

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ANA KATARINA BEZERRA BENTZEN
LYDIANE CRISTINA DE OLIVEIRA ROCHA
RENATA PATRÍCIA DE ARAÚJO

Os impactos da saúde ocupacional na vida dos profissionais de saúde

RECIFE/2025

**ANA KATARINA BEZERRA BENTZEN
LYDIANE CRISTINA DE OLIVEIRA ROCHA
RENATA PATRÍCIA DE ARAÚJO**

Os impactos da saúde ocupacional na vida dos profissionais de saúde

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Disciplina TCC II do
Curso de Bacharelado em Enfermagem
do Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA, como parte dos requisitos
para conclusão do curso.

Orientador(a): Prof. MSc. Matheus
Henrique Castanha Cavalcanti.

RECIFE-PE
2025

**ANA KATARINA BEZERRA BENTZEN
LYDIANE CRISTINA DE OLIVEIRA ROCHA
RENATA PATRÍCIA DE ARAÚJO**

Os impactos da saúde ocupacional na vida dos profissionais de saúde

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Examinadores:

Matheus Henrique Castanha Cavalcanti – Mestre

Examinador 1 – Titulação

Examinador 2 - Titulação

Nota: _____

Data: ____/____/____

Dedicamos este trabalho primeiramente a DEUS, e em segundo lugar a toda dedicação, esforço e sabedoria que obtivemos durante este ciclo que se fecha. Trilharemos novos caminhos, com todo o aprendizado adquirido. Cada obstáculo que superamos nos mostra o grande potencial na nossa formação, onde aprenderemos a sermos profissionais excelentes e humanizados, pois para trabalhar com vidas não basta só fazer por amor. Precisamos fazer com amor, competência e dedicação. Lembrando que a enfermagem, é o cuidar como um todo, na missão de estar presente desde a concepção até óbito, sempre com muito respeito, dedicação e amor.

Disto isto, a responsabilidade passa a ser não só física como afetiva e continua.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus pela vida e por toda oportunidade e sabedoria que me foi permitida, aos meus pais por toda dedicação e incentivo ao meu estudo, as minhas amigas Renata e Lydiane pela parceria, respeito e dedicação, a Elizabeth Oliveira por todo apoio e carinho, agradeço a todos os professores de enfermagem que dividiram comigo conhecimento, em especial ao professor Luíz Maia por toda dedicação e paciência na realização do TCC, e a Arthur meu filho por entender minha ausência.

Katarina Bentzen

Gratidão Ao meu Deus por todos os seus projetos em minha vida, que toda honra e toda gloria seja ao senhor. Aos meus pais em especial a minha mãe (mainha), por todo suporte apoio e incentivo, em toda minha jornada, ao meu filho Renan Guilherme por estar comigo em todos os momentos, por acreditar e se inspirar em mim. Ao meu sobrinho Kauan pelas orações, ao meu esposo Fabio Rocha por todo seu amor, cuidado, paciência e atenção. As minhas colegas Renata e Katarina por toda parceria, amizade empenho e dedicação, por toda troca ao longo do curso e na construção do TCC. Aos professores que passaram por toda graduação, contribuindo para meu conhecimento. A coordenação do curso por toda assistência, ao querido prof. Luiz por esta comigo orientando, acompanhando, fornecendo todo apoio e suporte necessário para a elaboração do TCC, sem ele não aconteceria.

Lydiane Rocha

Agradeço em primeiro lugar a Deus por me permitir a dádiva da vida , e por estar presente em todos os momentos de minha vida, a minha mãe por sempre acreditar em mim, e sempre fazer o melhor que ela pode para hoje estar aqui finalizando mais uma etapa da minha vida, aos meus filhos Caio e Rafael que servem como uma fonte de incentivo e amor, ao meu esposo (Murilo Jorge) que esteve presente na minha formação me apoiando e me incentivado e em todos os momentos da minha vida, a minha irmã Elzinete que sempre esteve presente na minha vida, as minha amigas Katarina e Lydiane que estavam presentes em minha jornada acadêmica e na vida , ao corpo docente da Unibra que compartilhou tanto conhecimento para comigo, em especial ao professor Luíz Maia, que esteve comigo neste processo de criação do TCC, a coordenadora Wanuska Portugal que por muitas vezes não mediu esforços para estende-me a mão , e ao coordenador Matheus que sempre foi maravilhoso, se hoje estou finalizando mais um ciclo devo tudo isso a todos vocês, obrigado por todo apoio e dedicação.

