



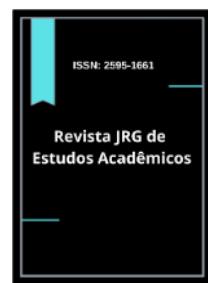
ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](#)

# Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:  
<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



## Sobrecarga de trabalho e saúde mental em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa de literatura

Work overload and mental health in nursing professionals: an integrative literature review

DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2803  
 ARK: 57118/JRG.v8i19.2803

Recebido: 09/12/2025 | Aceito: 16/12/2025 | Publicado on-line: 18/12/2025

Jheisiane de Jesus Barreto Martins<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0008-6602-9929>  
 <https://lattes.cnpq.br/6684339701420830>  
FAM, PA, Brasil  
E-mail: Jheisianemartins@gmail.com

Judith Alfaia Diniz<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0009-0004-4573-059X>  
 <http://lattes.cnpq.br/6735891961183359>  
FAM, PA, Brasil  
E-mail: judithalfaiadiniz@gmail.com

Allan Carlos da Silva Tiago<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-0041-4161>  
 <http://lattes.cnpq.br/0949127061898312>  
FAM, PA, Brasil  
E-mail: email@gmail.com



### Resumo

**Introdução:** O presente Trabalho de Conclusão de Curso tem como objetivo apresentar uma análise sobre investigar os impactos da sobrecarga de trabalho relacionados a saúde mental dos profissionais de enfermagem, identificando os transtornos mentais frequentes associados a sobrecarga de trabalho em profissionais, e analisar os fatores que contribuem para sobrecarga laboral nesta categoria, considerando sua relevância no contexto da área da saúde especificamente na enfermagem. Partindo do problema de pesquisa, quais os impactos que a sobrecarga de trabalho desencadeia na saúde mental dos profissionais de enfermagem, buscou-se compreender de que forma a sobrecarga de trabalho impacta na saúde mental dos profissionais de enfermagem e quais as implicações desse cenário para o campo previdenciário da categoria. **Material e Métodos:** Trata-se de um estudo com abordagem quali-quantitativo, do tipo transversal, e desenvolvido por meio de uma revisão integrativa da literatura, a partir das seis etapas organizacionais, utilizando busca nas plataformas eletrônicas, através do portal de periódicos eletrônicos da CAPES, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientif Electronic Library Online (SCIELO), por meio dos descritores: enfermagem, saúde mental e trabalho.

<sup>1</sup> Graduando(a) em Enfermagem pela Faculdade de Educação e Tecnologia da Amazônia (FAM);

<sup>2</sup> Graduando em Enfermagem pela Faculdade de Educação e Tecnologia da Amazônia (FAM)

<sup>3</sup> Graduado(a) em Farmácia; Mestre(a) ciências Farmacêuticas (UFPA) e Professor e Coordenador do Curso de Farmácia da Faculdade de Educação e Tecnologia da Amazônia (FAM).



**Resultados e Discussão:** Os resultados evidenciaram que esses profissionais possuem uma carga de trabalho exaustiva referente a saúde psíquica em seu ambiente laboral, ocasionando um esgotamento mental e consequentemente desencadeando estresses, depressão, ansiedade e até mesmo a síndrome de Burnout, apontando implicações significativas na saúde mental desses profissionais. **Conclusões:** Conclui-se que o estudo contribui na compreensão acerca das consequências que o trabalho ocasiona na saúde dos enfermeiros, oferecendo subsídios para futuras investigações e possíveis intervenções na área.

**Palavras-chave:** Enfermagem. Sobrecarga. Saúde. Mental

### **Abstract**

**Introduction:** This Final Course Project aims to present an analysis investigating the impacts of work overload on the mental health of nursing professionals, identifying frequent mental disorders associated with work overload in professionals, and analyzing the factors that contribute to work overload in this category, considering its relevance in the context of the health field, specifically in nursing. Starting, from the research problem, what are the impacts that work overload triggers on the mental health of nursing professionals, the study sought to understand how work overload impacts the mental health of nursing professionals and what the implications of this scenario are for the social security field of the category. **Materials and Methods:** This is a cross-sectional study with a mixed-methods approach (qualitative and quantitative), developed through an integrative literature review, based on six organizational steps, using searches on electronic platforms, through the CAPES electronic journal portal, Virtual Health Library (BVS) and Scientific Electronic Library Online (SCIELO), using the descriptors: nursing, mental health and work. **Results and Discussion:** The results showed that these professionals have an exhausting workload related to their mental health in their work environment, causing mental exhaustion and consequently triggering stress, depression, anxiety, and even Burnout syndrome, pointing to significant implications for the mental health of these professionals. **Conclusions:** It is concluded that the study contributes to the understanding of the consequences that work has on the health of nurses, offering support for future investigations and possible interventions in the area.

**Keywords:** Nursing. Overload. Health. Mental.

### **1. Introdução**

A enfermagem desempenha um papel essencial nos serviços de saúde, exercendo com excelência suas atribuições, seja nos setores de saúde pública ou privada, assegurando uma assistência de qualidade, a começar no planejamento de atividades, gestão em saúde e vigilância de programas de saúde (Rodrigues *et al.*, 2021). A equipe de enfermagem, nesse contexto, assume tarefas de elevada relevância no cuidado ao paciente, contribuindo-se como elemento fundamental para o bom funcionamento dos serviços e valorização da categoria profissional (Viana, 2019).

