Enferm Bras. 2026;25(5): 3506-3519
doi: 10.62827/eb.v25i5.4243

ARTIGO ORIGINAL

Percepções de sobrecarga laboral e manifestações de saúde autorreferidas em profissionais de enfermagem

Luziane Cristine Bernardes[1], Laryssa Fernanda Bernardes[2], Fernanda Augusta Marques Pinheiro[1], Katia Aparecida Campos[1], Claudio Avelar Vallim[1], Guilherme Luís Nascimento Quintiliano[1], Daiana Silva Reis Santos[1], Alice Carolino Gonçalves[1]

[1]*Centro Universitário Unincor, Três Corações, MG, Brasil*

[2]*Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Belo Horizonte, MG, Brasil*

Recebido em: 26 de Outubro de 2026; Aceito em: 3 de Novembro de 2026.

Correspondência: Luziane Cristine Bernardes, luzianecristine@outlook.com

Como citar
Bernardes LC, Bernardes LF, Pinheiro FAM, Campos KA, Vallim CA, Quintiliano GLN, Santos DSR, Gonçalves AC. Percepções de sobrecarga laboral e manifestações de saúde autorreferidas em profissionais de enfermagem. Enferm Bras. 2026;25(5): 3506-3519. doi: 10.62827/eb.v25i5.4243.

Resumo

Introdução: A sobrecarga laboral na equipe de enfermagem constitui um importante desafio nos serviços de saúde, podendo estar associada ao comprometimento da saúde física e emocional dos profissionais e à qualidade da assistência prestada. *Objetivo:* Descrever a percepção de sobrecarga laboral e as manifestações de saúde autorreferidas por profissionais de enfermagem. *Métodos:* Estudo transversal, exploratório e descritivo, de abordagem quantitativa, realizado em ambiente virtual, com a participação de 45 profissionais de enfermagem, entre enfermeiros e técnicos, selecionados por amostragem não probabilística por conveniência e pela técnica de bola de neve. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário eletrônico estruturado, disponibilizado na plataforma Google Forms, contemplando características sociodemográficas e profissionais, percepção de sobrecarga laboral e manifestações de saúde. Os dados foram analisados por estatística descritiva, mediante frequências absolutas e relativas. *Resultados:* Observou-se que 53,3% dos participantes consideraram sua carga de trabalho elevada às vezes, enquanto 57,8% relataram sentir-se sobrecarregados com a mesma frequência. Além disso, 93,3% declararam já ter apresentado sintomas de estresse relacionados ao trabalho, 91,1% relataram cansaço excessivo ao final da jornada, considerando as respostas "sim" e "às vezes", e 66,7% referiram dores físicas frequentes. *Conclusão:* Identificou-se elevada frequência de relatos de sobrecarga laboral, estresse relacionado ao trabalho, cansaço excessivo e dores físicas entre os profissionais investigados. Esses achados reforçam a importância de estratégias voltadas à

melhoria das condições de trabalho e à promoção da saúde dos profissionais de enfermagem, sem permitir o estabelecimento de relações causais entre as variáveis avaliadas.
Palavras-chave: Enfermagem; Carga de Trabalho; Saúde do Trabalhador.

Perceived work overload and self-reported health symptoms among nursing professionals

Abstract

Introduction: Work overload among nursing professionals represents a significant challenge in healthcare services and may be associated with impaired physical and emotional health and the quality of care provided. *Objective:* To describe perceptions of work overload and self-reported health manifestations among nursing professionals. *Methods:* A cross-sectional, exploratory, and descriptive study with a quantitative approach was conducted online with 45 nursing professionals, including nurses and nursing technicians, recruited through non-probability convenience and snowball sampling. Data were collected using a structured electronic questionnaire administered through Google Forms, covering sociodemographic and professional characteristics, perceptions of work overload, and health-related manifestations. Data were analyzed using descriptive statistics, including absolute and relative frequencies. *Results:* A total of 53.3% of participants reported that they sometimes considered their workload to be high, while 57.8% reported feeling overloaded at the same frequency. Additionally, 93.3% reported having experienced work-related stress symptoms, 91.1% reported excessive fatigue at the end of the workday, considering both “yes” and “sometimes” responses, and 66.7% reported frequent physical pain. *Conclusion:* High frequencies of self-reported work overload, work-related stress, excessive fatigue, and physical pain were identified among the nursing professionals studied. These findings highlight the importance of strategies aimed at improving working conditions and promoting the health of nursing professionals, without establishing causal relationships between the variables assessed.
Keywords: Nursing; Workload; Occupational Health.