Renata Araújo

EPÍGRAFE

“Escolhi estar presente na dor porque já estive muito
perto do sofrimento”

Florence Nightingale

RESUMO

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura que teve como objetivo identificar e analisar os impactos da saúde ocupacional na vida dos profissionais de saúde. A pesquisa foi realizada entre fevereiro e novembro de 2025, nas bases de dados Google Acadêmico, LILACS e SciELO, utilizando os descritores “saúde ocupacional”, “jornada de trabalho”, “saúde do trabalhador” e “impactos na vida do trabalhador”. Foram selecionados 12 artigos, publicados entre 2010 e 2025, em português, inglês e espanhol, de acesso gratuito e texto completo. Historicamente, o campo da saúde do trabalhador evoluiu de uma abordagem médica unicausal para uma visão multidisciplinar, fortalecida pela Lei nº 8.080/1990 e pelas Normas Regulamentadoras. Os estudos evidenciam que os profissionais de saúde estão expostos a fatores de risco físicos e psicológicos, como jornadas extensas, baixa remuneração, sobrecarga e ambientes laborais inadequados, que favorecem o surgimento de doenças ocupacionais, destacando-se a síndrome de burnout. Essa condição, intensificada durante a pandemia da COVID-19, manifesta-se por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Conclui-se que um ambiente de trabalho saudável, com valorização, apoio social e autonomia profissional, é fundamental para reduzir o adoecimento e melhorar a qualidade da assistência. Investir em políticas públicas e práticas institucionais voltadas à promoção da saúde ocupacional é essencial para prevenir afastamentos, transtornos emocionais e o esgotamento profissional, assegurando bem-estar e eficiência no cuidado em saúde.

Palavras-Chaves: Saúde ocupacional, jornada de trabalho, saúde do trabalhador, impactos na vida do trabalhador.

Occupational Impacts On The Lives Of Health Professionals

ABSTRACT

This study consists of an integrative literature review aimed at identifying and analyzing the impacts of occupational health on the lives of healthcare professionals. The research was conducted between February and November 2025, using the databases Google Scholar, LILACS, and SciELO, with the descriptors “occupational health,” “workload,” “worker’s health,” and “impacts on the worker’s life.” A total of 12 articles published between 2010 and 2025 in Portuguese, English, and Spanish, with full-text open access, were selected. Historically, the field of worker’s health has evolved from a single-cause medical approach to a multidisciplinary perspective, strengthened by Law No. 8.080/1990 and the Regulatory Standards. The studies show that healthcare professionals are exposed to physical and psychological risk factors such as long working hours, low wages, work overload, and inadequate working conditions, which favor the development of occupational diseases, particularly burnout syndrome. This condition, intensified during the COVID-19 pandemic, is characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional accomplishment. It is concluded that a healthy work environment — one that provides professional appreciation, social support, and autonomy — is essential to reduce illness and improve the quality of care. Investing in public policies and institutional practices aimed at promoting occupational health is crucial to prevent absenteeism, emotional disorders, and professional burnout, ensuring well-being and efficiency in healthcare delivery.

Keywords: Occupational health, working hours, worker's health, impacts on the worker's life.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CID - Classificação Internacional das Doenças
DORTS - Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho
LER - Lesões por Esforços Repetitivos
MTE – Ministério do Trabalho e Emprego
NR – Norma Regulamentadora
PST– Programa de Saúde dos Trabalhadores
SO – Saúde Ocupacional
SUS – Sistema único de saúde

SUMÁRIO

1. Introdução.....	13
2. Materiais e métodos.....	15
3. Resultados e discussão.....	16
4. Conclusões.....	20
Referências.....	21

1. Introdução

A lei 8080, de 19 de setembro de 1990, estabelece que o sistema único de saúde (SUS) circunscreve ações externas a saúde do trabalhador, essas ações têm como objetivo incentivar e resguardar a saúde dos trabalhadores, além de proporcionar e desacoimar aqueles que sofreram riscos ou danos adquiridos das condições de trabalho. A compreensão das relações, trabalho-saúde-doença, passou por constantes transformações ao longo dos anos. Historicamente com abordagem da medicina do trabalho, o médico do trabalho era o protagonista do ensejo e os trabalhadores eram referenciados como coadjuvantes, neste modelo explicava-se as doenças e agravos uniaxial. A incessante luta dos trabalhadores por melhores condições de vida, evidenciavam a insuficiência desse modelo para intervir nos problemas causados pelos processos produtivos, interrogando os elevados custos dos agravos a saúde.^{1,2}

O agravamento dos transtornos mentais entre profissionais da saúde tem despertado crescente atenção, especialmente diante do aumento expressivo de casos de ansiedade, depressão, insônia e esgotamento ocupacional. Nesse contexto, destaca-se a síndrome de *burnout*, um distúrbio psíquico relacionado ao estresse crônico no ambiente de trabalho, caracterizado pela exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional. A pandemia de COVID-19 atuou como um catalisador, expondo e ampliando fragilidades preexistentes no setor e intensificando a sobrecarga física e emocional desses profissionais. Os sintomas do *burnout* se manifestam em diferentes dimensões: físicas (cefaleia, fadiga constante, distúrbios do sono, dores musculares, alterações cardiovasculares e respiratórias); psíquicas (baixa autoestima, lentidão de pensamento, falta de concentração, impaciência e depressão); e comportamentais (irritabilidade, resistência a mudanças, agressividade, uso de álcool e outras substâncias, isolamento e desinteresse pelo trabalho ou lazer). A compreensão dessa síndrome é essencial para a formulação de estratégias de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, especialmente em áreas de alta demanda emocional como a da saúde.^{3,4}

