O IMPACTO DA SOBRECARGA PROFISSIONAL NA SAÚDE MENTAL DE ENFERMEIROS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Júlia Évila Guerreiro Leitão[1]
Alan Deivisson de Sales Jesus[2]

RESUMO
O presente estudo analisa os impactos da sobrecarga profissional na saúde mental de enfermeiros atuantes nos serviços de saúde. Nesse contexto, a pesquisa foi desenvolvida por meio de revisão integrativa da literatura, utilizando a estratégia PICo e artigos publicados com relevância teórica e científica, nas bases SciELO e PubMed, bem como resoluções e legislações, selecionados conforme critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Os resultados demonstram que longas jornadas de trabalho, elevada carga emocional, desproporção entre pacientes e profissionais e exposição frequente à violência contribuem para o desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade, depressão e burnout. Essas condições acarretam redução da produtividade, esgotamento emocional e práticas inseguras, comprometendo a qualidade da assistência e favorecendo o absenteísmo. Conclui-se que se fazem necessários mais estudos sobre essa temática, para que possam ser implementadas medidas adequadas de cuidado e a prática da enfermagem não se torne desgastante. Além disso, ambientes de trabalho saudáveis, pautados em condições adequadas e valorização profissional, promovem maior engajamento, autonomia e satisfação, reduzindo os efeitos negativos da sobrecarga.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermagem; Saúde mental; Desafios na enfermagem.

INTRODUÇÃO

O Sistema Único de Saúde (SUS) foi instituído como política pública pela Constituição Federal de 1988 e regulamentado pela Lei nº 8.080/90, que dispõe sobre condições adequadas aos profissionais da saúde (BRASIL, 1990). Nesse contexto, destaca-se a enfermagem, categoria profissional historicamente reconhecida pelos avanços promovidos por Florence Nightingale, que buscou “demonstrar os efeitos dos ambientes de cuidado na promoção da saúde das pessoas” (NIGHTINGA, 1991). No Brasil, o exercício

[1]FACULDADE VIDAL: e-mail:juliaegleitao@gmail.com
[2]FACULDADE VIDAL: e-mail:alandeivisson.edu@gmail.com

profissional da enfermagem foi regulamentado pela Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe “livre o exercício da enfermagem em todo o território nacional” (BRASIL, 1986).

Ao longo dos anos, a enfermagem consolidou-se como uma prática essencial nos serviços de saúde, ampliando sua relevância social e profissional. Como exemplo desse reconhecimento, destaca-se a Lei nº 14.434/2022, que garante o piso salarial da profissão (BRASIL, 2022). Entretanto, paralelamente aos avanços conquistados pela categoria, observa-se o aumento das demandas de trabalho e da sobrecarga enfrentada pelos profissionais, especialmente nos serviços públicos de saúde.

Nesse cenário, pesquisas realizadas com profissionais de enfermagem no Brasil apontam que os riscos psicossociais estão presentes no cotidiano dos profissionais de enfermagem (CELESTINO et al., 2020). Diante dessa realidade, surge a seguinte problemática: De que maneira a sobrecarga de trabalho na enfermagem contribui para o adoecimento psíquico dos profissionais e quais suas repercussões na qualidade de vida e no exercício profissional?

Assim, o presente trabalho tem por objetivo compreender como a sobrecarga ocupacional na prática profissional de enfermagem nos serviços públicos de saúde no Brasil está associada à saúde mental e ao desenvolvimento do esgotamento e do adoecimento psíquico, com base em evidências da literatura científica. Deste modo, é notório identificar os tipos de sobrecargas presentes atualmente na enfermagem, além de investigar a relação entre o ambiente de trabalho e o desenvolvimento do adoecimento psíquico, junto com uma análise das principais consequências decorrentes da sobrecarga na prática profissional de enfermagem nos serviços públicos de saúde no Brasil.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo, com abordagem qualitativa, que tem como propósito compreender, por meio das evidências científicas, os impactos das condições de trabalho na saúde mental dos profissionais de enfermagem. Para a elaboração da pergunta, utilizou-se a estratégia PICo, abordando em enfermeiros, qual o efeito da sobrecarga profissional nos serviços de saúde.

P (População):	Enfermeiros.
I (Interesse):	Sobrecarga profissional.
Co (Contexto):	Serviços de saúde.