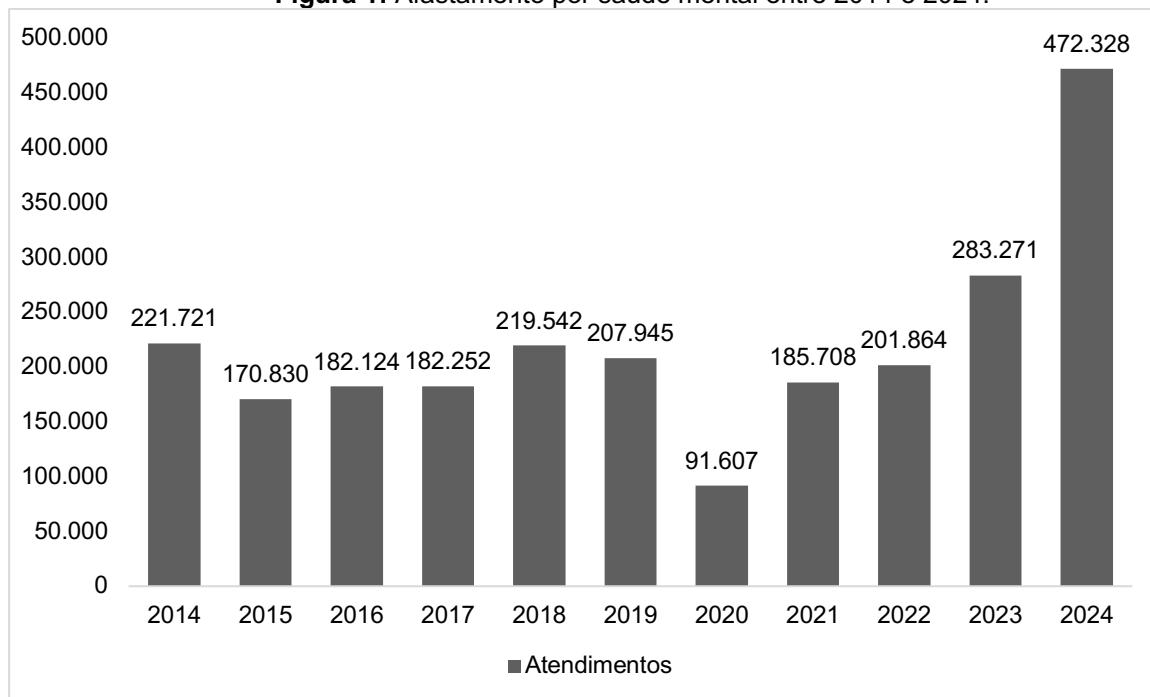
Dessa forma, os profissionais de saúde, em especial os da enfermagem, são mais suscetíveis ao desencadeamento de problemas mentais decorrentes da sobrecarga de trabalho, com a síndrome do esgotamento profissional, mais conhecida como Síndrome de Burnout, sendo uma das consequências. O acometimento pela

síndrome afeta o indivíduo de forma física e psíquica, prejudicando seu desempenho no exercício de suas atividades laborais (Maslach *et al.*, 2022).

A rotina intensa dos serviços de saúde favorece sintomas como ansiedade, irritabilidade e dificuldade de concentração. O ritmo intensificado, a necessidade de lidar com múltiplos estressores e a responsabilização constante pelo cuidado direto ao paciente têm contribuído para um cenário de sobrecarga física e emocional. De acordo com Santana *et al.* (2020), tais exigências, quando não acompanhadas de condições adequadas, podem desencadear desgaste físico, sofrimento psíquico e aumento do risco de adoecimento ocupacional entre profissionais de enfermagem.

Esse impacto na saúde foi constatado através de dados do Ministério da Previdência Social: este tipo de afastamento de trabalho tem aumentado gradativamente (conforme figura 1), chegando a quase meio milhão de afastamentos só em 2024.

**Figura 1:** Afastamento por saúde mental entre 2014 e 2024.



**Fonte:** Ministério da Previdência Social, 2024

Mediante isso, correlacionando a sobrecarga de trabalho na serviço enfermagem foi mais evidenciada no contexto da pandemia do COVID-19, como mostra o gráfico acima, resultando na alta demanda das atividades laborais e mais salientado pelas mídias sociais no período, no entanto, o problema é recorrente há muitos anos (Fiocruz, 2025). Durante a pandemia os profissionais de enfermagem tiveram mais visibilidade na sua profissão por participarem ativamente com um problema que se alastrou mundialmente, no entanto, não tiveram reconhecimento com seus esforços e dedicação, a cobrança e os desgastes físicos e mentais foram algumas das consequências que sofreram e sofrem até os dias de hoje.

Em suma, este trabalho tem como objetivo: Investigar os impactos da sobrecarga de trabalho relacionados a saúde mental dos profissionais de enfermagem, identificando os transtornos mentais frequentes associados a sobrecarga de trabalho em profissionais, e analisar os fatores que contribuem para sobrecarga laboral nesta categoria profissional, com o intuito de responder o seguinte



questionamento: Quais os impactos que a sobrecarga de trabalho desencadeia na saúde mental dos profissionais de enfermagem?