A literatura aponta que o sofrimento psíquico é um fenômeno multifatorial. Salientam que a exaustão emocional e a sobrecarga física e psicológica são aumentadas pela falta de infraestrutura adequada nos serviços de saúde, pelo déficit de recursos humanos e pela insegurança no ambiente de trabalho. A Saúde ocupacional (SO) é de extrema importância na formação do ambiente de trabalho, mesmo com seu caráter multidisciplinar ainda necessita de articulação. No Brasil as NR (Normas Reguladoras), NR 07 é a norma que regulamenta o programa de controle médico de saúde ocupacional, que foram essenciais para contribuir com os órgãos fiscalizadores e empresas, possibilitando o surgimento de instituições acadêmicas e governamentais, estimulando a participação dos trabalhadores e a prevenção da saúde. Os programas de saúde dos trabalhadores (PST), buscam assegurar um ambiente de trabalho seguro e saudável. O MTE (Ministério de Trabalho e Emprego) apesar dos esforços, e ações realizadas, no qual alguns empregadores dificultam a eficácia das políticas de saúde do trabalhador.^{2,3,5,6}

De acordo com os estudos, os profissionais de saúde ocupam o terceiro lugar em sobrecarga de estresse, com isto, surge as doenças de cunho ocupacional, *burnout* é definida como uma síndrome de esgotamento profissional. Literalmente, a palavra significa "queimar completamente" (do inglês *to burn out*) e, no contexto da saúde ocupacional, designa um estado de exaustão física, mental e emocional. O conceito foi formulado pelo psicanalista *Herbert Freudenberger*, na década de 1970. e é a condição que afeta a saúde do trabalhador em decorrência da atividade ou exercício profissional. As instituições hospitalares precisam assimilar que o adoecimento no ambiente de trabalho impacta na vida do trabalhador e que as propostas de intervenção, na tentativa de minimizar os agravos na saúde dos trabalhadores, devem ser elencadas a partir do olhar de quem vivencia as condições laborais inadequadas. No entanto, esses trabalhadores estão frequentemente expostos a condições laborais adversas, que podem sensibilizar sua saúde física e mental. Condições que comprometem não apenas o bem-estar dos profissionais, mas também a qualidade da assistência prestada aos pacientes. O sexo feminino, tem predominância historicamente na profissão da enfermagem. A análise mostrou que o sofrimento mental e a falta de prazer no trabalho, associado com alta exigência, baixo apoio social dos colegas, ou seja, o ambiente de trabalho e o apoio social (ou a falta dele) podem agravar o sofrimento mental entre os profissionais da enfermagem.^{1,7, 8,9}

Devido a jornada excessiva de trabalho e a privação do sono prejudicam a qualidade de vida, eleva os riscos de erros ocupacionais e interfere no desenvolvimento cognitivo do profissional. A insatisfação entre os profissionais de enfermagem. A pressão constante e a falta de recursos adequados

para realizar um trabalho de qualidade podem levar a um ambiente de trabalho tóxico, onde a saúde mental e física dos profissionais é comprometida. Essa situação não apenas afeta a qualidade da assistência prestada aos pacientes, mas também pode resultar em alta rotatividade de pessoal, agravando ainda mais a escassez de profissionais na área. Além disso, a fragmentação da assistência e a falta de uma equipe bem dimensionada dificultam a comunicação e a colaboração entre os membros da equipe de saúde, o que é essencial para um cuidado integral e eficaz. A ausência de autonomia também pode desmotivar os profissionais, que se sentem limitados em sua capacidade de tomar decisões e contribuir para o cuidado dos pacientes. Portanto, é fundamental que haja uma reavaliação das condições de trabalho na enfermagem, com foco na valorização dos profissionais, na melhoria das condições laborais e na promoção de um ambiente de trabalho mais saudável e colaborativo. Isso não apenas beneficiaria os profissionais, mas também resultaria em uma assistência de saúde de melhor qualidade para os pacientes.^{10,11,12}

O distinto estudo visa compreender os principais fatores que acometem os impactos ocupacionais na vida dos profissionais de saúde e a relação à quais eles se relacionam, e onde estão inseridos. Observando as características do ambiente de trabalho e as dificuldades enfrentadas por um trabalho mais participativo.