Percepciones de sobrecarga laboral y manifestaciones de salud autorreferidas en profesionales de enfermería

Resumen

Introducción: La sobrecarga laboral entre los profesionales de enfermería constituye un importante desafío en los servicios de salud y puede estar asociada con el deterioro de la salud física y emocional de los profesionales y con la calidad de la atención prestada. *Objetivo:* Describir las percepciones de sobrecarga laboral y las manifestaciones de salud autorreferidas por profesionales de enfermería. *Métodos:* Se realizó un estudio transversal, exploratorio y descriptivo, con enfoque cuantitativo, en un entorno virtual, con la participación de 45 profesionales de enfermería, entre enfermeros y técnicos de enfermería, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia y la técnica de bola de nieve. Los datos se recopilaron mediante un cuestionario electrónico estructurado, disponible en la plataforma Google Forms, que incluyó

características sociodemográficas y profesionales, percepciones de sobrecarga laboral y manifestaciones relacionadas con la salud. Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva, utilizando frecuencias absolutas y relativas. *Resultados:* Se observó que el 53,3 % de los participantes consideraba que su carga de trabajo era elevada a veces, mientras que el 57,8 % manifestó sentirse sobrecargado con la misma frecuencia. Además, el 93,3 % declaró haber presentado síntomas de estrés relacionados con el trabajo, el 91,1 % refirió cansancio excesivo al finalizar la jornada laboral, considerando las respuestas «sí» y «a veces», y el 66,7 % informó dolores físicos frecuentes. *Conclusión:* Se identificaron altas frecuencias de relatos de sobrecarga laboral, estrés relacionado con el trabajo, cansancio excesivo y dolores físicos entre los profesionales de enfermería investigados. Estos hallazgos destacan la importancia de implementar estrategias orientadas a mejorar las condiciones laborales y promover la salud de los profesionales de enfermería, sin que sea posible establecer relaciones causales entre las variables evaluadas.
Palabras-clave: Enfermería; Carga de Trabajo; Salud Laboral.

Introdução

A enfermagem ocupa uma posição estratégica no âmbito dos sistemas de saúde, configurando-se como a principal categoria profissional responsável pela assistência direta, contínua e integral aos indivíduos, famílias e comunidades [1]. Nesse sentido, os profissionais de enfermagem estão inseridos em todos os níveis de atenção à saúde e atuam de maneira articulada com as demais áreas, assegurando cuidados essenciais voltados à promoção, prevenção, recuperação e reabilitação da saúde [2]. Contudo, a crescente complexidade dos serviços de saúde, associada ao aumento expressivo das demandas assistenciais, tem provocado uma intensificação significativa do trabalho da equipe de enfermagem [3].

Diante desse cenário, esses profissionais permanecem constantemente na linha de frente do cuidado, enfrentando rotinas marcadas por elevadas exigências físicas, emocionais e cognitivas [4]. Ademais, a exposição contínua a ambientes laborais caracterizados por pressão constante, alto nível de responsabilidade e contato frequente com o sofrimento humano favorece o desgaste progressivo e o comprometimento da saúde do trabalhador [5].

Nesse contexto, a sobrecarga laboral na enfermagem apresenta-se como um fenômeno recorrente e de natureza multifatorial. Entre os principais fatores associados destacam-se as jornadas de trabalho prolongadas, o dimensionamento inadequado de pessoal, o acúmulo de funções, a manutenção de múltiplos vínculos empregatícios e as condições precárias de trabalho [6].

Tais elementos contribuem para a intensificação das atividades e para a diminuição do tempo destinado ao descanso e à recuperação física e mental, configurando um ambiente laboral que pode comprometer tanto a saúde do profissional quanto a organização e a eficiência dos serviços de saúde [6,7]. Adicionalmente, evidências científicas demonstram que a sobrecarga laboral está diretamente relacionada a diversos impactos negativos na saúde física e mental da equipe de enfermagem, incluindo fadiga crônica, distúrbios musculoesqueléticos, alterações do sono, estresse ocupacional, ansiedade e síndrome de burnout [3].

Como consequência, o adoecimento desses profissionais pode comprometer a qualidade da assistência prestada, aumentando o risco de falhas, eventos adversos e prejuízos à segurança do paciente [7,8]. Diante dessa realidade, torna-se essencial investigar a sobrecarga laboral vivenciada pela equipe de enfermagem, buscando compreender suas causas, manifestações e consequências [9]. A análise desse fenômeno contribui para ampliar o debate acerca da saúde do trabalhador, fortalecer a valorização profissional e subsidiar a implementação de estratégias voltadas à melhoria das condições de trabalho [10].

Diante desse contexto, a pesquisa buscou responder às seguintes questões descritivas: como os profissionais de enfermagem participantes percebem a sobrecarga laboral e quais manifestações físicas e emocionais relacionadas ao trabalho relatam? As possíveis repercussões sobre a segurança da assistência são discutidas com base na literatura, não tendo sido avaliadas diretamente neste estudo.

Assim, o objetivo foi descrever a percepção de sobrecarga laboral e as manifestações de saúde física e emocional autorreferidas pelos profissionais de enfermagem participantes.

Métodos

Trata-se de um estudo transversal, de natureza exploratória e descritiva, com abordagem quantitativa, desenvolvido com o objetivo de analisar a percepção de sobrecarga laboral e as manifestações de saúde física e emocional relatadas por profissionais de enfermagem. Segundo Gil [11], a pesquisa exploratória busca proporcionar maior familiaridade com o problema investigado, enquanto a descritiva tem como finalidade caracterizar determinada população ou fenômeno. A abordagem quantitativa possibilitou a mensuração e a descrição das variáveis investigadas, por meio da análise das frequências das respostas obtidas.