### **Política de saúde do trabalhador e amparo legal aos profissionais de enfermagem**

De acordo com Brasil (2020) as Normas Regulamentadoras (NRs) são um conjunto de normas que consistem na garantia de cuidado, segurança e amparo na saúde dos trabalhadores e trabalhadoras de diversas áreas, onde podem ser mais evidenciados na NR1, que destaca sobre os riscos psicossociais relacionados à organização do trabalho e às interações interpessoais no ambiente laboral. Eles incluem fatores como metas excessivas, jornadas extensas, ausência de suporte, assédio moral, conflitos interpessoais e falta de autonomia no trabalho. Esses fatores podem causar estresse, ansiedade, depressão e outros problemas de saúde mental nos trabalhadores (BRASIL, 2025).

Na área da saúde, está sendo evidenciado elevados acometimentos relacionados a saúde mental dos profissionais, especificamente os enfermeiros como já vimos anteriormente abordado neste estudo, sendo assim, é importante salientar quais medidas esses profissionais podem tomar mediante a esses acometimentos. De acordo com um levantamento online feito pelo Concelho regional de Enfermagem de São Paulo (Coren-SP) sobre a “percepção do sofrimento mental dos profissionais de enfermagem em meio à pandemia da covid-19”, destaca que 62,1% dos profissionais de enfermagem afirmaram ter tido algum tipo de sofrimento mental durante à pandemia, 43,9% dos profissionais sondados afirmaram ter sofrimento mental desde o início da pandemia e aumentaram no decorrer do tempo. Além disso 71,4% relacionaram o sofrimento mental a sobrecarga de trabalho e 39,4% relacionaram os sintomas a ausência de local adequado para descanso e 28,5% a agressões verbais. Gazzoni., et al (2024) aborda nesse contexto que, a enfermagem atuou na linha de frente de combate a pandemia e representou 56% da força de trabalho em saúde. O Brasil foi o primeiro país do mundo em mortes desses profissionais pela covid-19.

Para esses mediantes fins, pode-se destacar a importância de se atentar aos direitos trabalhistas desses profissionais que ficou acordado pelo instituto nacional do seguro social (INSS) que se o profissional que for diagnosticado com transtorno mental, o mesmo pode atestar-se e ausentar-se de suas funções para cuidar da saúde mental, se o trabalhador segurado pelo INSS com contribuição de pelo menos 12 meses e o tempo de afastamento do trabalho for mais que 15 dias, esse profissional pode solicitar o benefício por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença). Em casos de síndrome de burnout o trabalhador pode solicitar aos órgãos competentes o benefício por incapacidade temporária acidentária (quando um trabalhador, por motivo de acidente de trabalho ou a uma doença ocupacional fica temporariamente sem exercer sua atividade profissional), que não precisa de carência mínima de contribuição e o trabalhador é assegurado que ao retomar suas atividades, o mesmo pelos próximos 12 meses não pode ser demitido por justa causa (Brasil, 2022).

Ademais, a Comunicação de Acidente de Trabalho (CAT), que é um serviço onde são comunicados os acidentes de trabalho ou uma doença ocupacional ao INSS garantindo seus benefícios previdenciários, pode ser usado em outros órgãos, garantindo direitos ao trabalhador e monitorar a segurança no trabalho, vale ressaltar que o próprio trabalhador, dependentes, médicos, autoridades sindicais e autoridades públicas podem registrar a CAT (Brasil, 2022). É importante ressaltar que considera-se acidente de trabalho não se trate apenas do acidente dentro dos estabelecimentos



da empresa (acidente típico) ou acidente ocorrido no percurso entre a residência do trabalhador e o endereço da empresa, mais também a doença profissional e a doença do trabalho, assim entendidas como aquelas causadas por exposição por longo período de tempo a agentes de risco à saúde ou à integridade física e que acarretam a morte e perda ou redução da capacidade para o trabalho. Tal definição pode ser encontrada no artigo 20 da lei 8.213/91.

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo com abordagem quali-quantitativo, do tipo transversal (Zheng, 2024), e desenvolvido por meio de uma revisão integrativa da literatura (RIL). A revisão integrativa é a abordagem que permite a síntese de múltiplos estudos publicados permitindo conclusões gerais a respeito de uma determinada área particular de estudo (Remington *et al.*, 2020).

A pesquisa executou-se a partir das seis etapas organizacionais, conforme proposta por Sousa, 2010, que norteia o caminho metodológico de uma RIL, sendo esses: 1) Definição do tema e realização da pergunta norteadora da pesquisa, 2) Busca na base de dados, 3) Seleção dos estudos de acordo com os critérios estabelecidos, 4) Classificação dos estudos selecionados, 5) Síntese dos resultados obtidos, 6) Apresentação dos resultados.

A pesquisa iniciou-se, através da seguinte pergunta norteadora: De que forma a sobrecarga de trabalho impacta na saúde mental dos profissionais de enfermagem e quais as implicações desse cenário para o campo previdenciário da categoria? posteriormente a identificação da pergunta norteadora, definiram-se os descritores, para utilização nas bases de dados. O quadro I apresenta como as bases de dados utilizadas, assim como as respectivas estratégias de busca adotadas.