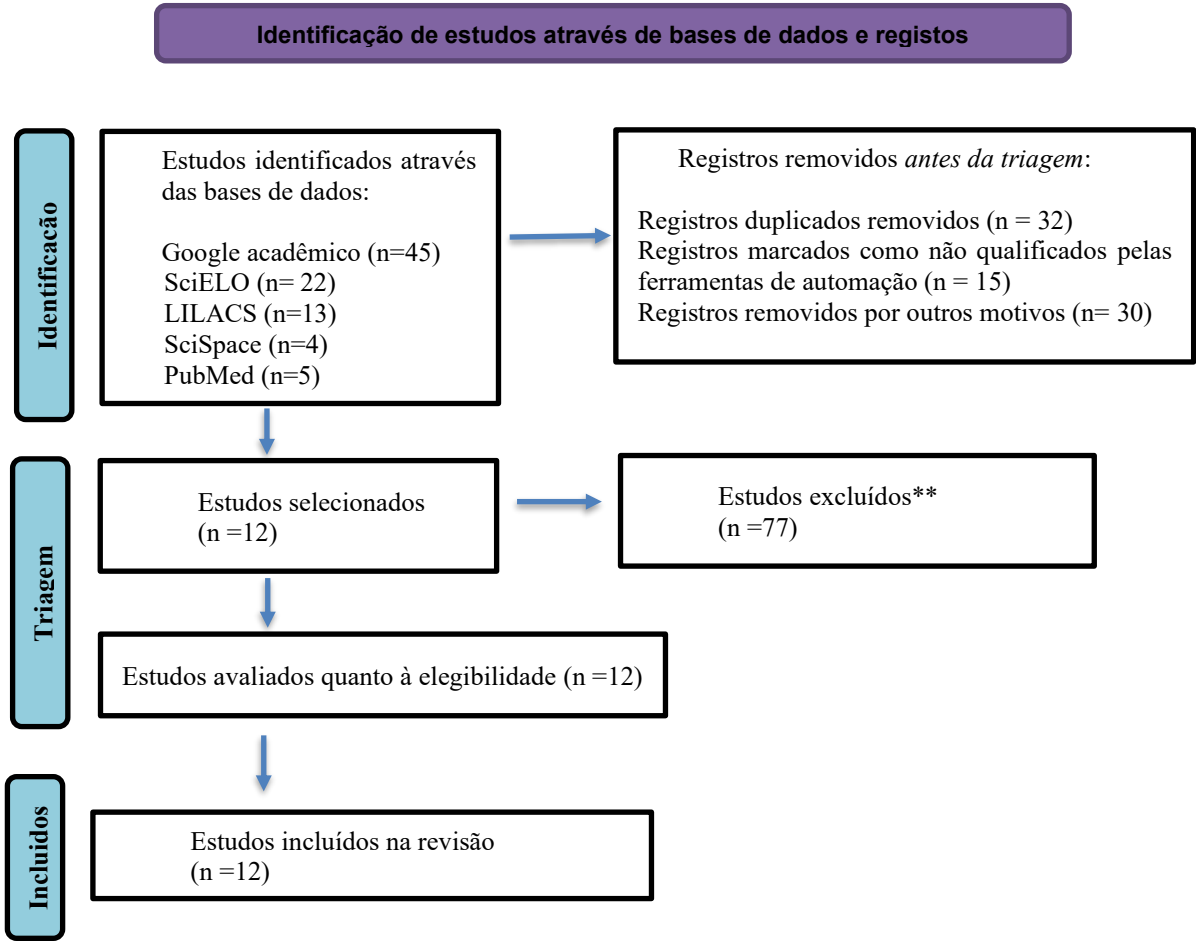
2. Material e Métodos

O atual estudo refere se a uma revisão integrativa da literatura, cujo propósito é coligir, condensar e resumir os resultados de pesquisas empíricas já publicadas sobre o tema em questão, de modo a proporcionar uma compreensão ampliada e sistematizada da produção científica existente tendo como pergunta norteadora: “Quais os impactos da saúde ocupacional na vida de profissionais de saúde?”.

A pesquisa foi realizada no mês de fevereiro a novembro de 2025, a partir de artigos científicos indexados, desenvolvidos nas bases de dados do Google acadêmico, Lilacs (Literatura Latino-americana e do Caribe em ciências e saúde) e Scielo (Scientific Eletronic Library Online). Realizou-se o cruzamento com os descritores: “Saúde ocupacional”, “jornada de trabalho”, “saúde do trabalhador” e “impactos na vida do trabalhador”. Utilizamos como critérios de inclusão estudos publicados de 2010 á 2025 no idioma português, inglês e espanhol, texto completo de acesso gratuito e que apresentam a temática pertinente com o objetivo da pesquisa.

Ao todo foram encontrados 89 artigos na qual 12 artigos foram utilizados. Recorreu-se como critério de exclusão: artigos em duplicação nas bases de dados, aqueles que não possuíram afinidade com o tema e texto incompleto e/ou indisponível. Os artigos encontrados foram lidos e avaliados quanto à sua adequação tendo suas informações registradas segundo sua importância e referência de forma numérica. Após a coleta e interpretação dos dados foi realizada a síntese do conhecimento obtido nas publicações, a qual produziu resultados na forma narrativa, descrevendo achados comuns e divergências entre os estudos na discussão. A seguir, a Tabela 1 apresenta um diagrama prisma para identificação do cruzamento de dados utilizados nesta revisão integrativa.

