Pesquisa e Ações em Saúde Pública

Edição XXVII

Capítulo 2

A SAÚDE MENTAL DE ENFERMEIROS (AS) FRENTE À CARGA HORÁRIA DE TRABALHO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

QUÉZIA GALVÃO DA COSTA[1]
BIANCA PEREIRA DOS SANTOS[1]
ALINE PATRÍCIA FIGUEIREDO SILVA[1]
LORENNA CEZAR SILVA[1]
ALANNA MARIA DE MOURA GOMES[1]
ALINE RAQUEL DE SOUSA IBIAPINA[2]

[1]Discente – Enfermagem da Universidade Federal do Piauí.
[2]Docente – Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí.

Palavras-Chave: *Saúde Mental; Enfermagem; Jornada de Trabalho.*

DOI 10.59290/2009032015

EDITORA PASTEUR

INTRODUÇÃO

O trabalho de enfermagem atua como elemento essencial no funcionamento do sistema de saúde, responsável pelo cuidado holístico dos pacientes. Assim, condições laborais adequadas são de extrema importância tanto para a qualidade da assistência prestada aos cidadãos, quanto para a manutenção da saúde física e psíquica das(os) enfermeiras(os) (SOUZA *et al*., 2023).

Nesse contexto, a manutenção da saúde mental representa grande importância, ao passo que está vinculada a um estado de bem-estar que permite o desenvolvimento das habilidades laborais de forma produtiva. Entretanto, as longas, complexas e estressantes jornadas de trabalho geram impactos diretos na saúde mental dos profissionais de enfermagem (CARVALHO *et al*., 2019).

A elevada carga horária, aliada a outros estressores vivenciados nos estabelecimentos de saúde, afetam significativamente a qualidade de vida desses trabalhadores ao gerar adoecimento físico e psíquico, resultando no aumento dos casos de síndrome de Burnout, por exemplo, o que interfere diretamente na prática laboral e nas relações interpessoais das(os) enfermeiras(os) acometidas(os) pelo esgotamento mental (ALVES *et al*., 2023).

Nesse viés, segundo dados relacionados a profissionais de enfermagem de um hospital regional em Mossoró, níveis intermediários de burnout relacionado ao trabalho representou 52% dos casos, enquanto 40% foram referentes a níveis altos dessa condição de exaustão mental. Ademais, nesse mesmo estudo, a carga horária média semanal dos participantes da pesquisa correspondeu a 54,7h, o que demonstra a direta relação entre as longas jornadas de trabalho e prejuízos na saúde mental desses trabalhadores (ALVES *et al*.,2023).

Diante desse cenário, há também a prevalência do maior risco de eventos adversos em saúde, pois a intensa carga horária, ao impactar na saúde mental desses profissionais também levam a diminuição do êxito das políticas de segurança, gerando prejuízos tanto para os pacientes quanto para a equipe de enfermagem, uma vez que interfere na qualidade da assistência, além de acarretar a redução da satisfação profissional (BATALHA *et al*., 2024).

Nessa perspectiva, a Proposta de Emenda da Constituição (PEC) 19/2024 visa o estabelecimento da jornada de trabalho para as(os) enfermeiras(os) de trinta horas semanais, conforme recomendada pela Organização Mundial de Saúde (OMS). No entanto, atualmente, a maioria dos profissionais de enfermagem trabalham em hospitais públicos por mais de 40 horas semanais, impactando, assim, diretamente na qualidade de vida desses cidadãos.

Além disso, podemos ressaltar que a pandemia da Coronavírus produziu grande impacto sobre a saúde mental desses profissionais. Diversos trabalhadores que estavam na linha de frente contra a doença, além das longas jornadas de trabalho também sofreram com a exposição ao risco de contaminação, com o isolamento social e com o medo diante do cenário mundial, contribuindo, assim, para a prevalência dos casos de ansiedade, depressão e síndrome de Burnout (FERREIRA *et al*., 2024).