**Quadro 1 – Bases de dados e estratégias de busca**

| Bases de dado | Estratégias de Busca   |
|---------------|--|
| BVS           | “Enfermagem” AND “Saúde Mental” AND “Trabalho”               |
| SCIELO        | “Enfermagem” AND “Saúde Mental” AND “Jornada”                |
| CAPES         | “Saúde mental” AND “Enfermagem” AND “Impacto” AND “Trabalho” |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

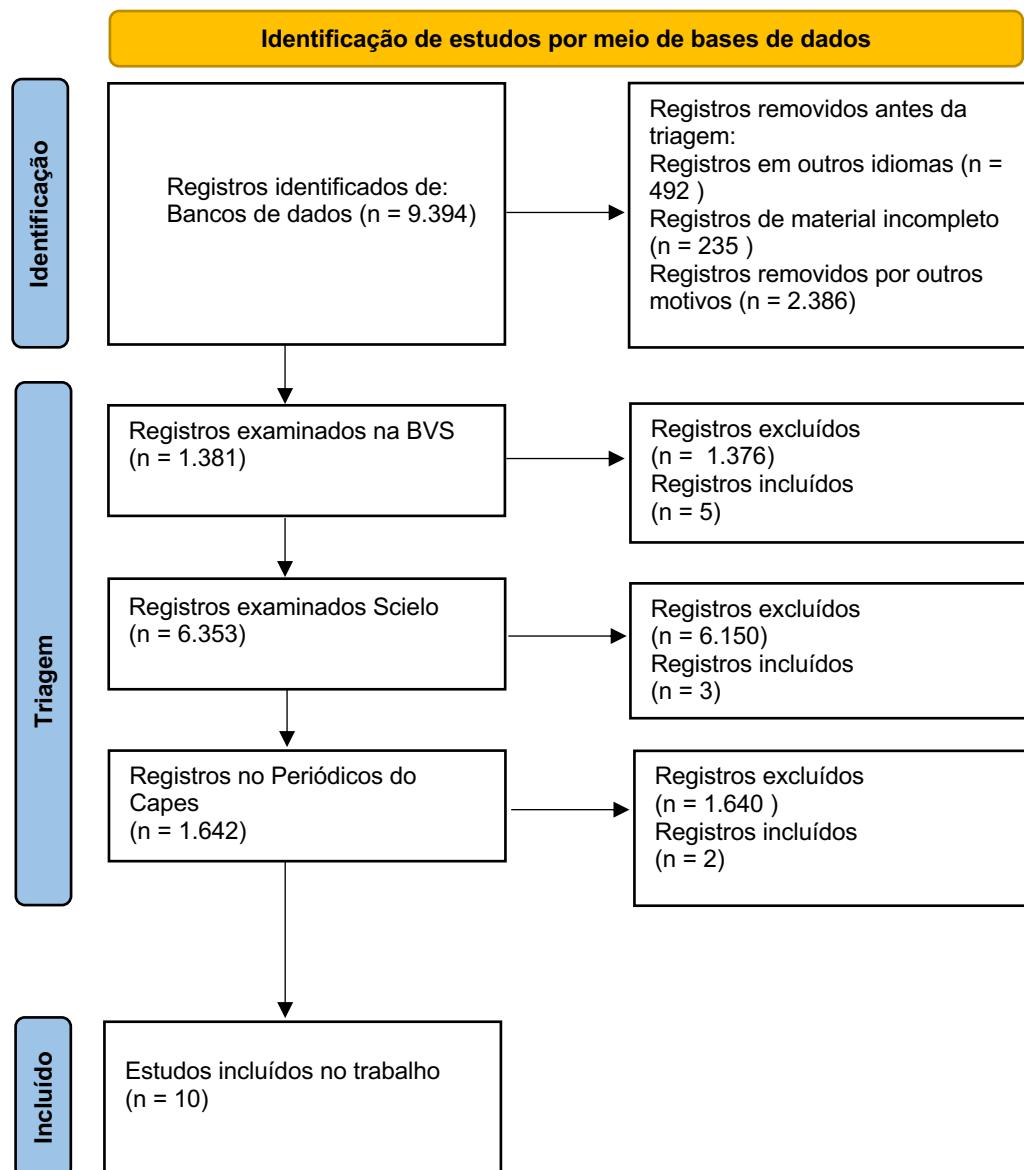
A seleção e a triagem dos artigos foram iniciadas no mês de setembro, utilizando as plataformas eletrônicas Portal de Periódicos da CAPES, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), por meio dos descritores: *enfermagem*, *saúde mental* e *trabalho*. Dessa forma, foram pré-selecionados os estudos que atendiam aos critérios previamente estabelecidos.

Em seguida foi realizado a interseção dos descritores nas fontes de dados, na qual obtivemos como resultado na BVS 1.381 localizados na ampla pesquisa, após a implementação dos critérios de seleção, alcançamos 581 estudos e foi selecionado 5 artigos. Na SCIELO foram encontrados 6.353 estudos na extensa pesquisa, realizado a filtragem permaneceu 209, a seguir aplicado o critério de inclusão, foi selecionado 3 artigos. Na BASE PERIODICOS CAPES encontramos 1.642 na pesquisa extensa, feito a seleção manteve-se 403 estudos, posteriormente a realização dos critérios de seleção da pesquisa abrangente foi escolhido 2 artigos. Portanto no final da pesquisa obteve um total de 10 artigos para o estudo. Na figura 1 corresponde o fluxograma a separação dos artigos científicos.

Para a seleção, adotaram-se os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados entre 2020 e 2025, disponíveis na íntegra, em idioma português, de acesso gratuito e que apresentassem informações relevantes para fundamentar a pesquisa. Procedeu-se à leitura dos títulos e, posteriormente, à leitura integral dos artigos considerados elegíveis.