Tabela 1 – Diagrama prisma do processo metodológico



Fonte: Autores (2025)

3. Resultados e Discussão

Os estudos foram escolhidos de forma organizada e sistemática, em conformidade com os critérios estabelecidos previamente, para a realização da revisão integrativa. Posteriormente à etapa de identificação, seleção e avaliação minuciosa dos artigos, foram reunidas evidências científicas consistentes que fundamentam a discussão sobre os impactos ocupacionais. Na sequência, a Tabela 2 apresenta uma síntese dos estudos incluídos, destacando os autores, os objetivos e as principais ponderações.

Tabela 2 – Descrição agrupada de cada estudo incluído na revisão integrativa.

Autoria/ano	Título do estudo	Objetivo	Ponderações
Pereira <i>et al.</i> , 2020	Doenças ocupacionais em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa	Realizar revisão integrativa da literatura a respeito das doenças ocupacionais mais frequentes dentre os profissionais da Enfermagem.	Riscos ocupacionais aos que estão expostos os profissionais de saúde, especialmente os trabalhadores da Enfermagem.
Hurtado <i>et al.</i> , 2022	Políticas de saúde do trabalhador no Brasil: contradições históricas e possibilidades de desenvolvimento	Ampliar as políticas públicas para transformar os processos de trabalhos que determinam a relação saúde-doença.	A mudança da prevenção inserida pela abordagem da Saúde do Trabalhador.
Macedo <i>et al.</i> , 2025	Saúde Mental dos Profissionais de Saúde: Fatores de risco, estratégias de prevenção e impactos na qualidade do cuidado	Investigar o aumento da carga de trabalho, a exposição contínua ao sofrimento humano.	O medo do contágio e a escassez de recursos que contribuíram para o agravamento de transtornos psicológicos como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e burnout.
Amaral <i>et al.</i> , 2023	Síndrome de burnout em profissionais da área da saúde: um olhar para literatura com ênfase na necessidade de cuidar de quem cuida	Verificar as pesquisas brasileiras sobre a Síndrome de Burnout realizadas com profissionais da saúde.	Apresentar seus resultados com vistas a despertar ações de tratamento/intervenção para minimizar os impactos da referida síndrome.
Dias <i>et al.</i> , 2020	Saúde do profissional de Enfermagem: riscos ocupacionais em ambiente hospitalar	Analisar a produção científica em relação a saúde ocupacional e os fatores de risco vivenciados pelos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar.	Este estudo possibilitou conhecer a produção científica em relação a quais riscos ocupacionais os profissionais de enfermagem estão mais sujeitos no ambiente hospitalar.

Souza <i>et al.</i> , 2010	Reflexões de profissionais de saúde acerca do seu processo de trabalho	Analisar os instrumentos de trabalho; a finalidade do trabalho na emergência, o produto do trabalho e as especificidades dos diversos profissionais no serviço estudado.	Contribui para explicar a dificuldade de realização de um trabalho mais colaborativo e integrador da especificidade das diferentes profissões.
Baptista <i>et al.</i> , 2022	Indicadores de sofrimento e prazer em trabalhadores de saúde na linha de frente da COVID-19	Avaliar indicadores de sofrimento e prazer em trabalhadores de saúde na linha de frente do cuidado aos casos suspeitos ou confirmados de COVID-19.	As características psicossociais do trabalho de alta exigência e de baixo apoio social.
Oliveira <i>et al.</i> , 2024	O impacto do ambiente de trabalho no bem-estar do enfermeiro	Investigar a relevância da análise desses impactos, não apenas na saúde física e mental dos enfermeiros.	Compreender esses desafios é vital para buscar soluções que melhorem sua qualidade de vida e, por consequência, a qualidade dos cuidados de saúde prestados.
Silva <i>et al.</i> , 2020	Distúrbios osteomusculares e ações para reduzir a ocorrência em trabalhadores de enfermagem	Identificar a presença de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho nos trabalhadores de enfermagem.	As ações de redução de sua ocorrência perpassam pelo comportamento individual às mudanças estruturais.
Barbosa <i>et al.</i> , 2024	Carga de trabalho, cansaço e impotência entre profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19	Investigar a relação entre carga de trabalho e o registro de cansaço e impotência em profissionais de enfermagem.	Necessário ajustar a proteção das equipes em relação ao volume e à extensão das jornadas de trabalho.
Almeida Dias <i>et al.</i> , 2023	Efeitos da dupla jornada de trabalho	Investigar os efeitos da dupla jornada de trabalho em equipes de enfermagem.	Apresenta as principais motivações e dificuldades que levam um profissional de enfermagem a realizar duplas jornadas de trabalho.
Cattani <i>et al.</i> , 2021	Trabalho noturno, qualidade do sono e adoecimento de	Analisar fatores associados à qualidade do sono e adoecimento	Os fatores identificados são úteis para planejar ações em

trabalhadores enfermagem	de	em trabalhadores de enfermagem que atuam no turno noturno.	de	saúde a fim de promover a saúde dos trabalhadores de enfermagem que atuam no turno noturno.
-----------------------------	----	--	----	---

