

A DUPLA JORNADA DE TRABALHO DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM E AS CONSEQUÊNCIAS NO CUIDADO PRESTADO AO CLIENTE ¹

THE DOUBLE WORKDAY OF THE NURSING PROFESSIONAL AND THE CONSEQUENCES ON THE CARE PROVIDED TO THE CLIENT

Julya Araujo de Oliveira ²

Lorena Angeli Diniz ²

Adriana Müller Saleme de Sá ³

RESUMO

Este artigo tem como objetivo discutir a influência da sobrecarga de trabalho na assistência de enfermagem. O trabalho na área da enfermagem no Brasil é caracterizado por jornadas de trabalho longas e exaustivas, que muitas vezes exigem que os profissionais mantenham múltiplos vínculos empregatícios devido aos baixos salários. O método utilizado foi a Revisão Integrativa de Literatura, com busca nas bases de dados do *SCIELO*, *BDENF* e *LILACS*. Diante dos estudos analisados identificou-se que a dupla jornada de trabalho pode ser associada a fatores como as condições de trabalho, falta de profissional, estresse ocupacional e desgaste mental, ocasionando falha na assistência de enfermagem, podendo levar a acidentes de trabalho e a eventos adversos. Conclui-se que a sobrecarga de trabalho e as condições de trabalho precárias, aliadas à baixa valorização da profissão, exigem uma atenção especial para garantir a saúde dos profissionais e, conseqüentemente, a qualidade da assistência ao paciente.

Palavras-chaves: Enfermagem; Sobrecarga de Trabalho; Esgotamento emocional; Esgotamento; *Burnout*; Saúde Mental.

¹ Trabalho de Conclusão de Curso como pré-requisito para obtenção do Grau em Bacharel em Enfermagem

² Graduandas do 10º período do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Vila Velha – UVV. E-mails: julya.adeoliveira@gmail.com e lorenadiniz1212@gmail.com

³ Mestre em Administração, Professora orientadora do Trabalho de Conclusão de Curso da Universidade Vila Velha – UVV. E-mail: adriana.sa@uvv.br

ABSTRACT

The abstract is a mandatory element. The first phase must be significant, explaining the main objectives, methodology, results and conclusions of the work, containing 100 to 250 words and spacing of 1.5. This article aims to clarify how the double working day interferes with the assistance provided to the client. Work in the nursing area in Brazil is characterized by long and exhausting working hours, which often require professionals to maintain multiple employment relationships due to low wages. The method used was the Integrative Literature Review, with a search in databases such as "SCIELO", "BDENF" and "LILACS". Given the studies analyzed, it was identified that the double working day causes a work overload can be associated due to factors such as working conditions, lack of professional, occupational stress and mental exhaustion, causing the failure of nursing care, which can lead to work accidents and adverse events. It is concluded that work overload and precarious working conditions, combined with the low appreciation of the profession, require special attention to ensure the health of professionals and, consequently, the quality of patient care.

Keywords: Nursing; Work Overload; Emotional exhaustion; Exhaustion; *Burnout*; Mental health.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho que a equipe de enfermagem exerce é cansativo e exaustivo, fazendo com que o profissional trabalhe por horas sem ter um descanso necessário, mesmo com todo o esforço que o profissional demonstra em seu ambiente de trabalho, o salário ainda tende a ser baixo, levando o profissional a manter dois ou mais vínculos, com isso, o mesmo não consegue ter um descanso adequado entre um vínculo e outro, ocasionando sobrecarga de trabalho e inúmeras consequências, como problemas físicos, emocionais, sociais e até mesmo eventos adversos que pode ocasionar o comprometimento do profissional, assim como, do paciente (Dias *et al.*, 2023).

A jornada de trabalho pode ser definida como um período diário, no qual o funcionário fica disponível à empresa contratante e na Enfermagem podemos observar que muitos funcionários atuam em dois ou mais vínculos, esse fato se dá devido ao baixo salário que é estabelecido no mercado atual (Souza *et al.*, 2021).

Devido à duplicidade ou mais de vínculos, os profissionais acabam realizando um aumento absurdo da carga horária trabalhada e, assim, pode-se observar fatores negativos na vida do profissional, como: problemas psicológicos, cansaço, vida social prejudicada, fatores estressores atenuados, entre outros (Moraes *et al.*, 2023).

Portanto, a realidade da Enfermagem no Brasil, é baseada em uma extensa jornada de trabalho, voltada a uma carga horária de quase 12 horas seguidas de trabalho, tendo um descanso de 36 ou 60 horas, fazendo com que este fato abra oportunidades para que o profissional adquira mais de um vínculo empregatício, no qual é necessário que tenha um bom rendimento em ambos os vínculos. Desta forma, devido ao excesso de trabalho, o profissional pode ser levado ao nível máximo de estresse (Macedo, 2022).

Para o enfermeiro que executa atividades em diferentes turnos como plantonista, pode trazer impactos negativos para a saúde, devido ao excesso de demanda. Com isso, esse perfil de trabalhador se torna um bom perfil de pesquisa e estudo, com intuito de investigar quais os impactos que as atividades exercidas de forma exacerbada podem gerar malefícios para a classe da enfermagem, visto que o excesso de atividades, pode gerar estresse no profissional (Sousa *et al.*, 2020).

Isto vai de encontro ao que o médico psiquiatra e psicanalista chamado Christophe Dejours, diz que “o trabalho nunca é neutro em relação à saúde, podendo promovê-la ou conduzir ao adoecimento”. Mediante a essa frase pode-se compreender que na vida do trabalhador, o trabalho ao longo prazo pode ser a maior causa do aparecimento de alguma doença ou deficiência no profissional (Soares *et al.*, 2021).

Dejours (2008) completa ainda que, o trabalho é capaz de oferecer sensações para o indivíduo como alegria, prazer, satisfação, bem-estar e saúde. Entretanto, devido às condições apresentadas à equipe de enfermagem, na maioria das vezes, o que se pode analisar é um cenário oposto, cometido mediante salários baixos, mão de obra intensa, profissionais exaustos devido a rotina laboral (Beltrame *et al.*, 2021).

Desta forma, entende-se que a dupla jornada de trabalho prejudica a saúde dos profissionais, fazendo com que este fato possa levar a uma probabilidade maior de ocasionar eventos adversos na assistência prestada (Macedo, 2022). Estes eventos adversos (EA) podem ocorrer de inúmeras formas e em todas as equipes da área da saúde, porém, a equipe de profissionais de enfermagem é a que mais tende a ocasionar um EA devido ao grande número de profissionais na área e ao período extenso de trabalho que eles acabam exercendo (Oliveira *et al.*, 2023).

As falhas ou erros podem ser ocasionadas de forma não intencional. Os eventos adversos dentro de um estabelecimento da saúde são descritos como danos provenientes da assistência prestada dentro da instituição e em grande parte é ocasionada pela equipe de enfermagem, podendo gerar prejuízos permanentes ou temporários ou em alguns casos podendo levar o paciente à óbito (Muniz, Andrade, Santos, 2019).

Na área de Enfermagem é difícil criar uma rotina que seja leve, pois sempre terão episódios estressores, descanso escasso, poucos profissionais disponíveis e salários incompatíveis com o valor do serviço prestado (Macedo, 2022).

De acordo com a OMS, atualmente, o estresse ocupacional é considerado uma epidemia mundial e atribuiu-se a demanda de atualizações e de informações, o que gera prejuízo no âmbito familiar, social, na qualidade vida, levando a desmotivação para atividades diárias, trazendo desânimo e desmotivação no campo de trabalho devido ao esforço exacerbado tanto mental como físico (Alves *et al.*, 2020).

O estresse ocupacional está relacionado ao trabalho e é descrito como a resposta negativa que o profissional apresenta quando dentro do seu local de atuação é exposto a demandas de serviço a base da pressão e impulsionados a atuar em áreas que não competem com suas habilidades técnicas, desafiando seus conhecimento e capacidade de desenvolver o serviço com excelência (OMS, 2016).

O estresse envolvendo a demanda de trabalho dos profissionais de enfermagem, tem como um dos principais motivos, lidar com pessoas com a saúde debilitada, devido a isso, o profissional pode acometer à um estado de adoecimento, podendo ser físico ou psicológico (Sousa *et al.*, 2020).

O profissional de enfermagem dispõe de atividades assistenciais ao indivíduo adoecido, sendo necessário o contato direto e contínuo com o paciente durante o expediente, ao vivenciar o cenário com vários pacientes com a saúde fragilizada o profissional de enfermagem pode ser acometido de doenças ocupacionais que é o caso do estresse ocupacional (Alves *et al.*, 2020).

Essas particularidades citadas acima, tem conexão com a modificação do cenário empregatício, visto com que a carga horária do enfermeiro tem aumentado gradativamente, o que interfere diretamente no cuidado pessoal, social, familiar, colaborando com o adoecimento mental e físico do profissional (Macedo, 2022).