O presente trabalho se justifica pela importância em pontuar como a jornada de trabalho atualmente enfrentada por esses profissionais, munida ainda pelo excesso de atividades e atribuições sem o adequado dimensionamento, tem culminado em situações de adoecimento tanto físico como mental desses trabalhadores.

O objetivo deste estudo foi discutir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem no que tange ao fator organizacional, carga horária de trabalho.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura acerca da saúde mental dos profissionais de enfermagem no que tange ao fator organizacional, carga horária de trabalho. Para a elaboração do trabalho as seguintes etapas de análise foram realizadas: elaboração da questão de pesquisa, busca na literatura, seleção e análise dos artigos e levantamento de informações para o desenvolvimento do trabalho.

Para a formulação da pergunta de pesquisa, adotou-se o acrônimo PICo, onde P representa o Problema (saúde mental), I o Interesse (carga-horária de trabalho) e Co o Contexto (Enfermeiros). Assim, a pergunta de pesquisa formulada foi: Qual a influência da carga-horária de trabalho na saúde mental das(os) enfermeiras (os)?

A busca e a seleção ocorreram nos meses de março e abril de 2025, após a realização de pesquisas nas bases de dados online: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), *Scientific Eletronic Library Online (SciELO),* Biblioteca Nacional de Medicina dos EUA (PubMed), Google acadêmico e Medline. Foram utilizados os seguintes descritores: “saúde mental”, “enfermagem” e “jornada de trabalho”.

Admitiu-se como critérios de inclusão artigos em português, inglês e espanhol, publicados entre os anos de 2018 e 2025 e disponíveis na integra. Inicialmente, foram encontrados 35 artigos, contudo, após a leitura dos títulos e resumos, com o propósito de identificar os artigos pertinentes à pesquisa, apenas 20 contemplaram a temática e foram selecionados para compor esse estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A maioria dos estudos foram compostos por estudos de abordagem quantitativa ou qualitativa, 9 eram quantitativos enquanto 11 qualitativos.

Esses demonstram como a saúde mental de enfermeiros(as) é diretamente influenciada pela carga horária de trabalho, a qual em sua maioria, excede o proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS) de trinta horas. Segundo levantamento, 80% dos profissionais enfermeiros trabalham em hospitais públicos, sendo estes os mais afetados, exercendo suas atividades laborais em um tempo de 40 a 44 horas.

Em alguns países, como a África do Sul, a situação laboral dos enfermeiros(as) não se difere dos brasileiros. Pontos como o tempo estabelecido comparado a salários e quantidade de atividades são levantados em estudos como necessidade de mudança para proporcionar a qualidade da assistência e a saúde dos profissionais. Ademais, a idealização de abandono laboral é presente no estudo, inclusive abandono da carreira.

Nesse sentido, a saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil revela-se preocupante. Fatores como dupla jornada de trabalho, o trabalho em turnos, principalmente noturno, dedicação exagerada ao ofício, ambiente de trabalho, estruturas organizacionais e sobretudo a carga horária de trabalho se apresentam como causas negativas para essa classe (BOGOSSIAN *et al.*, 2021).

Apesar dos serviços estabelecerem uma jornada de seis, oito ou até doze horas de trabalho relacionada a remuneração, o volume de atividades a serem realizadas excede o tempo estabelecido para executar, oportunizando mais um déficit para a saúde do trabalhador. Uma longa jornada de trabalho associada a uma baixa remuneração representa o sentimento de insatisfação, desmotivação para execução das atividades, sofrimento, estresse, esgotamento e exaustão. Nesse sentido, todos esses elementos proporcionam o desenvolvimento de transtornos mentais como depressão e ansiedade (MACEDO *et al*., 2024).