A coleta de dados foi realizada em 16 de setembro de 2026, em ambiente virtual, por meio de um questionário eletrônico estruturado, disponibilizado na plataforma Google Forms. O estudo apresentou delineamento transversal, uma vez que as informações foram obtidas em uma única ocasião, sem acompanhamento longitudinal dos participantes. O recrutamento ocorreu mediante amostragem não probabilística por conveniência, associada à técnica de bola de neve (snowball sampling). O link do formulário foi divulgado pelas plataformas Instagram, Facebook e WhatsApp, permitindo a participação voluntária e remota dos profissionais de enfermagem, bem como o compartilhamento do convite com outros profissionais potencialmente elegíveis. A coleta foi encerrada em 20 de setembro de 2026 em razão do alcance de uma meta amostral.

A população-alvo foi constituída por profissionais de enfermagem em exercício ativo, incluindo enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem. Foram considerados elegíveis profissionais com idade igual ou superior a 18 anos, em atividade profissional, com acesso ao formulário eletrônico e que concordassem voluntariamente em participar da pesquisa mediante aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A amostra final foi composta por 45 participantes, sendo 16 enfermeiros e 29 técnicos de enfermagem, não havendo auxiliares entre os respondentes incluídos na análise. Não foram disponibilizados registros específicos sobre perguntas de triagem, exclusões ou restrições territoriais para participação. Dessa forma, a amostra foi caracterizada conforme as informações declaradas pelos participantes, sem atribuição de representatividade geográfica.

Para a obtenção dos dados, utilizou-se um questionário eletrônico estruturado, empregado especificamente nesta pesquisa e composto por questões fechadas, organizadas em quatro blocos temáticos: características sociodemográficas, caracterização profissional, percepção da sobrecarga laboral e aspectos relacionados à saúde física e mental. Não foram disponibilizados registros de avaliação prévia, pré-teste ou validação do instrumento, tampouco sua versão integral para apresentação como material suplementar.

Foram investigadas variáveis como idade, gênero, estado civil, escolaridade, categoria profissional, tempo de atuação, carga horária de trabalho, existência de outros vínculos empregatícios e setor de atuação. A escolaridade foi apresentada conforme as categorias técnicos, graduação e pós-graduação, sem documentação que permitisse confirmar se as respostas correspondiam à maior formação concluída. Da mesma forma, os setores de atuação foram apresentados conforme as categorias registradas no questionário, incluindo a opção "Outros". Embora a carga horária estivesse prevista entre as informações profissionais, não foram disponibilizados dados sobre sua distribuição, nem a distinção entre a jornada total de trabalho e aquela correspondente ao vínculo empregatício principal, impossibilitando a apresentação de frequências para essa variável.

Em relação à sobrecarga laboral e às manifestações de saúde, foram avaliadas a percepção de carga de trabalho elevada, a frequência de sobrecarga, a pressão relacionada à produtividade ou ao cumprimento de tempo, o cansaço ao final da jornada, os sintomas de estresse associados ao trabalho, a ocorrência de afastamentos por problemas de saúde ocupacional e as queixas musculoesqueléticas relacionadas à atividade profissional. As respostas foram organizadas em categorias, conforme cada variável investigada, incluindo alternativas dicotômicas ("sim" e "não"), respostas intermediárias ("às vezes") e escalas de frequência ("nunca", "raramente", "às vezes", "frequentemente" e "sempre"). A redação literal das perguntas e seus respectivos períodos de referência não estavam disponíveis na documentação analisada. A variável referente ao cansaço foi interpretada de forma conjunta, sem distinção entre manifestações físicas e mentais, considerando as informações apresentadas no instrumento e nos resultados.

Após a coleta, os dados foram organizados na plataforma Google Forms e exportados para o Microsoft Excel, no qual foi realizada a análise estatística descritiva, mediante cálculo das frequências absolutas (n) e relativas (%). Os resultados foram apresentados em tabelas e gráficos, considerando os 45 participantes incluídos na análise. Não foram realizadas análises inferenciais ou testes de associação entre as variáveis investigadas. As manifestações físicas e emocionais foram interpretadas como percepções relatadas pelos participantes, não constituindo diagnósticos clínicos ou evidências de relações causais.

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário UninCor, sendo aprovada sob o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 00693326.1.0000.0295 e Parecer nº 8.728.227. Foram observados os princípios éticos aplicáveis às pesquisas envolvendo seres humanos, conforme as Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e a Lei nº 14.874/2024 [12–14]. Antes da participação, os profissionais receberam informações sobre os objetivos, procedimentos, riscos e benefícios da pesquisa, sendo assegurados o caráter voluntário da participação, a confidencialidade das informações e o direito de desistência sem prejuízo. O preenchimento do questionário ocorreu mediante concordância com o TCLE apresentado

eletronicamente. Os registros disponíveis não detalham o mecanismo de armazenamento do aceite eletrônico nem os procedimentos técnicos específicos de controle de acesso, armazenamento e proteção dos dados coletados.

Resultados

Os resultados apresentados a seguir correspondem às respostas de 45 profissionais de enfermagem participantes da pesquisa. A apresentação dos dados foi organizada em tabelas e gráficos, respeitando o limite estabelecido, de modo a contemplar as características sociodemográficas e profissionais dos participantes, bem como os aspectos relacionados à sobrecarga laboral e suas repercussões físicas e emocionais.