Trazendo a realidade das doenças ocupacionais devido ao estresse, pode-se dizer que a dupla jornada de trabalho é um dos principais motivos da patologia, destacando a carga horária de 24 horas de serviço, onde o organismo precisa de se adaptar ao trabalho diurno e noturno, em ambientes distintos e com rotinas diferentes (Alves *et al.*, 2020).

Neste contexto, torna-se importante ter um olhar sensibilizado para o tema, visto que o profissional de enfermagem precisa estar saudável para que possa garantir uma boa assistência ao paciente (Macedo, 2022).

Portanto, este trabalho justifica-se mediante o interesse do conhecimento a respeito da dupla jornada de trabalho do profissional de enfermagem, a fim de esclarecer como essa questão interfere na assistência prestada ao cliente, que pode muitas vezes levar ao acometimento de um evento adverso ou a uma falha dentro de suas práticas de serviço, expondo o paciente ao risco devido à exaustão da parte profissional.

Sendo assim, é necessária uma visão ampla sobre o tema proposto, para entender o que leva a classe profissional de enfermagem a se submeter a uma realidade de duplo vínculo empregatício e como esse fato se torna impactante no serviço prestado ao cliente.

Portanto, este trabalho tem como objetivo discutir a influência da sobrecarga de trabalho na assistência de enfermagem.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA PROFISSÃO DE ENFERMAGEM

Durante os primeiros anos de formação e inserção da profissão no país, a Escola de Enfermagem Anna Nery (EEAN), fundada em 1923, foi um importante marco histórico para o ensino de Enfermagem. A instituição adotou o modelo de ensino baseado nas diretrizes de Florence Nightingale, onde as alunas viviam internadas na escola e as exigências para ingressar no curso incluíam ser mulher branca, com idades a partir dos 16 anos, de boa aparência e comportamento (Santos *et al.*, 2020).

Com o tempo, o perfil dos estudantes de enfermagem mudou, principalmente após a Reforma Universitária em 1968, que foi fundamental para a permissão do ingresso de homens e mulheres sem distinção de raça ou classe social, rompendo com as normas anteriores de exclusão. Esse movimento foi fundamental para democratizar o acesso à formação em enfermagem e ampliar a diversidade do perfil profissional na área (Santos *et al.*, 2020).

O enfermeiro possui um papel fundamental no sistema de saúde, pois é essencial tanto no cuidado direto aos pacientes quanto na promoção de saúde e bem-estar nas comunidades. Essa profissão, com o passar dos anos, evoluiu e se fortaleceu, principalmente após o legado das pioneiras como Florence Nightingale e Anna Nery, que transformaram a enfermagem em uma profissão reconhecida e baseada em práticas científicas, com ênfase em higiene, segurança e conforto para os pacientes. Sua contribuição não apenas ajudou para o cuidado de saúde, como também desafiou os estereótipos de gênero e deu visibilidade a uma profissão até então marginalizada (Backes *et al.*, 2020).

A carga horária e as rotinas de trabalho dos profissionais na área da enfermagem também foram se modificando ao longo do tempo. No início, as enfermeiras eram formadas para seguir um padrão rigoroso de comportamento e disciplina, voltado para um trabalho filantrópico e assistencial. Ao passar dos anos, a formação em enfermagem se tornou mais técnica e científica, com maior ênfase na prática profissional, refletindo mudanças tanto nas exigências do mercado de trabalho quanto nas necessidades da sociedade, o que se pode perceber que segue esse ritmo até então (Santos *et al.*, 2020).

A alta carga horária devido a plantões hospitalares extensos, troca de turnos e duplo emprego associado a baixos salários, acarreta significativamente na qualidade de vida dos enfermeiros. Situações de desgastes físicos e psicológicos não deixam dúvidas quanto às condições vividas pela equipe nas instituições que atuam, uma pesquisa registrou que 65,9% desses trabalhadores consideram que suas atividades geram desgastes, tendo como um desses fatores desencadeadores a carga horária exorbitante (Barreto *et al.*, 2021).

A importância do enfermeiro é notável no trabalho diário, nas diversas áreas em que atuam, como hospitais, unidades de saúde, clínicas, serviços de urgência e emergência e atenção domiciliar. Os enfermeiros são responsáveis por monitorar a saúde dos pacientes, administrar medicamentos, executar procedimentos e muitas vezes, atuar como intermediários entre o paciente e o restante da equipe de saúde, além de gerenciar uma equipe. Além disso, exerce um papel significativo na educação em saúde, prevenindo doenças e promovendo hábitos saudáveis, o que é importantíssimo para a redução da demanda de cuidados médicos de emergência e para o fortalecimento da saúde pública (Backes *et al.*, 2020).

Em um contexto global e nacional, a profissão de enfermagem continua a evoluir, mas ainda enfrenta desafios, como a sobrecarga de trabalho, condições precárias de trabalho e a luta pela valorização profissional. A cada etapa, o reconhecimento das contribuições de Florence Nightingale e outras pioneiras da enfermagem, surge a necessidade de mais apoio e visibilidade institucional, tanto para os enfermeiros quanto para a implementação da profissão na saúde pública (Backes *et al.*, 2020).

Sendo assim, o enfermeiro não é apenas um encarregado a desenvolver tarefas, mas um agente crucial para a manutenção e melhoria da saúde de indivíduos e comunidades. A valorização do enfermeiro, com melhores condições de trabalho, salários adequados e mais oportunidades de crescimento profissional, é imprescindível para que a profissão continue a evoluir e a alcançar as necessidades de saúde da população de forma eficaz e humanizada (Backes *et al.*, 2020).

2.2 CONSEQUÊNCIAS DA DUPLA JORNADA NA SAÚDE DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM E NA QUALIDADE DO CUIDADO

A dupla jornada de trabalho do profissional de enfermagem é quando ele exerce sua profissão em duas ou mais instituições, essa prática está se tornando cada dia mais comum, sendo realizada por muitos profissionais com o objetivo de conseguir alcançar uma renda salarial mais sustentável. A realidade da renda salarial de um profissional de enfermagem pode ser encontrada

em instituições privadas e em públicas, mostrando um cenário de precarização salarial e trabalhista, devido aos baixos salários propostos para os empregados (Soares *et al.*, 2021).

Os profissionais que possuem a rotina da dupla jornada de trabalho, vivenciam um longo período de trabalho, podendo chegar até 24 ou 36 horas de plantão. Na maioria das vezes as condições trabalhistas são inadequadas, podendo chegar as grandes jornadas de trabalho, curto período de descanso e falta de locais para descanso (Dias *et al.*, 2023).

Na Consolidação das Leis de Trabalho (CLT) torna-se flexível as normas para vínculos trabalhistas, carga horária de trabalhado e ao salário. A norma que rege a questão de carga horária trabalhada, dá oportunidade ao profissional de enfermagem de aumentar sua jornada de trabalho, fazendo com que isso afete o combate em que a enfermagem enfrenta para obter a regularização de sua jornada de trabalho (Dias *et al.*, 2023).

Na lei de nº 7.498, de 25 de junho de 1986 evidência as atividades e funções em que cada cargo existente na equipe de enfermagem deve exercer, assim como as condições trabalhistas que a instituição deve oferecer para o trabalhador, podendo exemplificar a questão do ambiente de repouso adequado para o profissional e o piso salarial nacional para cada nível de profissional na área da enfermagem (COFEN, 1986).

A enfermagem é uma profissão ampla que engloba o saber e a força física. O ritmo de trabalho em que o profissional de enfermagem exerce é intenso para que o cuidado ao doente aconteça com qualidade e excelência. Esse fato faz com que o profissional passe muitas horas em pé, e tendo que se deslocar várias vezes ao dia entre setores da instituição para que sejam realizadas as demandas de cuidado (Dias *et al.*, 2023).

Devido à dupla jornada de trabalho, os profissionais de enfermagem podem ser acometidos por fatores negativos, tanto no âmbito físico e quanto no mental. Entre os fatores negativos podemos citar: acometimentos na saúde física e mental do profissional, déficit no desempenho profissional, além da desvalorização profissional (Dias *et al.*, 2023).

Os impactos na saúde física estão associados diretamente ao trabalho árduo, causando danos musculoesqueléticos, além de dores físicas e doenças que podem ser adquiridas devido ao estresse, como por exemplo a *Diabetes Mellitus* e a Hipertensão Arterial Sistêmica, levando o profissional ao afastamento de suas atividades profissionais e sociais. Os impactos na saúde mental, podem ser causados devido à falta de descanso adequado, a sobrecarga emocional, devido à responsabilidade de lidar com a dor e a morte frequentemente, a desvalorização e o baixo salário também podem ser fatores para o acometimento a saúde mental, todos esses fatores podem contribuir para a depressão, a *Síndrome de Burnout*, ansiedade e outras doenças psicossociais (Dias *et al.*, 2023).