No critério de exclusão, foram excluídos materiais incompletos e com idiomas que não se enquadravam, artigos pagos, estudos não estruturados à questão norteadora, sem datas correspondentes aos últimos 5 anos e com métodos inadequados.

**Figura 2 – Fluxograma das etapas de seleção do estudo**



**Fonte:** Própria autora, 2025

Em síntese por tratar de uma pesquisa com dados secundários de domínio público, o estudo dispensa apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa, conforme a Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.



## RESULTADO E DISCUSSÃO

Primeiramente foram identificados nas buscas de dados 14.087 estudos, realizada a filtragem ficou 1.193, das quais 10 foram selecionadas para a realização da pesquisa, que enfatizavam sobre a temática abordada, a sobrecarga de trabalho no ambiente laboral da enfermagem, conforme exposto no quadro 2.

**Quadro 2 - Artigos selecionados para compor a revisão integrativa, sobre a sobrecarga de trabalho e saúde mental em profissionais de enfermagem**

| Artigo | País   | Autor/Ano                  | Título da Publicação  | Objetivo   | Métodos  | Categoria Temática                  | Recomendações/ Conclusões   |
|--------|--------|----------------------------|---|--|--|-------------------------------------|---|
| A1     | Brasil | Celestino, L., et al. 2020 | Riscos psicossociais dos enfermeiros da estratégia saúde da família.      | Analizar riscos psicossociais relacionados à carga, ao ritmo e à jornada de trabalho dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. | Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo.           | Artigo saúde mental.                | Deve-se promover o exercício da reflexão de gestores de saúde sobre as cargas e jornadas de trabalho impostas aos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família, repensando modelos de gestão participativa que os auxiliem no enfrentamento deste problema.   |
| A2     | Brasil | Duarte, A., et al. 2025    | Trabalho por turnos e saúde mental dos enfermeiros: protocolo de revisão. | Avaliar os impactos do trabalho por turnos na saúde mental dos enfermeiros a nível hospitalar.                                       | Trata-se de um protocolo de revisão de escopo orientado. | Saúde mental e trabalho por turnos. | O presente protocolo propõe uma <i>scoping review</i> relativamente aos impactos do trabalho por turnos na saúde mental do enfermeiro em meio hospitalar. Apesar de representar a modalidade de escala de trabalho mais presente na enfermagem, as evidências indicam a possibilidade de impacto na saúde do trabalhador e, consequentemente, em sua qualidade de vida pessoal e no trabalho. |



|    |        |                           |  |   |   |   |  |
|----|--------|---------------------------|--|---|---|---|--|
|    |        |                           |  |   |   |   |  |
| A3 | Brasil | Faustino, W., et al. 2025 | Síndrome de Burnout em Enfermeiros dos Serviços de Urgência e Emergência.  | Avaliar o perfil e o risco para Síndrome de Burnout em enfermeiros emergencistas.   | Estudo exploratório, descritivo de abordagem quantitativa.  | Síndrome de Burnout.                                  | Investir na saúde mental dos enfermeiros que atuam em urgência e emergência é fundamental para garantir a qualidade de vida do profissional e segurança na prestação de assistência ao paciente.   |
| A4 | Brasil | Gazzoni, M., et al. 2024  | Prevalência de sofrimento psíquico e fatores associados entre profissionais de enfermagem na pandemia de Covid-19. | Avaliar a prevalência de sofrimento psíquico e fatores associados entre profissionais de enfermagem da atenção primária à saúde durante a pandemia de covid-19. | Estudo transversal, organizado segundo a ferramenta STROBE. | Saúde mental  | Os resultados mostram o impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais e fatores de riscos relacionados às questões laborais e de qualificação profissional.  |
| A5 | Brasil | Leite, M., et al. 2025    | Burnout na Enfermagem: Fatores, impactos e fatores de risco de enfrentamento.                                      | Analizar as evidências científicas sobre fatores de risco, consequências e estratégias de enfrentamento do Burnout na enfermagem.                               | Revisão Integrativa.  | Síndrome de Burnout.                                  | O Burnout representa um cenário preocupante globalmente para a enfermagem. Implementar medidas organizacionais e individuais promovem a saúde física e mental dos enfermeiros e ações preventivas e de suporte melhoram a qualidade de vida e do cuidado nos diferentes sistemas de saúde. |
| A6 | Brasil | Lucas, I., et al. 2022    | Bem-estar, saúde mental e a enfermagem do trabalho: uma revisão da literatura.                                     | Analizar a evidência científica sobre o bem-estar e a saúde mental do trabalhador, na área  | Trata-se de uma revisão integrativa da literatura           | Saúde mental do trabalhador na enfermagem do trabalho | O artigo evidenciou que é de fundamental importância proporcionar uma articulação entre enfermeiro do trabalho e os gestores das organizações, por meio do cuidado com os  |



