATIVE STUDY. DOI:10.4102/sajpsychiatry.v28i0.1868	Apresentação de sintomas de STS, respostas somáticas, emoções negativas e sofrimento psicológico. Nas mulheres internalização da experiência alheia e nos homens medo, desesperança e dificuldade com as narrativas traumáticas.

Elaboração: Da autora (2025). **Fonte:** Cipriano (2025).

DISCUSSÃO

Entre os estudos analisados, observou-se que apenas uma pesquisa utilizou abordagem quantitativa, com aplicação de escalas psicométricas e análise estatística por meio o software Jamovi, empregando testes como análise exploratória, teste t independente e correlação de Spearman (Kercher; Rahman; Pedersen, 2024). Os demais estudos adotaram delineamentos qualitativos, com entrevista semiestruturada como principal técnica de coleta de dados, variando apenas o

número de encontros e a modalidade da entrevista (presencial ou por telefone). Em termos de análise qualitativa, destacam-se dois enfoques principais: a análise temática, com codificação e construção de categorias (Norrman; Högman; Schäd, 2020) e análise hermenêutica interpretativa (IPA), (Munishvaran; Booysen, 2022; Padmanabhanunni; Gqomfa, 2022), que foca na compreensão da experiência subjetiva dos participantes a partir de suas narrativas.

É relevante destacar que, na maioria dos estudos, os participantes foram recrutados por mídias sociais e redes profissionais, além do apoio de entidades da área da psicologia que facilitaram o acesso ao público-alvo. O perfil amostral apresenta predominância de mulheres, com idades entre 38 e 51 anos e tempo médio de atuação profissional entre 5 e 15 anos. Essa caracterização reitera dados do Censo do Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2022), que evidenciam a feminização da profissão e indicam a necessidade de análises interseccionais sobre impactos emocionais do trabalho clínico em mulheres, especialmente no que diz respeito à naturalização do papel de cuidadora.

Um aspecto relevante evidenciado por Munishvaran e Booysen (2022), ao apontarem que as participantes identificaram fatores sociopolíticos e contextuais como atravessadores da prática clínica, com efeitos diretos sobre a saúde mental dos profissionais. Essa observação converge com abordagens críticas da psicologia do trabalho, como Dejours (1987), que destacam que o sofrimento no trabalho não decorre apenas da natureza da atividade em si, mas das condições em que ela é realizada e do reconhecimento (ou da ausência deste) por parte das instituições e da sociedade.

Em relação aos resultados, os estudos analisados indicam que os psicólogos clínicos manifestam sinais de FC, caracterizada por esgotamento emocional, redução da capacidade empática, adoecimento físico e psicológico, e o comprometimento da vida pessoal e da rotina de trabalho. O suporte institucional reduzido ou ausente, aliado a sobrecarga emocional contribuem para o aumento do sofrimento psíquico e pode configurar uma forma de adoecimento relacionado ao trabalho, com risco de desengajamento na prática clínica (Figley, 1995).

Por outro lado, os estudos também identificam estratégias protetivas que auxiliam na mitigação dos efeitos da FC, como autocuidado, a supervisão clínica contínua, realização de atividades prazerosas fora do ambiente de trabalho, a psicoterapia pessoal e o apoio por parte de pares e gestores (Munishvaran; Booysen, 2022; Padmanabhanunni; Gqomfa, 2022).

Por fim, a análise crítica de gênero, ainda ausente na maioria dos estudos revisados, se mostra fundamental para ampliar a compreensão dos impactos psíquicos da prática clínica, considerando que a responsabilidade pelo cuidado, frequentemente atribuída às mulheres, pode se tornar um fator adicional de sobrecarga e adoecimento (Padmanabhanunni; Gqomfa, 2022). Essa lacuna teórica fragiliza a capacidade de compreensão mais ampla e politicamente implicada dos fatores que moldam a vivência da fadiga por compaixão entre psicólogos clínicos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se que a pergunta de pesquisa foi respondida ao identificar que, de modo geral, os estudos sobre FC em psicólogos clínicos têm adotado uma abordagem qualitativa, com uso predominante de entrevistas semiestruturadas e o recrutamento de participantes realizado por meio de mídias sociais. Entretanto, a análise dos estudos revela ausência de coesão teórica (Figley, 1995; Labrecque, *et al.*, 2024), fragilidades metodológicas como amostras reduzidas e resultados que embora relevantes, abordam de maneira superficial a complexidade que atravessa o trabalho clínico em psicologia.