A sobrecarga de trabalho e a exaustão profissional, influenciam diretamente no aumento de eventos adversos, devido a capacidade de concentração e atenção reduzida. Os eventos adversos mais comuns são os erros de medicação, falhas na execução de procedimentos e atrasos nos atendimentos (Lima *et al.*, 2021).

De acordo com Padilha *et al.* (2017), a sobrecarga de trabalho dos profissionais está relacionada ao aumento de falhas profissionais, diminuição da produtividade e uma maior sensação de estresse. Esse estresse contínuo pode levar a uma menor capacidade de concentração e atenção e percepção, fatores críticos para a realização de procedimentos precisos e minuciosos e para a tomada de decisões rápidas e adequadas, que são essenciais.

Além disso, a sobrecarga está relacionada ao aumento de eventos adversos, como infecções hospitalares, complicações em procedimentos e até falhas em protocolos de segurança, o que pode resultar em maior tempo de estadia na instituição hospitalar, o que contribui para o aumento da mortalidade dos pacientes (Lima *et al.*, 2021).

Portanto, a sobrecarga de trabalho não apenas afeta a saúde dos profissionais de enfermagem, mas também tem consequências diretas e graves para a segurança do paciente, tornando urgente a implementação de medidas que visem a redução da carga de trabalho e a melhoria das condições de trabalho para essa profissão (Lima *et al.*, 2021).

2.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

No ambiente de trabalho, especialmente em profissões de alta pressão como a enfermagem, o estresse ocupacional pode ser um fator crítico para a saúde mental e física dos profissionais. Por isso, para conviver com esse desafio, diversas estratégias de enfrentamento podem ser adotadas. Essas estratégias são ações cognitivas, emocionais e comportamentais que visam minimizar ou controlar os efeitos do estresse onde pode-se adotar estratégias para facilitar a rotina (Rodrigues *et al.*, 2020).

Para reduzir o estresse e tornar o trabalho mais leve, a equipe de enfermagem pode adotar uma série de estratégias tanto individuais quanto coletivas. A gestão eficiente do tempo e a priorização de tarefas são essenciais para diminuir a sobrecarga, além do treinamento contínuo, que prepara os profissionais e aumenta a confiança, reduzindo a insegurança no local de trabalho. Promover um ambiente de trabalho positivo, com comunicação aberta e colaboração entre os colegas, também contribui para a redução de estresse. É importante incentivar práticas de autocuidado e relaxamento, como meditação e alongamentos durante os intervalos, pois podem ajudar a aliviar a tensão acumulada ao longo do turno (Silva *et al.*, 2020).

Dentro das estratégias de *Coping* existem pontos a serem explorados para que o objetivo seja alcançado. O primeiro ponto a ser explorado é o da resolução de Problemas: Identificar as causas do estresse e buscar soluções práticas para reduzi-las. Isso pode incluir melhorar a gestão do tempo, delegar tarefas ou buscar recursos adicionais. Mapeamento das atividades, ficando no próximo passo. Estratégias de *Coping* focadas na emoção, o apoio social, é recorrer a um suporte de colegas, supervisores ou familiares. O compartilhamento de preocupações com outras pessoas pode aliviar a carga emocional e fortalecer o bem-estar psicológico. Autocontrole e regulação emocional pode envolver técnicas como a meditação e respiração profunda ajudam a manter o equilíbrio emocional diante de situações estressantes, promovendo um estado de calma e reduzindo os efeitos negativos do estresse, ou até mesmo adotar práticas integrativas como musicoterapia. Técnicas de relaxamento, focando no uso de atividades como yoga, exercícios físicos regulares e

pausas durante o expediente pode reduzir a tensão acumulada, promovendo o bem-estar geral e a recuperação física através do relaxamento, contribuindo para o bem-estar mental (Rodrigues *et al.*, 2020).

As estratégias cognitivas de enfrentamento do estresse ocupacional envolvem a reavaliação da maneira como o profissional percebe os estressores. Isso pode incluir uma mudança de perspectiva, buscando interpretar situações adversas de forma mais positiva ou adaptativa. Por exemplo, ao lidar com um erro, o profissional pode reformular a experiência como uma oportunidade de aprendizado, ao invés de vê-la como um fracasso. Além disso, a aceitação e a resiliência são essenciais, isso significa desenvolver a capacidade de aceitar aspectos do trabalho que são inevitáveis e incontornáveis, concentrando-se na adaptação às circunstâncias, em vez de lutar contra elas (Rodrigues *et al.*, 2020).

No âmbito social, a promoção de um ambiente de trabalho colaborativo também é uma estratégia eficaz. Isso envolve incentivar uma cultura de apoio mútuo entre os colegas, com a implementação de programas de mentorias, grupos de apoio ou atividades de integração que fortaleçam os vínculos entre os profissionais. Além disso, o feedback positivo é um elemento importante. Reconhecer o trabalho bem-feito, valorizar as contribuições dos profissionais e fornecer um feedback construtivo são práticas que não apenas mantêm a motivação, mas também ajudam a reduzir o estresse relacionado à desvalorização profissional (Rodrigues *et al.*, 2020).

As estratégias de autocuidado, por sua vez, desempenham um papel crucial no enfrentamento do estresse. Atividades de lazer e recreação fora do ambiente de trabalho permitem que os profissionais desconectem e relaxem a mente, reduzindo os impactos do estresse. A manutenção da saúde física, por meio de uma alimentação equilibrada, exercícios regulares e uma rotina de sono adequada, também é fundamental para equilibrar a saúde mental e física. Além dessas abordagens, treinamentos específicos para o enfrentamento do estresse são essenciais. Capacitações sobre gestão do estresse, comunicação eficaz e resolução de conflitos podem ser extremamente úteis para preparar os profissionais para lidar com as situações estressantes do cotidiano laboral (Rodrigues *et al.*, 2020).

Essas estratégias devem ser adaptadas de acordo com as necessidades individuais de cada profissional e os tipos de estressores enfrentados no ambiente de trabalho. O mapeamento e a implementação dessas abordagens podem não apenas mitigar os efeitos do estresse, mas também promover um ambiente de trabalho mais saudável, resultando em melhor qualidade de vida e maior bem-estar para os profissionais (Rodrigues *et al.*, 2020).

O uso de tecnologias para apoio, como sistemas de gestão de pacientes, pode automatizar tarefas administrativas, permitindo que os enfermeiros se concentrem mais no cuidado ao paciente. Programas de apoio psicológico no ambiente de trabalho são importantes para ajudar os profissionais a lidarem com o estresse e as emoções relacionadas ao trabalho. A prevenção e o manejo do burnout, com identificação precoce de sintomas e intervenções adequadas, também são fundamentais para a saúde mental dos profissionais (Silva *et al.*, 2020).

3 MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que é definida como uma das mais utilizadas para o desenvolvimento de pesquisas e ela permite que sejam incluídos estudos com bases experimentais e não experimentais para uma melhor compreensão do tema escolhido. Trazendo esse método para a área da saúde, percebe-se a evolução no campo de pesquisa, visto que antes a forma mais utilizada para coleta de dados era a pesquisa de campo e, hoje, nota-se um crescimento da preferência por esse tipo de metodologia (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

A revisão de literatura é considerada integradora, onde o escritor irá resumir temas extensos na literatura, sendo um modelo bastante usado em defesas de dissertações e teses. Esse método preenche várias lacunas, compartilhando com o leitor os resultados de outros estudos que estão em conexão ao que está sendo confeccionado. Uma revisão de literatura destaca-se por encontrar e resumir tudo o que foi estudado e escrito sobre um determinado tema. Na maioria das vezes é utilizado em estudo de pesquisa, mas podem ser incluídos artigos ou reflexões que se encaixem no tema proposto. Não existe uma única forma de conduzir a revisão de literatura, mas a maioria dos estudantes seguem de maneira sistemática a fim de captar, avaliar e resumir a literatura (Creswell, 2010).

Para nortear esta revisão integrativa, formulou-se a seguinte questão norteadora: Como a sobrecarga de trabalho influencia na qualidade da assistência de enfermagem? Para responder a esta questão norteadora, foram utilizados na coleta de dados artigos nas seguintes bases de dados online: Scielo (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BDENF (Base de Dados de Enfermagem).

Os critérios utilizados para inclusão dos artigos foram: artigos publicados em português e inglês; artigos com recorte temporal de 2019 a 2024; artigos que abordem descrições sobre como a sobrecarga de trabalho do profissional de enfermagem e sua influência na assistência de enfermagem. Os critérios de exclusão usados nesta revisão foram: artigos em forma de apostilas, cartas e editoriais e artigos não disponíveis na íntegra. As palavras chaves empregadas na busca nas bases de dados foram: sobrecarga de trabalho, enfermagem, qualidade da assistência.