Fonte: Autores (2025)

Os impactos ocupacionais na vida dos profissionais da saúde englobam problemas de ordem física e mental, como as Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/DORT), Pereira *et al.* (2020)¹ doenças respiratórias, ansiedade, depressão e síndrome de *burnout*. A averiguação das pesquisas evidencia múltiplos aspectos relacionados ao problema, reforçando sua complexidade e relevância no contexto da saúde ocupacional. Bem como aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho, fatores como sobrecarga de tarefas, pressão por produtividade, ambientes laborais hostis e falta de reconhecimento profissional contribuem significativamente para o esgotamento e o adoecimento desses indivíduos conforme apontado por Hurtado *et al.* (2022)²

A análise dos impactos ocupacionais na vida dos profissionais de saúde, especialmente na enfermagem, exige uma abordagem multifacetada que considere tanto o contexto de trabalho precário e a desarticulação de políticas de saúde, conforme apontado por Hurtado *et al.* (2022)², criam as condições para que os microtraumas descritos por Pereira *et al.* (2020)¹ se intensifiquem. Por exemplo, a alta demanda de pacientes e a falta de equipamentos ergonômicos obrigam o enfermeiro a realizar esforço físico excessivo, levando a lesões cumulativas. Assim, o problema não é apenas a atividade em si, mas as condições em que ela é exercida, e o político que as moldam. Conforme evidenciado por Pereira *et al.* (2020)¹, as doenças ocupacionais se manifestam por meio do “sistema neurológico e físico que cotidianamente atingem o trabalhador”.

Do mesmo modo complementando essa visão contextual, Amaral *et al.* (2023)⁴ detalham a manifestação desse sofrimento, descrevendo as dimensões mais significativas da síndrome de *burnout*. Os autores descrevem que a exaustão emocional, o esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo, é um traço inicial e crucial, habitualmente originado pela sobrecarga laboral e tensões interpessoais, o que ecoa diretamente com a sobrecarga de trabalho mencionada por Macedo *et al.* (2025)³. Além disso, Amaral *et al.* (2023)⁴ aprofunda a discussão ao caracterizar a despersonalização e a redução da realização pessoal, elementos que especificam e diferenciam o *burnout* de outros quadros depressivos, essa análise conjunta reforça a necessidade de abordagens que considerem tanto a melhoria das condições de trabalho quanto o reconhecimento e tratamento dos sintomas específicos de *burnout* para uma intervenção eficaz.

As doenças ocupacionais representam um grave impacto na vida dos profissionais de saúde, segundo Dias *et al.* (2020)⁵ É um fator primordial, pois sobrecarrega o sistema musculoesquelético, levando a lesões em tecidos como músculos, tendões e nervos. Atividades repetitivas, posturas inadequadas, levantamento de peso excessivo e a falta de pausas para recuperação são condições comuns que se associam à alta carga horária e contribuem para o desenvolvimento de problemas como dores crônicas, tendinites e síndrome do túnel do carpo. Essa realidade é bem descrita por, Dias *et al.* (2020)⁵, que salientam a “ruptura trabalho-saúde-doença”, no entanto, para aprofundar a compreensão desse fenômeno, é fundamental analisá-lo através da lente teórica oferecida por Souza *et al.* (2010)⁶ que com base na compreensão marxista, definem o trabalho como uma ação humana transformadora.

Nos serviços de saúde, essa ação coletiva tem a assistência como objeto, visando à recuperação e à proteção da saúde. Contudo, a precariedade das condições de trabalho descritas por Dias *et al.* (2020)⁵ deturpa essa essência. A falta de insumos e a sobrecarga, por exemplo, demonstram a contradição entre a promessa de uma assistência de qualidade e a realidade laboral, onde o potencial de realização profissional é minado por fatores estruturais. Assim, o *burnout*, apontado por Dias *et al.* (2020)⁵ como consequência do estresse, pode ser compreendido, na perspectiva de Souza *et al.* (2010)⁶, como a manifestação máxima da alienação do trabalho do enfermeiro, que, embora exerça uma atividade de apelo social, é impedido de realizar plenamente a “arte do cuidar” devido às condições do processo de trabalho. Essa análise conjunta reforça a necessidade de ir além da mera constatação do adoecimento, exigindo uma reflexão sobre as condições sistêmicas que o produzem.