Conforme a Tabela 1, a faixa etária mais frequente foi de 31 a 40 anos (37,8%), seguida de 23 a 30 anos (33,3%) e 41 a 60 anos (28,9%). Predominou o gênero feminino (93,3%). Quanto ao estado civil, 44,4% eram solteiros, 42,2% casados, 6,7% viviam em união estável e 6,7% informaram outra condição. A formação técnica correspondeu a 51,1%, a pós-graduação a 26,7% e a graduação a 22,2%. Segundo os percentuais apresentados, 64,4% eram técnicos de enfermagem e 35,6% enfermeiros.

Tabela 1 – *Dados sociodemográficos dos participantes, n = 45 participantes da pesquisa, 2026.*

Idade	Valor Absoluto	Valor Relativo
18 a 22 anos	0	0
23 a 30 anos	15	33,3%
31 a 40 anos	17	37,8%
41 a 60 anos	13	28,9%
Gênero		
Feminino	42	93,3%
Masculino	2	4,4%
Outros	1	2,2%
Estado Civil		
Solteiro	20	44,4%
Casado	19	42,2%
União estável	3	6,7%
Outros	3	6,7%
Escolaridade		
Técnico	23	51,1%
Graduação	10	22,2%
Pós-Graduação	12	26,7%
Categoria Profissional		
Enfermeiro(a)	16	35,6%
Técnico de Enfermagem	29	64,4%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Quanto à caracterização profissional dos participantes, observa-se na tabela 2 que 37,8% possuíam entre 1 e 5 anos de atuação profissional, 33,3% apresentavam mais de 10 anos de experiência e 28,9% entre 6 e 10 anos, não sendo identificado participante com menos de um ano de atuação. Em relação ao vínculo empregatício, 37,8% dos participantes relataram possuir outro vínculo profissional, enquanto 62,2% não apresentavam outro vínculo. Quanto ao setor de atuação, houve maior participação de profissionais classificados em "Outros" (37,8%), seguidos pelos setores de Urgência e Emergência (26,7%), Centro de Terapia Intensiva (17,8%) e Área Assistencial – Clínica Médica (11,1%). Os demais participantes atuavam na Atenção Primária de Saúde (4,4%) e na Enfermagem do Trabalho (2,2%), não havendo participantes do setor Centro-Cirúrgico.

Tabela 2 – *Caracterização profissional dos participantes, n = 45, 2026.*

Variáveis Sociodemográficas	Valor Absoluto (n)	Valor Relativo
Tempo de atuação		
Menos de 1 ano	0	0
1 a 5 anos	17	37,8%
6 a 10 anos	13	28,9%
Mais de 10 anos	15	33,3%
Outro vínculo empregatício		
Sim	17	37,8%
Não	28	62,2%
Setor de atuação		
Urgência e Emergência	12	26,7%
Atenção Primária de Saúde	2	4,4%
Enfermagem do Trabalho	1	2,2%
Área Assistencial - Clínica Médica	5	11,1%
Centro – Cirúrgico	0	0
Centro de Terapia Intensiva	8	17,8%
Outros	17	37,8%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Em relação à percepção da carga de trabalho (Gráfico 1), 53,3% dos participantes afirmaram que consideram a carga elevada apenas às vezes, enquanto 24,4% responderam afirmativamente e 22,2% responderam negativamente à pergunta sobre carga elevada.

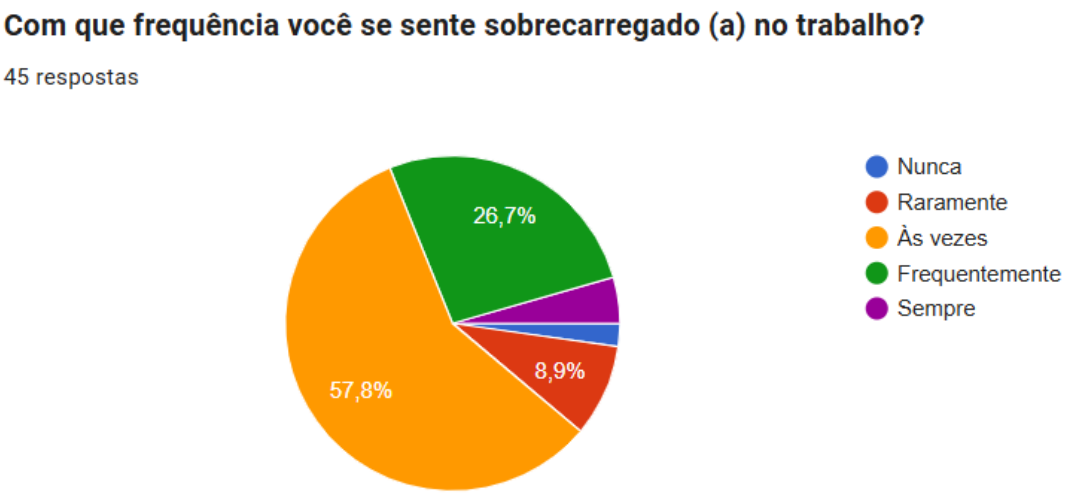
Gráfico 1 – *Percepção sobre a carga de trabalho elevada, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

No Gráfico 2, observou-se que 57,8% dos participantes relataram sentir sobrecarga às vezes, enquanto 26,7% afirmaram senti-la frequentemente. Outros 4,4% relataram sentir sobrecarga sempre, 8,9% raramente e 2,2% afirmaram nunca apresentar essa percepção. Portanto, 97,8% dos profissionais (44 de 45) relataram sobrecarga em alguma frequência, de raramente a sempre.