Para a coleta de dados dos artigos incluídos nesta revisão integrativa, foi elaborada uma tabela de categorização para análise que contemplou as seguintes informações: quantidade de artigos encontrados, artigos selecionados pelo título, quantidade eliminada por duplicidade, artigos selecionados pelo resumo, artigos selecionados pela leitura na íntegra e o resumo desta coleta de dados pode ser visualizado na figura 1, onde apresentamos o fluxograma do processo de seleção dos artigos para esta revisão integrativa.

Para a análise e síntese dos artigos incluídos na pesquisa, foi utilizado um quadro sinóptico para este fim, que contempla os seguintes aspectos: título do artigo, ano de publicação, autores e influência da sobrecarga de trabalho na qualidade da assistência de enfermagem. E a partir da interpretação e síntese desta coleta de dados, foi realizada uma comparação dos dados evidenciados e identificadas as possíveis lacunas do conhecimento.

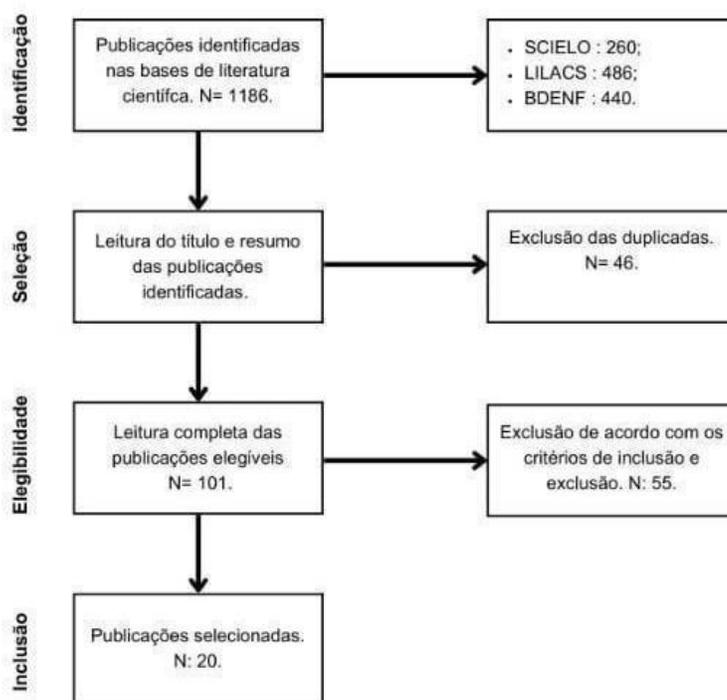


Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos artigos desta revisão integrativa

A apresentação da revisão integrativa foi feita de forma descritiva, contendo de forma clara informações significativas, baseadas nos estudos selecionados, para que o leitor avalie de forma crítica os resultados, a fim de esclarecer a influência da sobrecarga de trabalho na assistência de enfermagem.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Foram analisados nesta revisão 20 artigos que estavam de acordo com os critérios de inclusão deste estudo e que respondiam à questão norteadora de forma direta. Desse total, ambos os estudos foram realizados por pesquisadores brasileiros e executados em instituições brasileiras. Quanto ao local do estudo, 01 foi executado em hospital universitário, 03 estudos em hospitais escolas, 01 estudo em hospitais públicos, 01 em um hospital filantrópico e no SAMU, 01 foi feito baseado em artigos nacionais e internacionais e 01 estudo foi feito por meio de entrevistas e observações. Outros 04 estudos foram realizados por meio de questionários online e 07 estudos realizados eram revisão integrativa.

Quanto ao tipo de delineamento de pesquisa dos artigos avaliados esta amostra contou com 1 abordagem qualitativa histórico-social, 1 estudo descritivo quantitativo, 1 estudo exploratório quantitativo correlacional, 1 estudo multicêntrico descritivo exploratório, 1 estudo sequencial exploratório de método misto, 5 pesquisas qualitativas, 1 pesquisa quantitativa, 1 estudo qualitativo descritivo, 1 reflexão teórica e 7 revisões integrativas.

Para análise e síntese dos objetivos e resultados dos artigos incluídos nesta revisão, foi elaborado um quadro com a caracterização de cada bibliografia selecionada para o estudo (Quadro 1).

Quadro 1 – Quadro sinóptico dos artigos incluídos na revisão integrativa de literatura.

Continua (1/4)

Título (ano)	Autores	Influência da sobrecarga de trabalho na qualidade da assistência de enfermagem
Implicações da síndrome de <i>burnout</i> na saúde mental dos enfermeiros da atenção primária à saúde (2023)	SANTOS, Edson Lima <i>et al.</i>	O esgotamento profissional (oriunda da Síndrome de Burnout) é causado pela sobrecarga de trabalho devido à falta de pessoal e à falta de condições adequadas para prestar assistência a população, isso acaba afetando diretamente na relação interpessoal do enfermeiro com a sua equipe e podendo afetar na assistência prestada ao paciente.
Rotina do imprevisível: cargas de trabalho e saúde de trabalhadores de enfermagem de urgência e emergência (2022)	MASS, Suéllen Fortes de Lima Santos <i>et al.</i>	As categorias que mais afetam os profissionais de enfermagem destacam-se a categoria psíquica, onde há uma relação direta da questão da sobrecarga de trabalho e exaustão por falta de descanso e até mesmo por desfalques na equipe.
Driblando o estresse para melhor qualidade de vida na enfermagem (2022)	NUNES, Naadyla Helen Queiroz <i>et al.</i>	Dos setores hospitalares que mais ocasionam sobrecarga de trabalho em profissionais de enfermagem são as UTIs e os PAs, devido à alta demanda de ambos os setores, impactando na saúde mental dos profissionais e fazendo com que a qualidade do serviço seja reduzida, para minimizar esse problema os profissionais de enfermagem podem realizar algumas técnicas simples como meditação para que possa ser aliviada a tensão do profissional.
Condições de trabalho e percepções de profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento à covid-19 no Brasi (2021)	FERNANDEZ, Michelle <i>et al.</i>	A sobrecarga de trabalho durante a pandemia de Covid-19 levou os profissionais de enfermagem a vivenciarem tristeza e solidão, contribuindo para a redução no número de profissionais na área. Como consequência a equipe que permanecia atuando, enfrentou um aumento na demanda de trabalho, que antes era administrada com o quadro completo de funcionários, contribuindo para que isso prejudicasse a assistência prestada.
Impactos da pandemia covid-19 na vida, saúde e trabalho de enfermeiras (2022)	RIBEIRO, Anesilda Alves de Almeida <i>et al.</i>	Na época do COVID, muitas enfermeiras adquiriram o vírus, o que levou a redução do quadro de funcionários, pois era necessário o afastamento do profissional por 7 dias, para não contaminar o resto da equipe. Com a diminuição de mão de obra no setor, consequentemente quem estava trabalhando ficou sobrecarregado.
Fatores associados ao <i>burnout</i> em profissionais de saúde durante a pandemia de covid-19: Revisão integrativa (2022)	SOARES, Juliana Pontes <i>et al.</i>	Durante a pandemia de COVID-19, muitos enfermeiros enfrentaram uma sobrecarga de trabalho significativa. Houve um aumento no número de pacientes infectados, enquanto parte das equipes também precisou se ausentar devido ao contágio pelo vírus. Essa situação gerou um impacto psicológico profundo nos profissionais da linha de frente, não apenas pelo acúmulo de tarefas, mas também pela experiência de presenciar inúmeros óbitos. Nesse contexto, alguns desses profissionais desenvolveram a síndrome de Burnout, causada pelo alto nível de estresse no ambiente de trabalho.

Continuação (2/4)