A saúde mental dos profissionais de saúde, especialmente em períodos de crise como a pandemia da COVID-19, Baptista *et al.* (2022)⁷ revela a complexa interação entre o trabalho e o bem-estar psicológico. Complementando essa visão, Oliveira *et al.* (2024)⁸ na perspectiva da psicodinâmica do trabalho, expõe como as cargas de trabalho que exigem conhecimento, atenção e decisões rápidas influenciam diretamente o sofrimento psíquico, com escassez de pessoal. Portanto, a interconexão dessas duas perspectivas demonstra o adoecimento mental como um fenômeno inerente. As exigências da profissão, mesmo com o prazer que a atuação profissional pode proporcionar, Baptista *et al.* (2022)⁷ criam o terreno fértil para a manifestação do estresse crônico e do *burnout*, mas que é sufocado pela falta de liberdade de expressão e pela sobrecarga.

A saúde dos profissionais da área da saúde, antes mesmo da pandemia da COVID-19, já era impactada por condições laborais desgastantes. Silva *et al.* (2020)⁹ resultavam em afastamentos. Esse cenário, já preocupante, revela a vulnerabilidade crônica dos profissionais a agravos de saúde decorrentes das exigências rotineiras. No entanto, o advento da pandemia, como sublinhado por Barbosa *et al.* (2024)¹⁰ intensificou drasticamente esses desafios. ainda mais insalubre Silva *et al.* (2020)⁹ São psicologicamente exaustivos as jornadas excessivas e os turnos prolongados, a exaustão e o desgaste emocional, o risco de contaminação e a escassez de recursos ampliaram a sobrecarga já existente. A falta de planejamento de escalas e a insuficiência de funcionários, elementos apontados por Barbosa *et al.* (2024)¹⁰, não apenas sobrecarregaram os profissionais, mas também elevaram a probabilidade de acidentes e comprometeram a qualidade do serviço prestado.

A interconexão desses dois estudos demonstra que a pandemia não criou os problemas ocupacionais, mas os exacerbou, tornando o ambiente de trabalho, que já era prejudicial à saúde física Silva *et al.* (2020)⁹, ainda mais insalubre e psicologicamente exaustivo Barbosa *et al.* (2024)¹⁰ O cansaço extremo e o desgaste emocional que se manifestaram durante a pandemia podem ser vistos como o ápice de um processo de adoecimento gradual, iniciado pela sobrecarga diária já descrita. Essa análise revela que a saúde ocupacional dos profissionais de saúde exige uma abordagem que vá além da ergonomia, englobando a gestão de recursos humanos e a resposta a crises sanitárias, para que o bem-estar dos trabalhadores não seja sacrificado em prol da assistência

Almeida Dias *et al.* (2023)¹¹ destacam que a equipe de enfermagem é frequentemente acometida por estressores decorrentes da dupla jornada de trabalho, realidade agravada por condições laborais inadequadas, longas jornadas e baixa remuneração. Em consonância com essa perspectiva, Cattani *et al.* (2021)¹² reforçam que o trabalho noturno e os turnos irregulares também configuram fatores de risco significativos para o bem-estar dos profissionais de enfermagem. Tais fatores geram sobrecarga física e emocional, além de comprometerem a autonomia profissional e a qualidade da assistência prestada Dias *et al.* (2023)¹¹ A fragmentação do cuidado e a falta de reconhecimento profissional potencializam sentimentos de desmotivação, medo e estresse, refletindo diretamente na saúde mental dos trabalhadores.

A situação se agravou com a pandemia da COVID-19, Cattani *et al.* (2021)¹² Período em que as responsabilidades aumentaram e o convívio social foi reduzido, culminando em fadiga, alterações de humor, distúrbios do sono e dores musculares. Diante das análises de ambos os autores, percebe-se convergência quanto à necessidade de repensar as condições de trabalho impostas aos profissionais de enfermagem. Tanto Almeida Dias *et al.* (2023)¹¹ quanto Cattani *et al.* (2021)¹² evidenciam que a sobrecarga laboral e a falta de reconhecimento institucional resultam em desgaste físico e mental, impactando não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada. Dessa forma, observa-se que tanto as longas jornadas quanto os turnos irregulares produzem consequências negativas sobre a saúde física, emocional e social dos trabalhadores de enfermagem.

4. Conclusão

Dessa forma, fica evidente que um ambiente de trabalho saudável, no qual o profissional é valorizado, compreendido e dispõe de autonomia e apoio social, mostra-se mais eficaz, reduzindo a ocorrência de erros e o surgimento de doenças ocupacionais, sejam elas de natureza física ou mental. Investir em políticas públicas é essencial, integrando, capacitando e protegendo os profissionais para que exerçam suas funções com autonomia, segurança e eficiência, evitando excessos da jornada de trabalho e estresse. O estresse, a desvalorização, a falta de convívio social, a baixa remuneração, a alta concorrência profissional contribuem para o surgimento das doenças ocupacionais, onde a depressão e a síndrome de *burnout* estão inseridas.