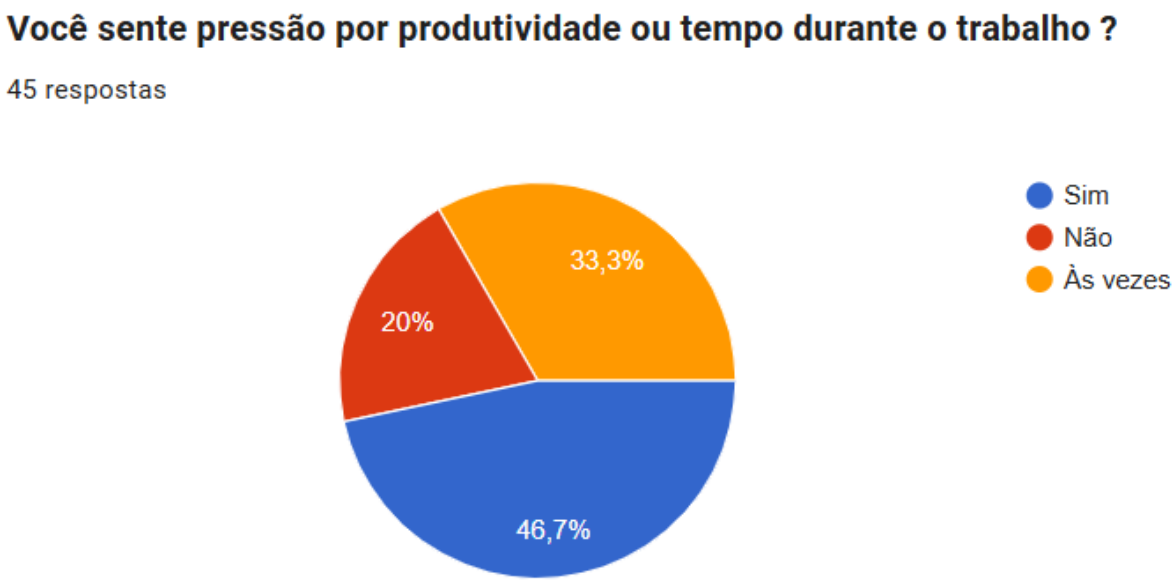
Gráfico 2 – *Percepção sobre a frequência de sobrecarga no trabalho, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

No Gráfico 3, 46,7% dos participantes afirmaram que sofrem pressão relacionada à produtividade ou ao cumprimento de tempo. Outros 33,3% responderam “às vezes”, enquanto 20,0% responderam negativamente. Assim, 80,0% dos participantes relataram experimentar esse tipo de pressão pelo menos ocasionalmente.

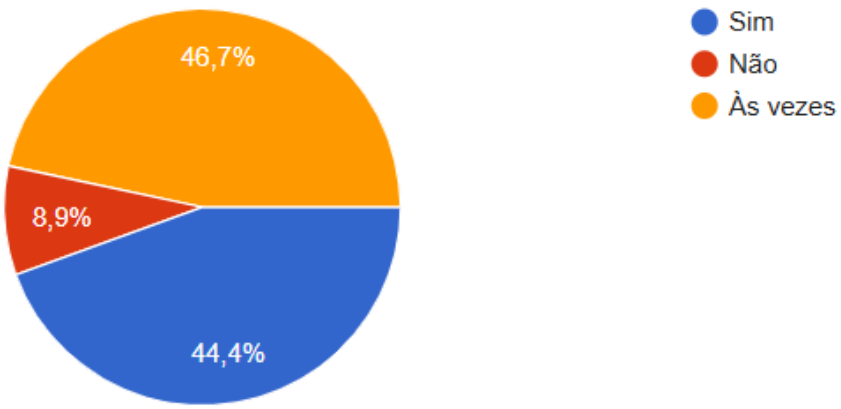
Gráfico 3 – *Pressão relacionada à produtividade ou ao cumprimento de tempo, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

No Gráfico 4, referente à pergunta sobre cansaço excessivo ao final da jornada, 44,4% responderam 'sim', 46,7% 'às vezes' e 8,9% 'não'. Assim, 91,1% relataram esse cansaço ao menos ocasionalmente. O item não permite diferenciar cansaço físico e mental.