Título (ano)	Autores	Influência da sobrecarga de trabalho na qualidade da assistência de enfermagem
Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da covid-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas (2023)	AMPOS, Larissa Fonseca <i>et al.</i>	No cenário COVID, o enfermeiro foi o responsável por gerenciar a equipe e instruir a todos para a melhor forma de lidar com o vírus e tratar os pacientes, que para todos era novidade. Com isso, houve impacto no quantitativo de pessoal, levando o enfermeiro ao desgaste emocional devido a sobrecarga de serviço.
Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem: reflexão sobre os impactos da covid-19 (2021)	FONSÊCA, Claudiomária Ramos Pires <i>et al.</i>	Em relação a satisfação no ambiente de trabalho é destacado a questão da falta de aprovação do piso salarial, o que causa insatisfação entre os profissionais de enfermagem. Essa classe, que desempenhou um papel essencial é amplamente reconhecida durante a pandemia de COVID-19, enfrenta desafios financeiros que, muitas vezes, exigem que mantenham mais de um vínculo empregatício para cobrir suas despesas, a enfermagem é uma profissão marcada por um trabalho intenso e de grande responsabilidade. Durante a pandemia, houve um aumento nas demandas, contribuindo para a sobrecarga dos profissionais e resultando em impactos negativos em sua saúde mental.
Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão na enfermagem intensivista no contexto da pandemia de covid-19 (2022)	DUARTE, Anamaria Alves da Silva; RIBEIRO, Kaiomaxx Renato Assunção.	Uma unidade de terapia intensiva é um setor de alta demanda e complexidade, trazendo esse fato para a época do estouro da pandemia do COVID-19, muitos profissionais relatam o fator de estresse, ansiedade, sobrecarga de trabalho e até sintomas e diagnóstico de depressão, ocasionando em um déficit na assistência prestada ao paciente.
Sofrimento mental, desgastes e fortalecimento no enfrentamento da covid-19 entre trabalhadores da enfermagem do Tocantins (2022)	PIRES, Mateus Portilho <i>et al.</i>	Antes da pandemia de COVID-19 os profissionais de enfermagem já viviam enfrentando sofrimento psicológico devido às exigências profissionais, porém, com a chegada do COVID-19 esses problemas foram intensificados devido ao elevado número de mortes, tanto de pacientes quanto de colegas de profissão, ocasionando em redução do número de profissionais, levando ao baixo desempenho da equipe no serviço prestado.
Condições de trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros intensivistas durante a pandemia covid-19 (2023)	ZUCOLOTO, Giovanni Roberto; MARCOLAN, João Fernando.	Houve desafios enfrentados por enfermeiros em UTIs durante a pandemia de COVID-19, destacando o aumento de insônia, ansiedade e depressão devido ao estresse e à carga de trabalho excessiva. Eles também lidaram com a responsabilidade de liderar equipes com muitos profissionais novatos, exigindo uma percepção aprimorada para manter a qualidade do cuidado. A falta de tempo para atividades pessoais e o desgaste emocional ressaltam a necessidade de suporte psicológico e estratégias de autocuidado para melhorar a saúde mental dos enfermeiros e a assistência aos pacientes, devido a inexperiência profissional e numerosas problemáticas setoriais.
Cargas de trabalho na Estratégia Saúde da Família: interfaces com o desgaste dos profissionais de enfermagem (2019)	MENDES, Mariana <i>et al.</i>	As principais cargas que desgastam os profissionais de enfermagem na Atenção Primária, são as cargas psíquicas, devido à sobrecarga de atividades e falta de profissionais. As cargas fisiológicas ocupam o segundo lugar, também relacionadas à sobrecarga de trabalho.

Continuação (3/4)

Título (ano)	Autores	Influência da sobrecarga de trabalho na qualidade da assistência de enfermagem
<i>Burnout</i> , satisfação e fadiga por compaixão: relação com a qualidade assistencial e segurança do paciente (2024)	GARZIN, Ana Claudia Alcântara <i>et al.</i>	Os principais fatores que afetam a saúde mental dos profissionais de enfermagem, é a sobrecarga de trabalho. Muitos enfermeiros enfrentam dupla jornada e condições ambientais adversas, o que resulta em baixa satisfação no trabalho. Esses fatores contribuem para o esgotamento profissional e o desenvolvimento da síndrome de Burnout.
Fatores que interferem na saúde do trabalhador de enfermagem do centro cirúrgico (2019)	HOFFMANN, Deisi Angélica; GLANZNER, Cecilia Helena.	É enfatizado a relação entre saúde e doença no contexto dos profissionais de enfermagem, destacando como a rotina de trabalho, especialmente em setores de alta demanda como o centro cirúrgico, pode impactar negativamente sua saúde. A pressão e as exigências do trabalho contribuem para o adoecimento desses profissionais, mostrando que esses fatores podem comprometer a qualidade da assistência prestada ao paciente.
Satisfação e insatisfação da equipe de enfermagem em unidades de urgência e emergência: revisão integrativa (2021)	SILVA, Ana Gracinda Ignacio <i>et al.</i>	Destaca-se a importância do trabalho do enfermeiro, ressaltando que a satisfação é crucial, já que lidam com vidas em situações críticas. Em serviços de urgência e emergência, a necessidade de agilidade pode causar desgaste físico e mental, resultando em insatisfação e diminuição da produtividade da equipe de enfermagem.
Fatores aliviantes e agravantes do estresse ocupacional na equipe de enfermagem (2019)	SANTOS, Amanda Francielle <i>et al.</i>	O estresse ocupacional é um grande problema enfrentado por grande parte dos profissionais de saúde. No âmbito da enfermagem esse problema se permeia, pois pode acometer o psicológico do profissional e impactar na produtividade e assistência ao doente.
Prevalência e associação entre estresse e ansiedade em profissionais de enfermagem perioperatória: estudo misto (2024)	MUNHOZ, Oclaris Lopes <i>et al.</i>	Analisando o estresse e a ansiedade entre profissionais de enfermagem em centros cirúrgicos, os principais fatores identificados e pontuados são: em primeiro lugar, a sobrecarga de trabalho; em segundo, a falta de trabalho em equipe; e em terceiro, os estressores do ambiente de trabalho.
Sobrecarga da equipe de enfermagem e o risco de eventos adversos (2022)	SILVA, Franciele Xavier <i>et al.</i>	A sobrecarga de trabalho entre profissionais de enfermagem está relacionada a eventos adversos em hospitais. Essa sobrecarga, é causada por altas demandas em pouco tempo, resultando em falta de atenção e exaustão profissional, agravada pela escassez de períodos de descanso.
Fatores de risco para sofrimento psíquico no processo de trabalho de enfermeiras hospitalares (2022)	FABRES, Sharon da Cruz <i>et al.</i>	Os principais problemas que afetam a saúde mental dos profissionais de enfermagem: dificuldades de comunicação, falta de empatia com pacientes e familiares, e sobrecarga de trabalho, exacerbada pela falta de recursos e pessoal.

Continuação (4/4)

Título (ano)	Autores	Influência da sobrecarga de trabalho na qualidade da assistência de enfermagem
Sobrecarga de trabalho em unidades hospitalares: percepção de enfermeiros (2020)	TRINDADE, Liliane Ribeiro <i>et al.</i>	Em um ambiente hospitalar a sobrecarga de trabalho dos enfermeiros está relacionada à falta de pessoal, principalmente devido a afastamentos por questões de saúde mental, escassez de recursos materiais e interrupções frequentes nas atividades. Essa carga excessiva impacta negativamente a saúde mental dos profissionais.

De acordo com os dados coletados percebe-se que a maioria dos estudos foram realizados no Brasil, este fato pode ser explicado devido às particularidades dos trabalhos da equipe de enfermagem que atuam em território brasileiro.

Os estudos mostraram similaridades relacionadas a sobrecarga de trabalho e ao estresse profissional, independente da área em que o profissional atue, porém, pode-se perceber que mesmo tendo similaridades entre as áreas, existem algumas questões que são específicas de cada setor de trabalho, podendo tornar o trabalho da equipe de enfermagem ainda mais exaustivo.

Para responder a questão norteadora "Como a sobrecarga de trabalho influencia na qualidade da assistência de enfermagem?" e aos objetivos desta revisão integrativa de literatura, ao analisar os dados, um dos destaques desta revisão integrativa foram as dificuldades enfrentadas pelos profissionais de enfermagem, incluindo o estresse e a sobrecarga de trabalho, a necessidade de mais de um vínculo empregatício e condições de trabalho inadequadas que impactam seu bem-estar e desempenho profissional.

Desse modo, discutiremos estes aspectos a seguir, de acordo com os resultados desta revisão, contudo, se destacaram dois tópicos na síntese da revisão integrativa de literatura: 1) Condições de Trabalho da Equipe de Enfermagem e 2) Influências do Estresse e da Sobrecarga de Trabalho da Equipe de Enfermagem.

Como forma de trazer uma certa leveza ao tema, parafrasearemos trechos de músicas conhecidas para expressar estes dois tópicos que se destacaram na revisão integrativa, ficando da seguinte forma: 1) "Todo dia ela faz tudo sempre igual, me sacode às seis horas da manhã" (trecho da música Cotidiano, de Chico Buarque) e 2) "Veja, não diga que a vitória está perdida, se é de batalhas que se vive a vida" (trecho da música Tente outra vez, de Raul Seixas).

4. 1 "TODO DIA ELA FAZ TUDO SEMPRE IGUAL, ME SACODE ÀS SEIS HORAS DA MANHÃ"

Esta frase da letra da música "Cotidiano" de Chico Buarque transmite a ideia de uma rotina imutável e incessante que leva ao cansaço acumulado, refletindo diretamente a realidade dos profissionais de enfermagem. Eles se veem imersos em um ciclo que, embora essencial para o cuidado dos pacientes, frequentemente ignora o desgaste humano envolvido. Essa frase capta a

essência da rotina repetitiva e desgastante, algo que os profissionais de enfermagem frequentemente experimentam. A profissão exige que esses trabalhadores enfrentem longas horas, turnos irregulares, alta carga de trabalho e condições físicas e emocionais desafiadoras, dia após dia.