Questão norteadora:	Quais evidências na literatura científica apontam os impactos da sobrecarga profissional na saúde mental de enfermeiros nos serviços de saúde?

Como artigos científicos serão considerados os indexados nas bases de dados SciELO e PubMed. Ademais, para complementar a fundamentação teórica, foram consultados documentos institucionais, legislações, resoluções e publicações oficiais relevantes para o estudo. Como instrumentos de coleta dos artigos adequados para a pesquisa serão utilizados os critérios de inclusão de artigos disponíveis na íntegra, publicados em diferentes períodos, em razão de sua relevância teórica e científica para a compreensão da temática, nos idiomas português e inglês. Como critérios de exclusão, serão considerados artigos com temáticas que não respondam à relevância da questão norteadora e da problemática, estudos duplicados, dados coletados em redes sociais, que não estejam disponíveis na literatura científica, cartas e resumos.

Ademais, a estratégia de busca nas bases de dados será realizada por meio do DeCS/MeSH + operador booleano AND, os descritores utilizados são: “enfermagem”, “transtorno mental”, “absenteísmo”, “condições de trabalho” e “saúde mental”. Posteriormente, os dados coletados foram analisados por meio da análise temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo o Conselho Federal de Enfermagem, no Capítulo I — Das Relações Profissionais, Art. 1º, é assegurado ao profissional de enfermagem o direito de “exercer a enfermagem com liberdade, autonomia e ser tratado segundo os pressupostos e princípios legais, éticos e dos direitos humanos” (COFEN, 2017, art. 1º). Nesse contexto, o Código de Ética da Enfermagem estabelece princípios e diretrizes destinados a garantir a segurança, a dignidade e os direitos dos trabalhadores da área (BRASIL, 1990).

Entretanto, na realidade brasileira dos serviços de saúde, os profissionais de enfermagem encontram-se submetidos a longas jornadas de trabalho, elevada carga emocional, assistência contínua a pacientes dependentes ou desorientados, discrepâncias na proporção entre paciente e enfermeiro, além da exposição frequente à violência no trabalho (SACADURA-LEITE et al., 2020). Nesse sentido, vale destacar que a Organização Internacional do Trabalho define a violência no trabalho como qualquer ação, incidente ou comportamento intencional capaz de agredir, ameaçar ou causar danos físicos e psicológicos ao trabalhador durante o exercício profissional (OIT, 2002). Esses fatores contribuem para o

desgaste no ambiente de trabalho, favorecendo sentimentos de sobrecarga e receio diante da incapacidade de atender a todas as demandas profissionais. Diante disso, Rainbow (2019) observou que enfermeiros frequentemente priorizam as demandas institucionais em detrimento da própria saúde.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, as condições de trabalho exercem influência decisiva para o processo da relação saúde-doença (OMS, 2017). Diante de tal cenário, Popim e Boemer (2005) destacam que os sentimentos frequentemente despertados pelo exercício de atividades geradoras de estresse e desgaste emocional incluem insegurança, medo, tristeza, angústia, agressividade e impotência. Portanto, o desenvolvimento de adoecimentos psíquicos, como ansiedade, depressão e burnout, torna-se recorrente na prática da enfermagem. Sendo importante destacar que os transtornos mentais comuns (TMC) têm sido fortemente associados à redução da produtividade desses profissionais (LETVAK; RUHM; GUPTA, 2012).

Portanto, um ambiente com atributos desfavoráveis resulta em desmotivação, redução da produtividade, esgotamento emocional, alta rotatividade, problemas de saúde entre os trabalhadores, além de práticas inseguras (DORIGAN; GUIRARDELLO, 2018). Nesse contexto, o conjunto dos fatores citados até o momento pode contribuir significativamente para o absenteísmo, caracterizado pela ausência do trabalhador no exercício de suas atividades. Dessa forma, a área da saúde apresenta elevadas taxas de absenteísmo, principalmente entre os profissionais de enfermagem (ALVES; GODOY; SANTANA, 2006), comprometendo a qualidade de vida e do exercício profissional dos enfermeiros.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o estudo possibilitou compreender a sobrecarga profissional em enfermeiros e como ela impacta diretamente a qualidade de vida pessoal e profissional desses trabalhadores, podendo ocasionar transtornos mentais e absenteísmo, condições frequentes na área da saúde, especialmente na enfermagem. Portanto, a presente revisão integrativa da literatura evidencia a necessidade de ampliação dos estudos sobre essa temática, considerando sua relevância para a compreensão e visibilidade dessa problemática, além de contribuir para o desenvolvimento de estratégias voltadas à promoção de melhores condições de trabalho e qualidade de vida dos profissionais, com políticas públicas direcionadas à promoção da saúde mental e à valorização desses trabalhadores. Nesse sentido, ambientes de trabalho favoráveis contribuem para a motivação e satisfação profissional, autonomia, qualidade do trabalho em equipe e aprimoramento do exercício profissional, além de