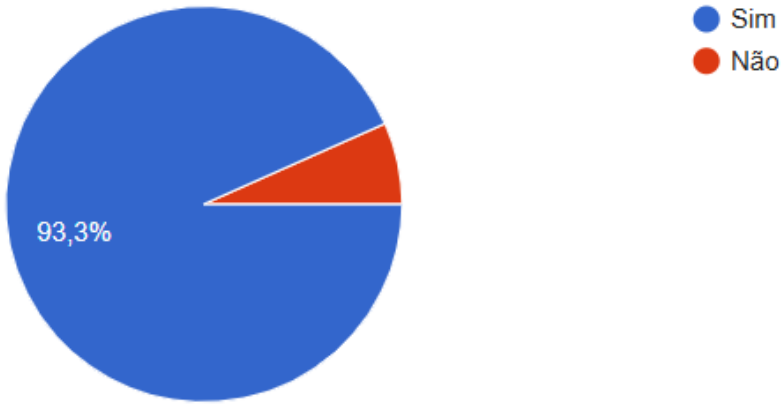
Gráfico 4 – *Relato de cansaço excessivo ao final da jornada de trabalho, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

O Gráfico 5 apresenta a maior diferença entre as respostas analisadas. Um total de 93,3% dos participantes afirmou apresentar sintomas de estresse relacionados à rotina de trabalho, enquanto apenas 6,7% responderam negativamente.

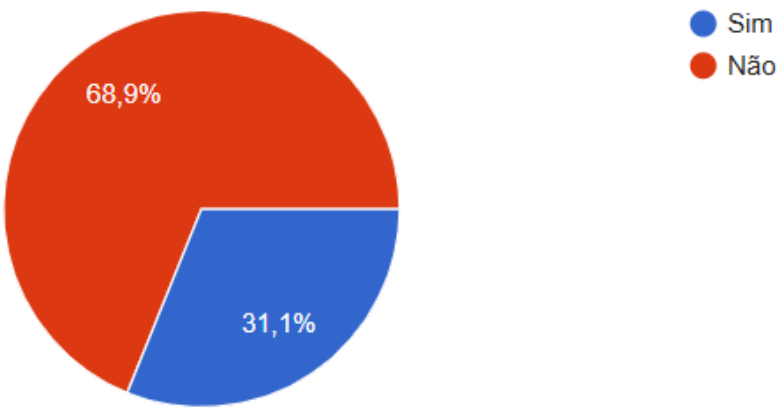
Gráfico 5 – *Manifestação de sintomas de estresse associados à rotina laboral, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

No Gráfico 6, 31,1% dos participantes afirmaram já ter apresentado licença ou afastamento por problemas de saúde relacionados à atividade profissional, enquanto 68,9% responderam negativamente. Assim, aproximadamente um terço da amostra relatou algum episódio de afastamento relacionado à saúde ocupacional.

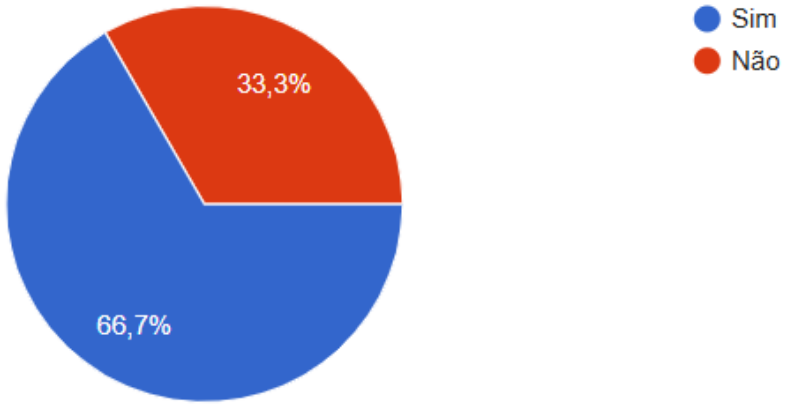
Gráfico 6 – *Ocorrência de licenças ou afastamentos por problemas de saúde ocupacional, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

No Gráfico 7, 66,7% dos participantes responderam sentir dores físicas frequentes, exemplificadas no questionário por dores na coluna, pernas ou braços, enquanto 33,3% responderam negativamente. A pergunta não investigou se essas dores eram causadas pelo trabalho.

Gráfico 7 – *Relato de dores físicas frequentes entre os participantes, n = 45, 2026.*



Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

Discussão

Os achados indicam que a sobrecarga é percebida por parcela expressiva dos profissionais investigados, embora sua intensidade e frequência variem. A predominância das respostas “às vezes” para carga elevada e sobrecarga sugere oscilações nas exigências do cotidiano assistencial. Esse quadro deve ser compreendido à luz da organização do trabalho e das demandas próprias da enfermagem, sem pressupor que a frequência relatada represente uma condição permanente.

A composição da amostra, com predominância feminina e de profissionais técnicos, oferece contexto para a interpretação dos resultados. Além disso, mais de um terço dos participantes informou possuir outro vínculo empregatício. A literatura descreve a dupla jornada, o número reduzido de trabalhadores e o aumento das demandas como elementos relacionados à sobrecarga e às condições de assistência [9]. Contudo, a presente análise descritiva não permite determinar se os participantes com múltiplos vínculos foram os mesmos que relataram maior sobrecarga.