Assim, a frase serve como uma metáfora para ilustrar como a rotina intensa, repetitiva e as condições de trabalho inadequadas contribuem para a exaustão mental e física desses profissionais. Ela pode estimular uma reflexão sobre a importância de condições de trabalho mais justas, que considerem a saúde e o bem-estar das equipes, promovendo um ambiente onde o cuidado ao outro também permita autocompaixão e recuperação pessoal.

E isto pode ser notado em artigos científicos, em que o desgaste da equipe de enfermagem é um tema recorrente, principalmente voltados a investigar os efeitos das condições de trabalho sobre os profissionais que integram a equipe. Além do mais, vários estudos exploram a compressão e a conduta desses trabalhadores diante de suas condições de trabalho, ou seja, analisam o peso das circunstâncias laborais sobre o bem-estar e o rendimento profissional, sobre a saúde do trabalhador e a qualidade do serviço oferecido (Fernandes *et al.*, 2021).

Essas pesquisas mostram que a equipe de enfermagem acaba sofrendo a escassez dos vínculos empregatícios e condições inadequadas de trabalho em diversos serviços de saúde. Esse impasse tem conexão direta com a sobrecarga de trabalho, onde há falta de segurança, excesso de esforço físico, carga horária de trabalho excessiva vinculada a dupla jornada de trabalho. Estes motivos geram consequências físicas e mentais, como fadiga, estresse, insatisfação e intenção de abandonar a profissão, além de concernir sobre o resultado dos serviços prestados por esses profissionais (Fernandes *et al.*, 2021).

De acordo com Nunes *et al.*, 2022, a enfermagem lida com diferentes condições e forma de trabalho, selada por uma carga de serviço extensa e baixa remuneração, cujo fatores internos e externos levam o profissional a fatores estressores, onde pode-se citar mudança de decúbito do paciente, atender queixas individuais, curativos de grande complexidade, plantões rotativos onde o profissional não tem uma forma de se adaptar, visto que, por necessidade, muitas vezes trabalhará na escala diurna ou noturna.

Nesse cenário, o acúmulo de vínculos empregatícios também favorece para o cansaço físico e mental, no qual interfere na rotina do sono do profissional. Em sua rotina de trabalho, onde tem contato com pacientes continuamente e presta cuidados de prevenção e reabilitação, a pessoa com problemas físicos, psicológicos e espirituais, o profissional acaba tendo fadiga por compaixão (Nunes *et al.*, 2022).

Muitos profissionais apresentam quadros de estresse e ansiedade, relacionados à sobrecarga de trabalho e esta sobrecarga de trabalho têm vários fatores associados como por exemplo: a dificuldade no trabalho em equipe, a fragilidades na gestão, ao excesso de trabalho em um curto período fazendo com que o índice de acidentes eleve e a falta de reconhecimento do serviço prestado (Munhoz *et al.*, 2024).

Outra questão que é incluída na sobrecarga de trabalho é a jornada de trabalho do profissional de enfermagem, podendo ser superior a 12 horas, esse fato também aumenta o risco de acidentes assistenciais e ocupacionais (Hoffmann; Glanzner. 2019).

A estrutura e os recursos disponíveis no ambiente de trabalho são fatores estressantes para a equipe de enfermagem, sendo o local físico onde trabalham um fator que impacta diretamente na saúde e no bem-estar dos profissionais, acometendo seu desempenho e motivação (Santos *et al.*, 2019).

Muitos enfermeiros enfrentam condições inadequadas, como espaços pequenos, má ventilação, iluminação insuficiente e ruídos excessivos, além de mobiliário inadequado, o que dificulta sua atuação e contribui para o estresse no trabalho, além disto, a falta de equipamentos e as questões de higiene nas instituições de saúde são problemas significativos. A tudo isto podemos somar a desvalorização da profissão, que é frequentemente apontada como um fator de estresse ocupacional (Santos *et al.*, 2019).

Os profissionais de enfermagem em serviços de urgência e emergência enfrentam uma série de desafios que exigem habilidades de gestão e tomada de decisão rápida e o contexto crítico em que trabalham é marcado por estressores como a superlotação, condições laborais difíceis, violência e escassez de recursos, tudo isto contribui para o estresse ocupacional. Mesmo com a identificação e o prazer pela profissão, muitos enfermeiros encontram dificuldades para se manter nesses ambientes, devido à pressão constante e às exigências físicas e emocionais (Mass *et al.*, 2022).

No âmbito das Unidades de Terapia Intensiva, o nível de demanda assistencial é maior, pois, os profissionais de enfermagem lidam com pacientes com alta complexidade e conseqüentemente risco iminente de morte. A pandemia do COVID-19 teve um impacto diretamente na vida dos profissionais de enfermagem, influenciando no aumento da carga horária de trabalho, no quantitativo de pessoal em cada unidade, podendo enfatizar as UTI's e no grande índice de perda dos pacientes em um curto período, esse fato ocasionou um aumento da sobrecarga de trabalho e exaustão profissional, causando sofrimento mental nos profissionais (Zucoloto; Marcolan. 2023).

Essa rotina exaustiva, durante a pandemia do Covid-19, levou a sentimento de culpa, uma vez que, apesar do esforço para equilibrar dois vínculos de trabalho e sustentar a família, muitos se sentiam incapazes de atender as demandas. As condições de trabalho se tornaram ainda mais difíceis com a falta de recursos, como sedativos, sabão, álcool em gel e papel toalha, o que aumentou a pressão e a ansiedade da equipe, que frequentemente tinha que buscar suprimentos em outros setores (Zucoloto; Marcolan. 2023).

Além disso, a natureza da COVID-19, com sua gravidade e a falta de protocolos claros para tratamento, deixou os enfermeiros frustrados e sem respostas, alimentando um sentimento de impotência diante da situação. Essa experiência teve um impacto duradouro na saúde mental e no bem-estar dos profissionais de saúde (Zucoloto; Marcolan. 2023).

Portanto, a análise da rotina dos profissionais de enfermagem, evocada pela frase de Chico Buarque, revela o peso do cotidiano repetitivo e desgastante que esses trabalhadores enfrentam. A

exaustão física e mental, resultado de longas jornadas, condições inadequadas e falta de reconhecimento, afeta não apenas a saúde dos enfermeiros, mas também a qualidade do atendimento prestado.

Isto aponta para o fato de quanto é crucial promover mudanças nas condições de trabalho, garantindo não apenas a saúde e o bem-estar dos enfermeiros, mas também a qualidade do cuidado oferecido aos pacientes.

4.2 “VEJA, NÃO DIGA QUE A VITÓRIA ESTÁ PERDIDA, SE É DE BATALHAS QUE SE VIVE A VIDA”.

A utilização da frase “Veja, não diga que a vitória está perdida, se é de batalhas que se vive a vida” da música Tente Outra Vez, de Raul Seixas, foi uma escolha para o título, pois ela reflete a resiliência e o espírito de luta que muitos profissionais de enfermagem precisam cultivar para lidar com os desafios diários de sua profissão.

Essa citação destaca a importância de perseverar mesmo em meio às adversidades, como o estresse e a sobrecarga de trabalho, que muitas vezes exige força e dedicação constante para enfrentarem pressões físicas e emocionais intensas, simbolizando a necessidade de encontrar força para seguir adiante, mesmo diante de condições que possam parecer insustentáveis, lembrando que é nas "batalhas" que muitos encontram significado e propósito.

É uma reflexão crítica e construtiva sobre as condições de trabalho desses profissionais: embora a persistência e a resiliência sejam qualidades admiráveis, a frase pode ser um chamado para repensar e melhorar o suporte dado à equipe de enfermagem. Ela enfatiza que, embora a luta faça parte da vida, é essencial que as "batalhas" enfrentadas na enfermagem sejam acompanhadas de apoio organizacional e políticas que reduzam a carga excessiva e promovam o bem-estar desses trabalhadores, permitindo que a “vitória” seja alcançar um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável, pois tudo isto pode influenciar a assistência prestada por esta categoria profissional.

E isto vai de encontro com os artigos selecionados no quadro sinóptico, em que a sobrecarga de trabalho tem relação direta com o aumento do estresse e com as consequências físicas e mentais, tendo como aparecimento a fadiga, insatisfação e intenção de abandonar a profissão, além de questões como a síndrome de *burnout*, levando ao déficit na qualidade da assistência prestada ao paciente.

Isto porque, a profissão de enfermagem está voltada ao cuidado e nesse raciocínio, acaba assumindo uma grande responsabilidade no cenário da saúde, onde há necessidade de grande racionalidade, regida por conhecimento científico e prático, e isso pode levar o profissional a um alto nível de estresse crônico, tornando-os particularmente vulneráveis (Gomes, 2021).