|    |        |                           |   |  |                                    |   |   |
|----|--------|---------------------------|---|--|------------------------------------|---|---|
|    |        |                           |   | da saúde mental ocupacional.   |                                    |   | trabalhadores e os avanços dos índices em relação a saúde mental, favorece-se a conexão e a melhor assistência.   |
| A7 | Brasil | Hirschle, A., et al. 2020 | Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura.  | Explorar e compreender as relações existentes entre estresse e bem-estar no trabalho.                            | Revisão Sistemática.               | Os determinantes do bem-estar no ambiente laboral perante o estresse ocupacional. | O artigo abordou que a percepção de suporte social de pares e da chefia ao lado da autonomia no trabalho, atenuam o impacto negativo do estresse sobre o bem-estar. Finalizou com sugestões de estudos futuros para testar relações entre variáveis ainda pouco exploradas e aprofundar a compreensão das relações entre estresse e bem-estar no trabalho.  |
| A8 | Brasil | Santos, A., et al. 2022   | Saúde Mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga: uma revisão integrativa de literatura. | Analizar os fatores que desencadeiam transtornos mentais e comportamentais nôs profissionais de enfermagem.      | Revisão Integrativa da literatura. | Saúde mental.   | Foi constatado nos estudos que a saúde mental desses profissionais pode estar relacionada a fatores internos e externos ao trabalho. Desta forma, é preciso que as instituições implementem estratégias de intervenção para combater problemas e situações emocionalmente estressantes, propor estratégias de autocuidado, planos de capacitação para saúde e melhoria da qualidade de vida desses profissionais. |
| A9 | Brasil | Bezerra, S., et al. 2024  | Consequências da sobrecarga de trabalho na atuação do profissional de enfermagem.                         | Analizar as consequências que a sobrecarga de trabalho pode trazer para a atuação do profissional de enfermagem. | Estudo de revisão integrativa.     | Sobrecarga laboral na enfermagem.   | Evidenciou-se que a carga horária de trabalho excessiva pode ser extinta com melhores condições de trabalho, como também um salário adequado para a classe, deste modo fazendo com que o profissional não tenha necessidade   |



|     |        |                         |  |  |  |  |   |
|-----|--------|-------------------------|--|--|--|--|---|
|     |        |                         |  |  |  |  | de buscar por mais de uma escala de trabalho.   |
| A10 | Brasil | Sant'a, M., et al. 2021 | A qualidade dos serviços de enfermagem frente à sobrecarga de trabalho: Desafios e possibilidades. | Analisar a relação existente entre a sobrecarga prestados pelos profissionais de enfermagem. | Revisão de literatura com abordagem integrativa. | Sobrecarga de trabalho e qualidade da assistência de enfermagem. | A pesquisa revelou que algumas estratégias conseguem respaldar implantação de avanços no ambiente laboral, por consequência, colaborar para a manutenção da saúde do trabalhador e consequentemente para a qualidade da assistência prestada. |

Fonte: Própria autora, 2025



Mediante aos estudos selecionados, constatou-se que a sobrecarga de trabalho resulta de forma direta na qualidade da saúde dos profissionais de enfermagem, impactando negativamente e consequentemente nas atividades laborais, além de impactar no nível de satisfação do profissional associado aos processos de adoecimento (Oliveira et al, 2019). Celestino et al, (2020) e Faustino et al, (2025) discorrem sobre a relação entre a sobrecarga de trabalho e o estresse ocupacional, evidenciando como essas circunstâncias comprometem o bem-estar e a qualidade da assistência prestada. Ambos destacam que os enfermeiros têm enfrentado uma sobrecarga física e emocional significativa, marcada pela insatisfação com as condições de trabalho, o que resulta em alterações de humor e no surgimento de quadros de depressão, ansiedade, estresse e outros impactos psicológicos. Esses efeitos são agravados pelo excesso de burocracia, pela baixa remuneração, pela falta de reconhecimento e pelo insuficiente suporte da gestão.

Duarte et al. (2025) Aborda que o trabalho é um fator que interfere de forma significativa na saúde mental. Estima-se que cerca de 15% da população economicamente ativa possa desenvolver algum transtorno mental em determinado momento da vida. Os profissionais da saúde, podem ser um dos grupos mais suscetíveis a experiências adversas no ambiente laboral, devido a natureza de suas atividades, desde a exposição a eventos potencialmente traumáticos, quanto aos aspectos organizacionais e logísticos, como a elevada carga horária e o regime de turnos. Estudos demonstram que jornadas semanais prolongadas, especialmente acima de 60 horas, estão associadas a maior risco de adoecimento mental, evidenciando o impacto direto da sobrecarga ocupacional sobre a saúde mental da categoria, tais condições aumentam consideravelmente o risco de prejuízos à saúde desses trabalhadores (Katsuta et al., 2021).

Sobre isso, Ramalho (2023) afirma que as dificuldades relacionadas à saúde mental têm aumentado de maneira preocupante e são insuficientes as ações de intervenção direcionadas à saúde mental e consequentemente, ao bem-estar dos enfermeiros. De acordo com a Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), expôs que 40% dos profissionais de saúde experienciam fortes graus de tensão no ambiente laboral. Além disto, os problemas de saúde mental estão relacionados à redução do rendimento, produtividade e eficiência.

Leite et al., 2024, relata que os profissionais de enfermagem enfrentam rotinas estressantes e de alta complexidade, trabalho exaustivo e gestão inadequada, o que compromete sua saúde mental e a qualidade do cuidado. Enfatizando isso, Santos et al (2022), refere que uma assistência de qualidade está diretamente condicionada a fatores de trabalho. Sendo assim, os impactos negativos do desempenho desses profissionais, podem estar correlacionados as demandas exaustivas de trabalho, afetando, consequentemente, no desempenho do profissional e na assistência prestada, tendo o impacto no cuidado oferecido.