A pressão por produtividade ou cumprimento de tempo, referida ao menos ocasionalmente por 80,0% dos respondentes, amplia a compreensão do fenômeno: além da quantidade de tarefas, o ritmo exigido pode representar uma dimensão relevante do trabalho. Caruso et al. [15] relacionaram jornadas prolongadas à fadiga e a dificuldades de atenção, enquanto Gündüz e Öztürk [4] identificaram associação entre carga mental e burnout em enfermeiros de terapia intensiva. Essas evidências contextualizam os relatos, mas não permitem inferir burnout na amostra, pois o estudo não empregou escala diagnóstica específica.

As manifestações de desgaste físico e emocional também se destacaram. O cansaço ao final da jornada foi relatado ao menos ocasionalmente por 91,1% dos participantes, e 93,3% afirmaram perceber sintomas de estresse associados ao trabalho. Nemati-Vakilabad et al. [3] encontraram associação entre carga de trabalho percebida e fadiga ocupacional, destacando o papel moderador do trabalho em equipe. De modo complementar, Cho e Steege [17], em revisão sistemática, relacionaram a fadiga de enfermeiros a desfechos de saúde mental, desempenho e afastamentos.

No presente estudo, porém, esses relatos expressam percepções relatadas pelos participantes não diagnósticos clínicos nem relações causais demonstradas.

As dores físicas frequentes, referidas por 66,7% dos participantes, também merecem atenção. A pergunta aplicada mencionava, como exemplos, coluna, pernas e braços, mas não estabelecia relação causal com o trabalho. A literatura aponta associações entre condições ocupacionais da enfermagem e distúrbios musculoesqueléticos [15,18]. Jacquier-Bret e Gorce [19] estimaram prevalência global de 81,1% de distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho em profissionais de enfermagem. Contudo, a comparação deve ser cautelosa, pois o presente estudo não utilizou definição diagnóstica equivalente nem avaliou especificamente a origem ocupacional das dores [20].

Os afastamentos por problemas de saúde percebidos como relacionados à atividade profissional foram mencionados por 31,1% dos participantes. Esse resultado deve ser considerado em conjunto com os relatos de fadiga, estresse e dores, mas não comprova que a sobrecarga tenha provocado os afastamentos. A revisão de Cho e Steege [17] associa a fadiga a afastamentos por doença, e Costa et al. [9] discutem o absenteísmo no contexto da organização do trabalho. A análise conjunta sugere a relevância de ações institucionais de acompanhamento da saúde ocupacional.

Em termos de implicações práticas, os resultados sustentam a importância de examinar o dimensionamento de pessoal, a distribuição de tarefas, os períodos de descanso, o apoio institucional e a prevenção de agravos físicos e emocionais. A literatura ressalta o potencial do trabalho em equipe [3] e do suporte organizacional e da liderança [16] para mitigar o desgaste. Essas medidas devem ser consideradas como possibilidades de intervenção, e não como efeitos diretamente testados nesta pesquisa.

Por fim, a interpretação dos resultados deve considerar as limitações inerentes ao delineamento transversal e descritivo, à amostragem não probabilística por conveniência e pela técnica de bola de neve, bem como à utilização de informações relatadas pelos próprios participantes. Não foram realizadas análises inferenciais para testar associações entre vínculos, setores, sobrecarga e sintomas, tampouco avaliações clínicas de burnout ou de doenças ocupacionais. Assim, os resultados descrevem a experiência dos participantes e não devem ser generalizados automaticamente a toda a população de profissionais de enfermagem.

Conclusão

Entre os 45 profissionais investigados, 93,3% relataram já ter apresentado sintomas de estresse relacionados ao trabalho; 91,1% responderam ‘sim’ ou ‘às vezes’ à pergunta sobre cansaço excessivo ao final da jornada; e 66,7% informaram dores físicas frequentes. Além disso, 80,0% relataram pressão por produtividade ou tempo, considerando as respostas ‘sim’ e ‘às vezes’.

Os resultados descrevem percepções de sobrecarga e manifestações autorreferidas na amostra estudada. Em razão do delineamento transversal, da amostragem não probabilística e da ausência de avaliação clínica, não é possível inferir causalidade, estabelecer diagnósticos ou generalizar as frequências à população de profissionais de enfermagem. Os achados apontam a pertinência

de ações de promoção da saúde ocupacional e de melhoria das condições de trabalho, bem como de investigações futuras com instrumentos validados e amostras mais abrangentes.

Declaração sobre o Uso de Inteligência Artificial

Foi utilizado o ChatGPT, da OpenAI, para tradução e correção ortográfica durante a revisão de outubro de 2026.

Conflitos de Interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Fonte de Financiamento

Não houve financiamento.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Bernardes LC, Bernardes LF, Pinheiro FAM, Campos KA, Vallim CA, Quintiliano GLN, Santos DSR, Gonçalves AC; Obtenção de dados: Bernardes LC, Bernardes LF, Quintiliano GLN; Análise e interpretação dos dados: Bernardes LC, Bernardes LF, Pinheiro FAM, Campos KA, Vallim CA, Quintiliano GLN, Santos DSR, Gonçalves AC; Redação do manuscrito: Bernardes LC, Bernardes LF, Quintiliano GLN; Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante: Bernardes LC, Bernardes LF, Quintiliano GLN.