E este índice de estresse em profissionais de enfermagem tem crescido muito rápido, tornando um problema em âmbito mundial, esse fato pode ser ocasionado por inúmeros fatores, como: conflitos com pacientes e com profissionais na equipe multiprofissional ou até mesmo com

profissionais da equipe de enfermagem, porém, os dois principais fatores são: a sobrecarga de trabalho e a grande jornada de trabalho (Santos *et al.*, 2019).

A sobrecarga de trabalho está relacionada à falta de infraestrutura de algumas instituições, também ao número e quantitativo de profissionais diminuído. Já a jornada de trabalho tem relação com as condições inadequadas de descanso dos profissionais de enfermagem e a falta de valorização profissional (Santos *et al.*, 2019).

Identificou-se que as cargas de trabalho que estão mais diretamente ligadas ao trabalho do profissional de enfermagem são as Cargas Psíquicas, Fisiológicas, Biológicas, Físicas, Mecânicas e Químicas (Mendes *et al.*, 2019).

Na particularidade do enfermeiro de estratégia de saúde da família dentro da Atenção Primária à Saúde (APS), a questão da sobrecarga está atrelada a parte de gerenciamento da unidade, visto que há agravos em questões estruturais, recursos humanos e alta demanda de trabalho (Santos *et al.*, 2023).

Ainda no contexto da estratégia de saúde da família, a qualidade prestada pode ser interferida devido às condições de trabalho serem inadequadas, como por exemplo a limitação de recursos, falta de mão de obra, causando a carga de trabalho excessiva. Esses fatores fazem com que a produtividade da equipe de enfermagem tenha um grau baixo, acarretando a auto-cobrança do profissional e fazendo com que o mesmo seja acometido ao esgotamento profissional e a sobrecarga de trabalho (Santos *et al.*, 2023).

Nesse contexto, a sobrecarga de trabalho interfere diretamente nas relações interpessoais, na capacidade de trabalho e satisfação pessoal, e com isso leva o profissional de enfermagem a estresse emocional crônico que pode provocar síndrome de *burnout*, fazendo com que o profissional tenha sentimentos negativos em relação ao seu local de trabalho (Santos *et al.*, 2023).

A sobrecarga de trabalho que é acarretada pela dupla jornada de trabalho, insatisfação profissional, exaustão profissional e fatores ambientais, causam impactos na qualidade da assistência prestada ocasionando resultados negativos na segurança do paciente acarretando o aumento de eventos adversos dos locais onde é prestado assistência (Garzin *et al.*, 2024).

Com todos os fatores estressores que estão presentes em um ambiente de trabalho, o profissional de enfermagem pode adquirir problemas no aspecto psicamental, sendo um dos principais a síndrome de *burnout*, fazendo que em muitos casos o profissional seja acometido pelo bloqueio de contato com o paciente, gerando uma dificuldade para a segurança do paciente e reduzindo o nível de qualidade do serviço prestado (Garzin *et al.*, 2024).

O centro cirúrgico é um setor de alta rotatividade de pacientes, tendo a necessidade de uma grande quantidade de profissionais da equipe de enfermagem presente, porém, o déficit de profissionais nessa área é um grande problema, e pode provocar inúmeros problemas, e o maior destaque destes problemas é o adoecimento mental, fazendo com que isso prejudique o planejamento traçado para o atendimento dos pacientes (Hoffmann; Glanzner. 2019).

Em unidades de urgência e emergência existem vários impasses que podem acometer a qualidade da assistência, um deles é o índice elevado de trabalho, fazendo com que a demanda de trabalho dos profissionais de enfermagem seja exaustiva, outro ponto em destaque é o nível de gravidade dos pacientes atendidos neste setor, o que pode ocasionar desgaste mental com maior facilidade nestes funcionários (Silva *et al.*, 2021).

Durante o cenário da pandemia de COVID-19 notou-se uma demanda de trabalho para a equipe de enfermagem acima do normal, uma infraestrutura inadequada, a falta de recursos materiais para o paciente, falta de equipamentos de uso individual (EPIs) para o profissional, carga excessiva de trabalho e o elevado nível de transmissão da doença entre os profissionais e pacientes (Soares *et al.*, 2022).

Esse fato se deu devido ao aumento significativo dos leitos de terapias intensivas e automaticamente o aumento da complexidade do quadro clínico em que o paciente apresentava (Fernandez *et al.*, 2021), fazendo com que muitos profissionais adoecesse mentalmente e automaticamente influenciasse na assistência prestada, no aumento dos casos de eventos adversos, como por exemplos: os erros de administração de medicações, o aumento no índice de queda do pacientes e também ao aumento das infecções relacionadas à assistência à saúde, o que resultou num desempenho baixo dos profissionais de enfermagem e uma má qualidade de assistência (Soares *et al.*, 2022).

Acreditamos que a frase de Raul Seixas, “Veja, não diga que a vitória está perdida, se é de batalhas que se vive a vida”, engloba a resiliência necessária para os profissionais de enfermagem enfrentarem os desafios constantes de sua profissão. Essa reflexão destaca a importância de perseverar em meio ao estresse, à sobrecarga de trabalho e às condições adversas que caracterizam o cotidiano desses trabalhadores. No entanto, é fundamental reconhecer que, embora a luta seja uma parte intrínseca da vida, o apoio organizacional e a melhoria das condições de trabalho são essenciais para garantir que essas "batalhas" não se tornem insustentáveis.

O aumento do estresse e a prevalência de problemas como a síndrome de *burnout* entre os enfermeiros evidenciam a necessidade urgente de intervenções que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável e as organizações de saúde e os profissionais de enfermagem saúde busquem o equilíbrio entre a dedicação à profissão e o cuidado com a saúde dos trabalhadores. Somente assim, será possível transformar as dificuldades enfrentadas em oportunidades de crescimento e melhoria, garantindo um futuro mais promissor para a enfermagem e, conseqüentemente, para os pacientes que dependem desse cuidado.

5 CONCLUSÃO

Concluimos neste estudo que o assunto sobrecarga de trabalho no âmbito da enfermagem é muito discutido diariamente pelos profissionais da área, mas há pouca intervenção quando se adentra nessa realidade.

É perceptível que grande parte dessa classe profissional acaba aderindo uma rotina exaustiva, fazendo com que essa prática acometa sua saúde física e principalmente a saúde mental,

muitas vezes levando este profissional ao estresse extremo, desenvolvendo questões psíquicas e ainda favorecendo o aparecimento da síndrome de *burnout*.

A sobrecarga de trabalho da equipe de enfermagem é ocasionada devido aos fatores como: falta de infraestrutura da instituição, baixa remuneração salarial, falta de insumos, ambiente inadequado para repouso da equipe, falta de quantitativo de profissionais, desvalorização profissional e fragilidades no gerenciamento da equipe.

O tema “sobrecarga de trabalho na equipe de enfermagem”, é discutida em várias áreas da enfermagem, mostrando que existem algumas áreas com maior índice de exaustão profissional, como o caso das UTIs, devido à alta complexidade e gravidade dos pacientes.

É necessário um olhar humanizado e individualizado para a equipe de enfermagem relacionado a sobrecarga de trabalho, considerando sua importância profissional e enfatizando a necessidade de visibilidade e de valorização profissional.

Desta forma, compreende-se que essa pesquisa representa apenas uma parte da temática sobrecarga de trabalho do profissional de enfermagem, entendendo que este tema possa ser mais explorado e discutido de forma a elucidar e gerar alternativas frente ao cenário apresentado.

REFERÊNCIAS

ALVES, F.C. *et al.* Estresse ocupacional e esgotamento profissional em profissionais da enfermagem: revisão integrativa da literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, Paraná, v.3, n.5, p.11585-11602, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/16048>. Acesso em: 01 abr. 2024.

AMPOS L.F. *et al.* Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da covid-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 27, p. 1-9, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0302pt>. Acesso em: 29 ago 2024.

BACKES D.S. *et al.* Contribuições de Florence Nightingale como empreendedora social: de enfermagem moderna à contemporânea. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, p. 1-4, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0064>. Acesso em: 06 nov 2024.

BARRETO G.A.A. *et al.* Condições de trabalho da enfermagem: uma revisão integrativa. **REVISA**, Goiás, v.10, p.13-21, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36239/revisa.v10.n1.p13a21>. Acesso em: 06 nov 2024.

BELTRAME, A.S. *et al.* Jornadas múltiplas de trabalho e a relação com a qualidade de vida e enfermagem. **Editora Científica Digital**, São Paulo, v.9, p.131-146, 2021. Disponível em: <https://www.editoracientifica.com.br/artigos/jornadas-multiplas-de-trabalhos-e-a-relacao-com-a-qualidade-de-vida-e-enfermagem>. Acesso em: 09 mar. 2024.

COFEN. Lei nº 7.498. de 25 de junho de 1986. **Dispõe sobre a regulamentação do exercício da enfermagem, e dá outras providências**. Câmara dos Deputados, 1986, Brasília. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/17498.htm. Acesso em: 07 nov 2024.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 3.ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

DIAS D.A. *et al.* Equipe de enfermagem: Efeitos da dupla jornada de trabalho. **Revista Foco Interdisciplinary Studies**, , Paraná, v.16, n. 7, p. 1-14, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v16n7-074>. Acesso em: 06 nov 2024.