promoverem saúde mental e melhor qualidade de vida aos trabalhadores, reduzindo os impactos negativos da sobrecarga profissional.

REFERÊNCIAS

Alves M, Godoy SCB, Santana DM. Motivos de licenças médicas em um hospital de urgência-emergência. Rev Bras Enferm [Internet]. 2006Mar;59(2):195–200. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0034-71672006000200014. Acesso em: 10 maio 2026.

BRASIL. Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 20 set. 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8080.htm. Acesso em: 05 maio 2026.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm Acesso em: 06 maio 2026.

BRASIL. Lei nº 14.434, de 4 de agosto de 2022. Altera a Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, para instituir o piso salarial nacional do Enfermeiro, do Técnico de Enfermagem, do Auxiliar de Enfermagem e da Parteira. Brasília, DF: Presidência da República, 2022. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2022/lei/l14434.htm. Acesso em: 06 maio 2026.

CELESTINO, Lázaro Clarindo et al. Work-related psychosocial risks of the Family Health nurse and management strategies. Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 54, e03602, 2020. DOI: 10.1590/S1980-220X2018055603602. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018055603602. Acesso em: 06 maio 2026.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM (COFEN). Resolução COFEN nº 564, de 6 de novembro de 2017. Aprova o novo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem. Brasília, DF: COFEN, 2017. Disponível em: https://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-5642017/. Acesso em: 08 maio 2026.

Dorigan GH, Guirardello EB. Effect of the practice environment of nurses on job outcomes and safety climate. Rev Latino-Am Enfermagem. 2018;26;e3056. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1518-8345.2633.3056. Acesso em: 10 maio 2026.

Fernandes MA, Soares LM, Silva JS. Work-related mental disorders among nursing professionals: a Brazilian integrative review. Rev Bras Med Trab. 2018;16(2):218-24. Review. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32270085/. Acesso em: 09 maio 2026.

Letvak SA, Ruhm CJ, Gupta SN. Presenteísmo de enfermeiros e seus efeitos na qualidade do atendimento autodeclarada e nos custos. Am J Nurs. 2012;112(2):30–38. doi: 10.1097/01.NAJ.0000411176.15696.f9. Acesso em: 09 maio 2026.

Notas sobre enfermagem: o que é e o que não é. (1991). Notas sobre enfermagem: o que é e o que não é. Revista Brasileira De Enfermagem, 44(2-3), 154–154. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0034-71671991000200024. Acesso em: 05 maio 2026.

Organização Internacional do Trabalho. Conselho Internacional de Enfermeiros, Organização Mundial da Saúde, Internacional de Serviços Públicos. Diretrizes-quadro para o enfrentamento da violência no local de trabalho no setor da saúde. OIT; Genebra: 2002. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9623842/. Acesso em: 08 maio 2026.

Organização Mundial da Saúde. Depressão e outros transtornos mentais comuns: estimativas globais de saúde. Genebra: OMS; 2017. Acesso em: 09 maio 2026.

Popim RC, Boemer MR. Oncological care according Alfred Schütz. Revista latino-americana de enfermagem 2005; 13(5):677-685. Acesso em: 09 maio 2026.

Rainbow JG Presenteísmo: percepções e consequências dos enfermeiros. J. Nurs. Manag. 2019;27:1530–1537. doi: 10.1111/jonm.12839. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31397508/. Acesso em: 08 maio 2026.

SACADURA-LEITE, Ema et al. Working conditions and high emotional exhaustion among hospital nurses. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 17, n. 1, p. 69-75, 2020. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32270106/. Acesso em: 08 maio 2026.

SMARTLAB; ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO; MINISTÉRIO PÚBLICO DO TRABALHO. Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho – dados de afastamentos por saúde mental. Brasília, 2024. Disponível em: https://smartlabbr.org/sst. Acesso em: 10 maio 2026.