Atualmente, inúmeros profissionais de enfermagem encontram-se adoecidos mentalmente, insatisfeitos com a profissão, desejando abandonar a carreira, porém impedidos devido a necessidade financeira e muitas vezes por haver o mínimo de estabilidade encontrado dentro da profissão. Nesse contexto, estudos revelam que para conseguir continuar a jornada de trabalho, mesmo prejudicados, a procura por uso de substâncias psicoativas é realizado (FERNANDES *et al*, 2023).

Segundo Fernandes *et al*. (2023) o uso de tabaco, álcool e outras drogas é motivado por fatores de origem laboral, a qual o cansaço mental, insônia e estresse eram predominantes. Dentre os componentes que contribuem para esse fato, a carga horária de trabalho se destaca, com várias obrigações laborais sendo a prioridade, enquanto a saúde mental é negligenciada.

A partir dos dados levantados em pesquisa acerca da saúde mental de profissionais da enfermagem, percebe-se agravamentos de patologias presentes na classe. Doenças como Diabetes Melitus (DM) e Hipertensão (HAS) são agravadas quando há elevado nível de estresse no organismo, sendo esse sentimento prevalente na enfermagem. Além disso, o estresse mostrou-se majoritária em unidades de terapia intensiva (UTI), assim como, o risco de suicídio (PAULINO *et al.*, 2024).

Ademais, para pontuar a influência da carga horária de trabalho sobre a saúde mental desses trabalhadores é necessário discorrer acerca da pandemia de Coronavírus deflagrada em março de 2020, haja vista ser um marco histórico na saúde mundial, bem como um período no qual evidenciou-se a força e resiliência dos profissionais de enfermagem. Nesse cenário, as mãos que salvaram várias vidas saíram extremamente prejudicados psicologicamente. Questões como ideação suicida, depressão e síndrome de burnout entre a classe comprometeram não apenas sua saúde mental, mas também a qualidade do atendimento ao paciente (PAULINO *et al.*, 2024).

A escassez de recursos e o prolongamento da crise sanitária combinadas à exaustão física e emocional, o constante medo de contaminação e o convívio com a morte e o luto vivenciada por esses profissionais, que atuaram diretamente na linha de frente do enfrentamento ao vírus, precipitou o desenvolvimento de diferentes tipos de transtorno mentais e agravou ainda mais a difícil situação laboral já enfrentada, essa fortemente marcada pela desvalorização, com inadequadas condições de trabalho, jornadas extenuantes e baixos salários (SOUSA *et al*., 2022).

Nesse contexto, embora ações de suporte psicossocial tenham sido desenvolvidas e disponibilizas através de programas emergenciais, essas mostraram-se insuficientes frente a demanda, apontando para a necessidade de reavaliação e superação das lacunas existentes nas políticas públicas voltadas ao bem-estar dos trabalhadores da saúde no país (LIMA & LIMA, 2024).

Em suma, destaca-se que a qualidade da assistência prestada pelos(as) enfermeiros(as) está diretamente relacionada não somente a suas condições de saúde física, bem como intrinsicamente suas condições de saúde mental, uma vez que, profissionais emocionalmente sobrecarregados podem enfrentar dificuldades na gestão de suas atividades, implicando em prejuízos na qualidade e segurança da assistência ofertada (BRITO *et al*., 2024).

CONCLUSÃO

Por fim, com base nos achados, observa-se a relação direta entre a saúde mental e a carga horária de trabalho dos enfermeiros(as). Partindo disso, percebe-se que inúmeros profissionais apresentam-se insatisfeitos com a profissão, devido à fatores de origem laboral, o que impacta

tanto na saúde mental, quanto na saúde física, uma vez que estudos apontam a associação de diversas doenças crônicas ao nível de estresse do organismo. Tendo isso como pressuposto, nota-se que o nível de estresse dessas pessoas advém principalmente de suas cargas de trabalho e, consequentemente, leva a negligência da saúde mental. Assim, torna-se essencial a busca de melhorias do ambiente de trabalho, dos turnos e mudanças tanto nos salários, quanto na carga horária das enfermeiras (os).