A síndrome é um distúrbio emocional gerado pelo esgotamento profissional resultante de exigências excessivas e cansaço gerando sofrimento como dor de cabeça, dor osteomusculares, fadiga, sono irregular e irritabilidade que pode ocasionar desarmonia no ambiente profissional, nesse interim, é necessário ressaltar que as pesquisas identificam a realidade vivida por profissionais da saúde e foram intensificadas com a pandemia da COVID-19 que identificou a fragilidade vivida por profissionais que prestam serviços a saúde.

Conclui-se, neste estudo, que ainda há muito a ser feito em relação à saúde ocupacional dos profissionais da área da saúde. Torna-se necessário o desenvolvimento e a implementação de novas práticas que promovam melhores condições de trabalho, bem como a ampliação de estudos voltados à compreensão dos fatores que afetam o bem-estar físico e emocional desses trabalhadores. A partir de novas análises e abordagens, busca-se prevenir o afastamento por doenças laborais, transtornos emocionais e casos de esgotamento, contribuindo para a valorização profissional e para a melhoria da qualidade da assistência prestada.

5. Referências

1. Pereira JP de M, Nóbrega WFS, Paiva RE dos A. *Doenças ocupacionais em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa*. Arch Health Invest [Internet]. 4º de junho de 2020 [citado 25º de outubro de 2025];8(11). Disponível em: <https://archhealthinvestigation.emnuvens.com.br/ARCHI/article/view/4128>
2. Hurtado SL, Simonelli AP, Mininel VA, Esteves TV, Vilela RAG, Nascimento AD. *Políticas de saúde do trabalhador no Brasil: contradições históricas e possibilidades de desenvolvimento*. Cienc Saude Coletiva. 2022;27(8):3091-3102.
3. Macedo SF, Soares M de A, Soares AK de A, Astolphi JDVC, Araújo ABG de, Tannús SF, Souza JM de, Alves M do SS, Rail V de M, Alho AE de O. *Saúde Mental dos Profissionais de Saúde: Fatores de risco, estratégias de prevenção e impactos na qualidade do cuidado*. Revista JRG [Internet]. 4º de junho de 2025 [citado 25º de outubro de 2025];8(18):e082192. Disponível em: <https://mail.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2192>
4. Rodrigues Amaral AC, DE ARAÚJO MENDES SILVA L. *SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE: um olhar para literatura com ênfase na necessidade de cuidar de quem cuida*. SciGen [Internet]. 24º de janeiro de 2023 [citado 25º de outubro de 2025];4(1):1-12. Disponível em: <https://www.scienciageneralis.com.br/index.php/SG/article/view/470>
5. Dias, Carlos Victor Peixoto, et al. "Saúde do profissional de Enfermagem: riscos ocupacionais em ambiente hospitalar." *Saúde (Santa Maria)* 46.2 (2020).
6. de Souza SS, Costa R, Shiroma LMB, Maliska ICA. *Reflexões de profissionais de saúde acerca do seu processo de trabalho*. Rev Eletron Enferm. 2010;12(3):449-55. DOI: <https://doi.org/10.5216/ree.v12i3.6855>
- 7 Baptista PCP, Lourenção DCA, Santos RFS, Marcon SS. *Indicadores de sofrimento e prazer em trabalhadores de saúde na linha de frente da COVID-19*. Rev Lat Am Enfermagem. 2022;30:e3555. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5707.3555>
8. Oliveira AV, Giacorro AN, Zanella R. *O impacto do ambiente de trabalho no bem-estar do enfermeiro*. Rev Thêma et Scientia. 2024;14(2):88-101.
9. Silva SM da, Braga NT, Soares RÂ de Q, Baptista PCP. *Distúrbios osteomusculares e ações para reduzir a ocorrência em trabalhadores de enfermagem* [Internet]. Revista Enfermagem UERJ. 2020; 28[citado 2025 out. 25] Available from: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2020.48522> DOI: 10.12957/reuerj.2020.48522
10. Barbosa MLL, Horta RL, Lucini TCG, Camargo EG, Lutzky BA, Silveira AF, Zanini L, Feltrin DB, Guimarães D, Marasca MA, Tavares NC. *Carga de trabalho, cansaço e impotência entre profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19*. J. nurs. health. [Internet]. 8º de maio de 2024 [citado 25º de outubro de 2025];14(1):e1424370. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/24370> DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v14i1.24370>

11. Dias D de A, Marciano M, Pacheco TF, Leite TC, Moraes CLK. EQUIPE DE ENFERMAGEM: *EFEITOS DA DUPLA JORNADA DE TRABALHO*. Rev. Foco [Internet]. 17º de julho de 2023 [citado 25º de outubro de 2025];16(7):e2471.

Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/2471>

12. Cattani AN, da Silva RM, Beck CLC, Miranda FMA, Dalmolin GL, Camponogara S. *Trabalho noturno, qualidade do sono e adoecimento de trabalhadores de enfermagem*. Acta Paul Enferm. 2021;34:eAPE00843.

DOI:<https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AO00843>