DUARTE A.A.S.; RIBEIRO K.R.A. Fatores associados ao estresse, ansiedade e depressão na enfermagem intensivista no contexto da pandemia de covid-19. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v.14, p. 1-7, 2022. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/11599/11222>. Acesso em: 30 ago 2024.

FABRES S.C. *et al.* Fatores de risco para sofrimento psíquico no processo de trabalho de enfermeiras hospitalares. **Journal of Nursing and Health**, Rio Grande do Sul, v.12, p. 1-12, 2022. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/02/1415823/2.pdf>. Acesso em: 30 ago 2024.

FERNANDEZ M. *et al.* Condições de trabalho e percepções de profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento à covid-19 no Brasil. **Saúde Soc.**, São Paulo, v.30, n.4, p.1-13, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902021201011>. Acesso em: 27 ago 2024.

FONSÊCA C.R.P. *et al.* Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem: reflexão sobre os impactos da covid-19. **Revista de Enfermagem do Centro-oeste Mineiro**, Minas Gerais, v.11, p. 1-8, 2021. Disponível em: <http://doi.org/10.19175/recom.v11i0.3886>. Acesso em: 29 ago 2024.

GARZIN A.C.A. *et al.* *Burnout*, satisfação e fadiga por compaixão: relação com a qualidade assistencial e segurança do paciente. **Revista O Mundo da Saúde**, São Paulo, v.48, p. 262-272, 2024. Disponível em: <https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/article/view/1580/1416>. Acesso em: 27 ago 2024.

HOFFMANN D. A; GLANZNER C. H. Fatores que interferem na saúde do trabalhador de enfermagem do centro cirúrgico. **Revista Cubana de Enfermeria**, [S.L], v.35, n.4, p. 1-24, 2019. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400016. Acesso em: 27 ago 2024.

LIMA A.G. *et al.* Estresse ocupacional vivenciado por profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva do agreste de Pernambuco. **Brazilian Journal of Health Review**, Paraná, v.4, n.1, p.2316-2337, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n1-187>. Acesso em: 05 nov 2024.

MACEDO, J. S. **Da saúde ao adoecimento**: a dupla jornada de trabalho dos profissionais de enfermagem. 2022. 39f. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Instituto de Estudos em Saúde e Biológicas da Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará. Marabá. 2022. Disponível em: <https://repositorio.unifesspa.edu.br/handle/123456789/1959>. Acesso em: 09 mar. 2024.

MASS S.F.L. *et al.* Rotina do imprevisível: cargas de trabalho e saúde de trabalhadores de enfermagem de urgência e emergência. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v.43, p. 1-9, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210007>. Acesso em: 26 ago 2024.

MENDES M. *et al.* Cargas de trabalho na Estratégia Saúde da Família: interfaces com o desgaste dos profissionais de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v.54, p. 1-9, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019005003622>. Acesso em: 26 ago 2024.

MUNHOZ O. L. *et al.* Prevalência e associação entre estresse e ansiedade em profissionais de enfermagem perioperatória: estudo misto. **Texto e Contexto Enfermagem**, Santa Catarina, v.33, p. 1-16, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2023-0347pt>. Acesso em: 29 ago 2024.

MUNIZ, D. C.; ANDRADE, Erci G.S.; SANTOS, Walquiria L. A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho. **Revista de Iniciação Científica e Extensão (REICEN)**, Goiás, v.2, n.2, p.274-279, 2019 [S.L]. Disponível em: <https://www.archive.org>. Acesso em: 08 abr. 2024.

NUNES N.H.Q. *et al.* Driblando o estresse para melhor qualidade de vida na enfermagem. **Enferm. Foco**, Rio de Janeiro, v.13, p. 1-7, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2022.v13.e-202238ESP1>. Acesso em: 27 ago 2024.

OLIVEIRA N.P.G. *et al.* Ocorrência de eventos adversos associados às práticas de enfermagem: revisão integrativa. **Enfermagem Brasil**, São Paulo, v.22, n.1, p. 103-117, 2023. Disponível em: <https://www.convergenceseditorial.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/514>. Acesso em: 29 mar. 2024.

PIRES M. P. *et al.* Sofrimento mental, desgastes e fortalecimento no enfrentamento da covid-19 entre trabalhadores da enfermagem do Tocantins. **Revista Baiana da Saúde Pública**, Bahia, v.46, n.4, p. 193-209, 2022. Disponível em: <https://rbps.sesab.ba.gov.br/index.php/rbps/article/view/3744/3187>. Acesso em: 30 ago 2024.

RIBEIRO A.A.A. *et al.* Impactos da pandemia covid-19 na vida, saúde e trabalho de enfermeiras. **Acta Paulista Enfermagem**, São Paulo, v.35, p. 1-8, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO010466>. Acesso em: 28 ago 2024.

RODRIGUES C.C.F.M. *et al.* Estratégias de enfrentamento e coping do estresse ocupacional utilizadas por profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: scoping review. **Online Brazilian Journal of Nursing**, Rio de Janeiro, v.19, n.3, p. 1-15 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.17665/1676-4285.20206408>. Acesso em: 05 nov 2024.

SANTOS A. F. *et al.* Fatores aliviadores e agravantes do estresse ocupacional na equipe de enfermagem. **Revista de Enfermagem da UFPI**, Piauí, v.8, n.4, p. 82-90, 2019. Disponível em: <https://ojs.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/8302/pdf>. Acesso em: 29 ago 2024.

SANTOS E.L. *et al.* Implicações da síndrome de *burnout* na saúde mental dos enfermeiros da atenção primária à saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Portugal, n.30, p.66-82, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.19131/rpesm.374>. Acesso em: 26 ago 2024.

SANTOS F.B.O. *et al.* Padrão Anna Nery e perfis profissionais de enfermagem possíveis para enfermeiras e enfermeiros no Brasil. **História da Enfermagem: Revista Eletrônica**, Brasília, v.11, n.1, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://periodicos.abennacional.org.br/here/article/view/70>. Acesso em: 06 nov 2024.

SILVA A.G.I. *et al.* Satisfação e insatisfação da equipe de enfermagem em unidades de urgência e emergência: revisão integrativa. **Revista Nursing**, São Paulo, v.24, n.276, p. 5656-5662, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/nursing.2021v24i276p5656-5669>. Acesso em: 28 ago 2024.

SILVA F.X. *et al.* Sobrecarga da equipe de enfermagem e o risco de eventos adversos. **Revista Nursing**, São Paulo, v.26, n.297, p. 9371-9376, 2023. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3054/3655>. Acesso em: 30 ago 2024.

SILVA M.D.F. *et al.* Redução do estresse laboral em profissionais de enfermagem: aplicação de uma intervenção. **Aquichan**, Colombia, v.21, n.3, p. 1-11, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5294/aqui.2021.21.3.4>. Acesso em: 09 nov 2024.

SOARES J.P. *et al.* Fatores associados ao *burnout* em profissionais de saúde durante a pandemia de covid-19: Revisão integrativa. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v.46, n.1, p. 385-398, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E126>. Acesso em: 28 ago 2024.

SOARES S.S.S. *et al.* Dupla jornada de trabalho na enfermagem: dificuldades enfrentadas no mercado de trabalho e cotidiano laboral. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v.25, n.3, p. 1-7, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0380>. Acesso em: 09 mar. 2024.

SOARES S.S.S. *et al.* Dupla jornada de trabalho na enfermagem: Paradigma da prosperidade ou reflexo do modelo neoliberal?. **Rev Baiana Enferm.** Bahia, v.35, p. 1-12, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v35.38745>. Acesso em: 07 nov 2024.

SOUSA C.N.S *et al.* Análise do estresse ocupacional na enfermagem: Revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, São Paulo, v.52, n.52, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3511>. Acesso em: 10 abr. 2024.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: O que é e como fazer. **Journal Einstein**, São Paulo, v.8, n.1, p-102-106, 2010. Disponível em: <https://journal.einstein.br/pt-br/article/revisao-integrativa-o-que-e-e-como-fazer/>. Acesso em: 04 abr. 2024.

TRINDADE L.R. *et al.* Sobrecarga de trabalho em unidades hospitalares: percepção de enfermeiros. **Saúde e Pesquisa**, Paraná, v.14, n. 4, p.733-742, 2020 [S.L]. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/8063/6735>. Acesso em: 28 ago 2024.

ZUCOLOTO G. R.; MARCOLAN J.F. Condições de trabalho e sintomatologia depressiva em enfermeiros intensivistas durante a pandemia covid-19. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v.15, p. 1-7, 2023. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/12757/12017>. Acesso em: 26 ago 2024.