Referências

1. Costa AMP, Araújo LP. O papel do enfermeiro na promoção da saúde na atenção primária. Revista DELOS [Internet]. 2025 [cited 2026 Mar 3];18(69):1-14. Available from: https://doi.org/10.55905/rdelosv18.n69-124. doi:10.55905/rdelosv18.n69-124.
2. Diz ABM, Lucas PRMB. Hospital patient safety at the emergency department: a systematic review. Cien Saude Colet. 2022;27(5):1803-12. doi:10.1590/1413-81232022275.22742021EN.
3. Nemati-Vakilabad R, Ebadi E, Homaei A, Hoseini S, Mirzaei A. The relationship between perceived nursing workload and occupational fatigue in clinical nurses: the moderating role of nursing teamwork. J Clin Nurs [Internet]. 2024 [cited 2026 Mar 3]. Available from: https://doi.org/10.1111/jocn.17616. doi:10.1111/jocn.17616.
4. Gündüz ES, Öztürk NK. Mental workload as a predictor of burnout in intensive care nurses. Nurs Crit Care [Internet]. 2025 [cited 2026 Mar 3];30(2):e13173. Available from: https://doi.org/10.1111/nicc.13173. doi:10.1111/nicc.13173.
5. Galanis P, Vraka I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. J Adv Nurs [Internet]. 2021 [cited 2026 Mar 3]. Available from: https://doi.org/10.1111/jan.14839. doi:10.1111/jan.14839.
6. Katsuta N, Ito K, Fukuda H, Nakajima K, Yamamoto Y, Kikuchi S, et al. Association between long working hours and depression among healthcare workers: a cross-sectional study. J Occup Health. 2021;63.
7. Almeida S, Nascimento A, Lucas PB, Jesus É, Araújo B. RN4CAST study in Portugal: validation of the Portuguese version of the Practice Environment Scale of the Nursing Work Index. Aquichan. 2020;20(3):e2038. doi:10.5294/aqui.2020.20.3.8.
8. Kim SO. Development of a patient safety management protocol for nurses in long-term care hospitals. Sci Rep [Internet]. 2025 [cited 2026 Mar 4];15:45329. Available from: https://doi.org/10.1038/s41598-025-29547-5. doi:10.1038/s41598-025-29547-5.

9. Costa CS, Stroschein Normann KA, Silva da Rocha Tanaka AK, Cicolella DA. A influência da sobrecarga de trabalho do enfermeiro na qualidade da assistência. Rev Uningá [Internet]. 2018 [cited 2026 Mar 4];55(4):110-20. Available from: https://doi.org/10.46311/2318-0579.55.eUJ2403. doi:10.46311/2318-0579.55.eUJ2403.

10. Oliveira EN, Costa MSA, Marques NS, Lomeo RC, Nascimento PIFV, Rodrigues CS, et al. Projeto Vida em Quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de enfermeiros diante da covid-19. Enferm Foco. 2020;11(1 esp.):162-7. doi:10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.esp.3741.

11. Gil AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7a ed. São Paulo: Atlas; 2019.

12. Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2012.

13. Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2016.

14. Brasil. Lei nº 14.874, de 28 de maio de 2024. Dispõe sobre a pesquisa com seres humanos e institui o Sistema Nacional de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. Brasília (DF): Presidência da República; 2024.

15. Caruso CC, Hitchcock EM, Dick RB, Russo JM, Schmit JM. Overtime and extended work shifts: recent findings on illnesses, injuries, and health behaviors [Internet]. Washington (DC): U.S.; 2004 [cited 2026 Apr 8]. Available from: https://www.ucm.es/data/cont/docs/795-2015-01-28-JORNADAS%20LARGAS.pdf.

16. Laschinger HKS, Fida R. New nurses burnout and workplace wellbeing: the influence of authentic leadership and psychological capital. Burn Res. 2014;1(1):19-28. doi:10.1016/j.burn.2014.03.002.

17. Cho H, Steege LM. Nurse fatigue and nurse, patient safety, and organizational outcomes: a systematic review. West J Nurs Res. 2021;43(12):1157-68. doi:10.1177/0193945921990892.

18. Trinkoff AM, Le R, Geiger-Brown J, Lipscomb J, Lang G. Longitudinal relationship of work hours, mandatory overtime, and on-call to musculoskeletal problems in nurses. Am J Ind Med. 2006;49(11):964-71. doi:10.1002/ajim.20330.

19. Jacquier-Bret J, Gorce P. Worldwide work-related musculoskeletal disorder prevalence among nurses: systematic review and meta-analysis. Saf Sci [Internet]. 2025 [cited 2026 Mar 3];191:106970. Available from: https://doi.org/10.1016/j.ssci.2025.106970. doi:10.1016/j.ssci.2025.106970.

20. Richardson A, McNoe B, Derrett S, Harcombe H. Interventions to prevent and reduce the impact of musculoskeletal injuries among nurses: a systematic review. Int J Nurs Stud [Internet]. 2018 [cited 2026 Mar 3];82:58-67. Available from: https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2018.03.018. doi:10.1016/j.ijnurstu.2018.03.018.

Este artigo de acesso aberto é distribuído nos termos da Licença de Atribuição Creative Commons (CC BY 4.0), que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.