Bezerra et al. (2024) destacam uma abordagem sobre os efeitos da sobrecarga de trabalho, sobre a saúde física, mental e emocional dos profissionais de enfermagem. Nesse sentido, o estudo procura compreender o papel dos estabelecimentos de saúde nesse cenário, considerando que falta de suporte organizacional, espaços insalubres, poucos recursos e políticas mal aplicadas contribuem para crescente sobrecarga.

Nesse contexto, um estudo de 2020, feito na região Sul do Brasil, constatou diversos problemas relacionados com a carga de trabalho excessiva. A priori, o estudo destacou, que as múltiplas tarefas simultâneas, grande demanda de atendimento, prazos curtos, resultou em desgastes físicos e emocionais, estresse e exaustão. Observou-se também, que na mesma região, profissionais que atuam, na atenção primária, especificamente no programa Estratégia Saúde da Família, desencadearam problemas físico e mentais, devido as elevadas demandas de trabalho.



Na região norte, um estudo do (Ministério da Saúde, 2025) mostrou que houve um aumento de 43,8% no quantitativo de postos de atuação para os profissionais enfermagem nos anos de 2017 e 2022. Todavia, esse aumento não reflete na melhoria das condições, pois as demandas de profissionais aumentam a cada ano e sem uma remuneração equivalente ao serviço, esses trabalhadores, acabam se submetendo a jornadas exaustivas e mais de dois vínculos.

Sendo assim, Rocha *et al.* (2020), corrobora que os profissionais de saúde são os mais acometidos de adoecimento mental e, os da área de enfermagem são os mais impactados, principalmente, por lidarem em seu ambiente de trabalho com situações críticas diariamente, principalmente nas áreas de Unidade de Pronto Atendimento (UPA) e Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Clementino *et al.* (2020), descreve que os principais transtornos emocionais são: ansiedade, estresse e depressão e, estão associados às condições inadequadas de trabalho e ao distanciamento familiar, desenvolvendo-se em decorrência da jornada de trabalho dos enfermeiros.

Também é apontado no estudo que mais de 300 milhões de pessoas são prejudicadas devido ao estresse e 10 milhões são acometidos pela ansiedade, esses distúrbios indicam uma prevalência impactante na sociedade. Segundo Oliveira *et al.* (2019), 10% da população entre os brasileiros sofre de depressão, seja por fatores relacionados ao trabalho ou por outras influências.

A priori, os riscos psicossociais são correlacionados à concepção, organização e gestão do trabalho. Além disso, o modo como o trabalho está organizado nas instituições, por esse motivo a exposição que os profissionais são expostos podem gerar prejuízos físicos, mental ou social, sendo um desafio para a saúde ocupacional (Fernandes, 2016).

Diante a esse contexto, Faustino *et al.*, 2025 discorre que cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros têm síndrome de Burnout, nos estudos feitos pelo Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) mostra que 83% dos profissionais têm algum dos sintomas, 74% dos enfermeiros e 69% dos técnicos de enfermagem. A síndrome de burnout mostra a evidência de um cenário preocupante do esgotamento profissional entre os trabalhadores da área, este sendo um dos principais efeitos negativos ocasionados pela sobrecarga de trabalho e as condições laborais que são expostos.

**Tabela 1** – Principais acometimentos decorrentes da sobrecarga de trabalho de profissionais de enfermagem

| Artigo | Resultado da sobrecarga de trabalho na enfermagem   |
|--------|---|
| A1     | Exaustão emocional, ansiedade, depressão e síndrome de burnout.   |
| A2     | Fadiga crônica, irritabilidade.   |
| A3, A4 | Exaustão emocional, burnout, baixa realização profissional.   |
| A5     | Exaustão física e mental, ansiedade.  |
| A6, A7 | Ansiedade, depressão, sofrimento psíquico, queda no desempenho profissional.                            |
| A8     | Estresse, burnout. Fadiga, redução da capacidade laboral.   |
| A9     | Irritabilidade, ansiedade, burnout, queda da qualidade assistencial, exaustão.                          |
| A10    | Estresse elevado, adoecimento físico e mental, queda na qualidade da assistência e ao risco de burnout. |

**Fonte:** De autoria própria, 2025



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das evidências analisadas, constata-se que a sobrecarga de trabalho ocasionada aos profissionais da área da enfermagem exerce vasto impacto sobre sua saúde psíquica, comprometendo a qualidade da assistência oferecida aos usuários. Dessa forma o estudo possibilitou a compreensão acerca das consequências que o trabalho ocasiona na saúde dos enfermeiros e a importância de se aprofundar no tema estudado.

Contudo, deve-se refletir sobre a necessidade de conceder ou oferecer condições de trabalho dignas e satisfatórias, de forma que o processo de trabalho desses profissionais seja livre de riscos que possam prejudicar sua saúde física e mental. Neste sentido, a presente pesquisa conclui que o nexo causal entre a sobrecarga laboral e os agravos à saúde mental dos enfermeiros pode levar a um aumento significativo nos pedidos de afastamento.

Portanto, as políticas públicas e as instituições de saúde precisam urgentemente adotar medidas de prevenção e intervenção para mitigar esses riscos e garantir a sustentabilidade do sistema de saúde e da previdência. Recomenda-se a realização de estudos futuros com abordagem quantitativa, que permitam mensurar o custo socioeconômico direto e indireto dessas condições para o campo previdenciário da categoria.