Além disso, é necessário a realização de iniciativas voltadas para a saúde mental desses profissionais, visando a melhoria de seu estado psíquico e, consequentemente, diminuindo o risco de seu adoecimento mental. Dessa forma, torna-se possível garantir tanto a saúde mental dessas enfermeiras (os), como assegurar a qualidade do cuidado holístico prestado por eles aos pacientes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, B. N. *et al*. Fatores de risco para a Síndrome de burnout em enfermeiros de um hospital público de Mossoró/RN, Brasil. Revista Ciência & Saúde, v. 13, n. 2, p. 25–32, 2023. DOI: 10.21876/rcshci.v13i2.1380.

BATALHA, E. M. S. S. *et al*. Avaliação da cultura de segurança do paciente: percepção de trabalhadores de enfermagem e fatores associados. Revista Baiana de Enfermagem, v. 38, 2024. DOI: 10.18471/rbe.v38.52037.

BRASIL. Senado Federal. Proposta de Emenda à Constituição n° 19, de 2024. Altera o § 12 do art. 198 da Constituição Federal, para determinar que o piso salarial dos enfermeiros, técnicos de enfermagem, auxiliares de enfermagem e das parteiras refere-se a uma jornada máxima de trabalho de trinta horas semanais. Brasília, DF: Senado Federal, 2024. Disponível em: https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/163673. Acesso em: 10 set. 2025.

BRITO, A. L. S. *et al*. Enfermagem: impacto do trabalho na saúde mental. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação – REASE, v. 11, n. 9, set. 2025. DOI: 10.51891/rease.v11i9.20932.

CARVALHO, D. P. *et al*. Workloads and burnout of nursing workers. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 72, n. 6, p. 1435–1441, 2019. DOI: 10.1590/0034-7167-2017-0659.

FERNANDES, M. A. *et al*. Uso de substâncias psicoativas por trabalhadores de enfermagem de um hospital de alta complexidade. Revista Enfermagem Atual In Derme, v. 97, n. 1, 2023. DOI: https: 10.31011/reaid-2023-v.97-n.1-art.1719.

LIMA, G. O. & LIMA, S. J. S. Os impactos na pandemia COVID-19 e o tratamento na saúde mental dos enfermeiros. Brazilian Journal of Health and Science, v. 6, n. 11, p. 4144–4157, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n11p4144-4157.

MACEDO, K. D. *et al*. O impacto da sobrecarga de trabalho na saúde dos profissionais de enfermagem. Revista FT, v. 28, n. 135, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.11541250.

PAULINO, T. B. B. *et al*. Saúde mental dos trabalhadores de enfermagem na assistência em UTI. Revista Ensino, Educação & Ciências Exatas, v. 5, Ed. Esp. Anais da V Jornada Científica do Grupo Educacional FAVENI, p. 60–63, 2024.

SOUSA, A. K. S. *et al*. Saúde mental da equipe de enfermagem na pandemia da COVID-19. Revista Enfermagem Atual In Derme, v. 96, n. 39, jul./set. 2022. DOI: 10.31011/reaid-2022-v.96-n.39-art.1391.

SOUZA, B. A. *et al*. Fatores organizacionais e psicossociais na saúde mental de enfermeiros hospitalares. Revista Delos, v. 17, n. 62, p. e3040, 2024. DOI: 10.55905/rdelosv17.n62-035.

SOUZA, J. K. *et al*. Percepções de enfermeiros de unidades básicas de saúde quanto à atuação frente aos casos de depressão. Cogitare Enfermagem, v. 28, 2023. DOI: 10.1590/ce.v28i0.87045.

TRINDADE, L. R. *et al*. Sobrecarga de trabalho em unidades hospitalares: percepção de enfermeiros. Saúde e Pesquisa, v. 14, n. 4, p. 733–742, 2021. DOI: 10.17765/2176-9206.2021v14n4e8063