Observa-se ainda, que apesar de serem mencionados fatores institucionais como elementos que contribuem para o desenvolvimento da FC, a maioria dos estudos tende a enfatizar o autocuidado como estratégia central de enfrentamento. Esse enfoque, por vezes, desloca a responsabilidade do coletivo e da estrutura organizacional para o indivíduo, gerando uma responsabilização do próprio profissional frente a um problema de natureza sistêmica (Lago; Codo, 2010; Barbosa; Souza; Moreira, 2014). Este estudo apresenta limitações, como a busca realizada em um número restrito de bases de dados. Mas, a ausência de artigos brasileiros que abordem temática revela uma lacuna importante. Recomenda-se que futuras

pesquisas ampliem o escopo investigativo, considerando fatores institucionais e de gênero, além da identificação de estratégias coletivas e contextuais de enfrentamento, superando abordagens exclusivamente individualizantes.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, S. C.; SOUZA, S.; MOREIRA, J. S. A FADIGA POR COMPAIXÃO COMO AMEAÇA À QUALIDADE DE VIDA PROFISSIONAL EM PRESTADORES DE SERVIÇOS HOSPITALARES. **Revista Psicologia: Organização e Trabalho**, v. 14, n. 3, p. 315-323, 2014. Disponível em: <http://submission-pepsic.scielo.br/index.php/rpot/index>. Acesso em: 14 abr. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Quem faz a psicologia brasileira?** um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho: volume 1. Brasília: CFP, 2022. 268 p.

DEJOURS, Christophe. **Loucura do trabalho**. São Paulo: Oboré, 1987.

FIGLEY, Charles Ray. **Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized**. New York: Brunner/Mazel, 1995.

LAGO, Kennyston; CODO, Wanderley. **Fadiga por compaixão: o sofrimento dos profissionais de saúde**. Petrópolis: Vozes, 2010.

LABRECQUE, L. LAROCHE, A.; GAUTHIER-BOUDREAU, J.; LALANDE, D. RISK AND PROTECTIVE FACTORS FOR BURNOUT AMONG PSYCHOLOGIST AND NEUROPSYCHOLOGISTS: A SCOPING REVIEW. **Professional Psychology: Research and Practice**, v. 55, n. 4, p. 299–312, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1037/pro0000573>

KERCHER, A.; RAHMAN, J.; PEDERSEN, M. THE COVID-19 PANDEMIC, PSYCHOLOGISTS PROFESSIONAL QUALITY OF LIFE AND MENTAL HEALTH. **Frontiers in Psychology**, v. 25, n. 15, p.1-9, 2024. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1339869

MUNISHVARAN, K.; BOOYSEN, D. D. THE EXPERIENCES OF CLINICAL PSYCHOLOGIST IN TREATING TRAUMATIC STRESS AT A TERTIARY PSYCHIATRIC HOSPITAL IN THE EASTERN CAPE: A QUALITATIVE STUDY. **African Journal of Psychiatry**, v. 1, n. 28, p. 1-7, 2022. DOI: 10.4102/sajpsychiatry.v28i0.1868

NORRMAN, H. M.; HÖGMAN, E.; SCHAD, E. BREAKING THE TABOO: EIGHT SWEDISH CLINICAL PSYCHOLOGIST EXPERIENCES OF COMPASSION FATIGUE. **Internacional Journal of Qualitative Studies Health and Well-being**, v. 15, n. 1, p. 1-17, 2020. DOI: 10.1080/17482631.2020.1785610

PAGE, M. J.; MCKENZIE, J. E.; BOSSUYT, P. M.; BOUTRON, I.; HOFFMANN, T. C.; MULROW, C. D., et al. THE PRISMA 2020 STATEMENT: AN UPDATED GUIDELINE FOR

REPORTING SYSTEMATIC REVIEWS. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021. DOI:
<https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

PADMANABHANUNNI, A.; GQOMFA, N. "THE UGLINESS OF IT SEEPS INTO ME":
EXPERIENCES OF VICARIOUS TRAUMA AMONG FEMALE PSYCHOLOGISTS
TREATING SUVIVORS OF SEXUAL ASSAULT. **International Journal of Environmental
Research and Public Health**. v. 19, n. 7, p. 1-11, 2022. DOI: 10.3390/ijerph19073925