## Referências

- BEZERRA, S. X. F et al. Consequências da sobrecarga de trabalho na atuação do profissional de enfermagem. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 9, 2024.
- BRASIL, Ministério da saúde. Sistema Único de saúde (SUS): princípios e organização. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/sus\\_principios.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/sus_principios.pdf)
- BRASIL. Ministério da Saúde. Acidente de trabalho: o que é CAT e como emitir. Brasília, DF: MS, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/servicos/registrar-comunicacao-de-acidente-de-trabalho-cat/>
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de saúde do trabalhador e da trabalhadora. Brasília, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/saude-do-trabalhador/politica-nacional-de-saude-do-trabalhador-e-da-trabalhadora>
- BRITO, V. C. de A. et al. Prevalence of self-reported depression in Brazil: National Health Survey 2019 and 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 31, Supl. 1, 2022.
- DUARTE, A. D et al. Trabalho por turnos e saúde mental dos enfermeiros: Protocolo de revisão. **Revista de Enfermagem UFJE**, v. 11, n.1, p. 2-9, 2025.
- DUTRA, D. de. et al. Síndrome de Burnout: uma análise acerca de sua compressão para a enfermagem. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v.12, n.13, p.122-146, 2019.
- FAUSTINO, W. R et al. Síndrome de Burnout em enfermeiros dos serviços de urgência e emergência. **Revista Nursing**, v. 29, n. 321, 2025.



FERNANDES, Cláudia; PEREIRA, Anabela. **Exposição a fatores de risco psicossocial em contexto de trabalho: revisão sisemática.** Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 50, p. 24, 2016.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). Covid-19 e as condições de trabalho. Portal Fiocruz, Brasília, 25 fev. 2025.

GAZONI, M. S et al. Prevalência de sofrimento psíquico e fatores associados entre profissionais de enfermagem na pandemia de COVI-19. Revista do Conselho federal de enfermagem (cofen), v. 16 p. 1-16, 2025.

HIRSCHLE, A. L T. et al. Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 7, p. 2721-2736, 2020

KATSUTA, Y. et al. Association between long working hours and depression among healthcare workers: a cross-sectional study. Journal of Occupational Health, v. 63, 2021.

LEITE, M. Z et al. Burnout na enfermagem fatores de riscos, impactos e estratégias de enfrentamento. **Revista Nursing**, v. 29, n.320, 2025.

LUCAS, I et al. Bem-estar, saúde mental e a enfermagem do trabalho: uma revisão da literatura. **Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional Online**, v. 14, 2022.

MARX, Karl. O capital: crítica da economia política. Livro I: O processo de produção do capital. Tradução de Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2013.

MASLACH, C. et al. The burnout challenge: managing people's relationships with their jobs. **Cambridge, MA: Harvard University Press**, 2022.

MENDES, M. T. et al. Cargas de trabalho na estratégia saúde da família: interfaces com o desgaste dos profissionais de enfermagem. **Revista de enfermagem da USP**, v. 54, 2020.

MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL. Relatório estatístico de benefícios por incapacidade: afastamentos por transtornos mentais – 2024. Brasília, DF: MPS, 2025.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Demografia e Mercado de Trabalho em Enfermagem no Brasil: panorama 2017-2022. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias-para-os-estados/para/2025/novembro/norte-registrou-quase-44-de-aumento-nos-postos-de-trabalho-no-setor-de-enfermagem-diz-estudo>. Acesso em: 11 novembro. 2025.

NOVELLI, M. C. et al. Avaliação temporal da carga de trabalho da equipe de enfermagem em unidades de terapia intensiva brasileiras. **Revista Ciência e Evolução**, v. 10, n. 3, p. 45-57, 2020.

OLIVEIRA, J. F de. et al. Satisfação profissional e sobrecarga de trabalho de enfermeiros da área de saúde mental. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 7, p.2593-2599, 2019.



RODRIGUES, Silvia Maria da Silva Sant'ana **et al.** A qualidade dos serviços de enfermagem frente à sobrecarga de trabalho: *desafios e possibilidades*. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 6, p. 26686-26702, 2021.

SANTANA, L. C et al. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem de um hospital universitário. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 3, 2020.

SANTOS, A. Ferreira dos; et al. Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga de trabalho: uma revisão integrativa de literatura. **e-Acadêmica**, v. 3, n. 2, 2022.

SANTOS, E. J. F et al. Percepção do prestador de cuidados sobre os requisitos para a assunção do seu papel: estudo qualitativo. **Revista Enfermagem**, v. 6, n. 3, p. 1-7, 2024.

SOUZA, M. T, et al. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v.8, n.1, p.102-106, 2010.

TORONTO, C. E, et al. Um guia passo a passo para realizar uma revisão integrativa. **Cham: Springer**, 2020.

VIANA, R.A.P.P et al. Enfermagem e sua atuação: a importância desta nobre profissão. **Journal Health NPEPS**, v.4, n. 2, p. 14-15, 2019.

ZHENG, Mingying. Conceptualization of Cross-Sectional Mixed Methods Studies in Health Science: A Methodological Review. **International Journal of Quantitative and Qualitative Research Methods**, v. 3, n. 2, p. 66-87, set. 2015.