

## A SOBRECARGA E SEUS EFEITOS NEGATIVOS SOB OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

OVERLOAD AND ITS NEGATIVE EFFECTS ON NURSING PROFESSIONALS

SOBRECARGA Y SUS EFECTOS NEGATIVOS EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

Bruna Monteiro de Carvalho<sup>1</sup>  
Eduarda Vaz de Oliveira<sup>2</sup>  
Flávia Coelho de Brito<sup>3</sup>  
Giulia Rabelo Leite<sup>4</sup>  
Glenda Pereira Rodrigues Fagundes<sup>5</sup>  
Thawane Pereira da Silva Aires<sup>6</sup>  
Halline Cardoso Jurema<sup>7</sup>

**RESUMO:** Esse artigo buscou analisar a sobrecarga de trabalho em profissionais de enfermagem, com ênfase nas repercussões psicossociais e na qualidade da assistência prestada. Para isso, realizou-se uma revisão integrativa da literatura, contemplando publicações entre os anos de 2019 e 2025, selecionadas nas bases LILACS, MEDLINE e BDENF, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram analisados dez artigos que abordavam o tema de forma direta. Os resultados evidenciaram que a sobrecarga de trabalho está fortemente associada ao esgotamento físico e emocional, ao aumento de erros assistenciais e à redução da satisfação profissional. Observou-se também que fatores estruturais, como déficit de pessoal, longas jornadas e insuficiente apoio institucional, potencializam o risco de burnout e de adoecimento mental. Conclui-se que a valorização da enfermagem requer estratégias de gestão humanizadas, políticas institucionais de suporte psicológico e condições adequadas de trabalho, capazes de promover a sustentabilidade emocional e a segurança do cuidado.

**Palavras-chave:** Enfermagem. Sobrecarga de trabalho. Saúde mental.

**ABSTRACT:** This study aimed to analyze work overload among nursing professionals, emphasizing its psychosocial impacts and effects on care quality. An integrative literature review was conducted, including publications from 2019 to 2025, selected from LILACS, MEDLINE, and BDENF databases through the Virtual Health Library (VHL). After applying inclusion and exclusion criteria, ten studies were analyzed. The findings revealed that work overload is closely linked to physical and emotional exhaustion, increased clinical errors, and decreased job satisfaction. Structural factors such as staff shortages, long shifts, and limited institutional support intensify the risk of burnout and mental illness. It is concluded that valuing nursing professionals requires humanized management strategies, institutional psychological support policies, and adequate working conditions to ensure both emotional sustainability and care safety.

**Keywords:** Nursing. Work overload. Mental health.

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>3</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>4</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>5</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>6</sup> Graduanda do curso de Enfermagem, Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

<sup>7</sup> Enfermeira, Universidade de Gurupi (UnirG), Mestre em Biotecnologia, Universidade Federal do Tocantins (UFT), orientadora do curso de Enfermagem do Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

**RESUMEN:** Este estudio tuvo como objetivo analizar la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería, destacando sus repercusiones psicosociales y en la calidad del cuidado. Se realizó una revisión integradora de la literatura con publicaciones entre 2019 y 2025, seleccionadas en las bases LILACS, MEDLINE y BDNF, a través de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS). Después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se analizaron diez artículos. Los resultados mostraron que la sobrecarga laboral está estrechamente relacionada con el agotamiento físico y emocional, el aumento de errores asistenciales y la disminución de la satisfacción profesional. Factores estructurales como la escasez de personal, las largas jornadas y el escaso apoyo institucional agravan el riesgo de burnout y enfermedad mental. Se concluye que la valorización de la enfermería requiere estrategias de gestión humanizadas, políticas institucionales de apoyo psicológico y condiciones laborales adecuadas que promuevan la sostenibilidad emocional y la seguridad en la atención.

**Palabras clave:** Enfermería. Sobrecarga laboral. Salud mental.

## INTRODUÇÃO

A enfermagem ocupa um lugar central no funcionamento dos sistemas de saúde, sendo responsável por grande parte da assistência direta aos pacientes, bem como pelo suporte emocional, técnico e organizacional que sustenta o cuidado. Trata-se de uma profissão marcada por longas jornadas, contato constante com situações de dor e morte, além de múltiplas demandas físicas e cognitivas que raramente encontram contrapartida adequada em termos de reconhecimento, remuneração ou condições estruturais. Nesse cenário, a sobrecarga de trabalho não é apenas um efeito colateral inevitável, mas um problema estrutural que se reproduz historicamente nas práticas hospitalares e comunitárias (Cintra et al., 2022). O cotidiano de um enfermeiro, especialmente no contexto brasileiro, reflete um acúmulo de responsabilidades que transborda os limites individuais e institucionais, deixando marcas profundas na saúde mental e na qualidade de vida.

Se por um lado a vocação para o cuidado costuma ser descrita como traço identitário da enfermagem, por outro, esse mesmo compromisso ético se converte em fonte de desgaste quando não há políticas institucionais capazes de sustentar a prática profissional em bases saudáveis. As evidências mais recentes destacam que a sobrecarga de trabalho se associa diretamente a quadros de estresse crônico e à Síndrome de Burnout, caracterizada pela exaustão emocional, pela despersonalização e pela sensação de ineficácia no desempenho (Zanatta Leite et al., 2025). Essa relação, embora amplamente documentada, não pode ser reduzida a números ou percentuais: ela se manifesta em corpos cansados, vínculos fragilizados e uma experiência

de cuidado que, muitas vezes, se torna automatizada e distante da sensibilidade que deveria caracterizar o ato de cuidar.

Durante a pandemia de COVID-19, essa tensão atingiu seu ponto mais crítico. Enfermeiros foram expostos a jornadas ainda mais extensas, escassez de equipamentos de proteção e uma carga emocional imensa diante da morte em massa, condições que ampliaram o risco de adoecimento físico e psíquico (Santos & Martins, 2022). Não se trata, portanto, de uma problemática emergente, mas de um agravamento de padrões já enraizados. Estudos apontam que mesmo em períodos considerados “estáveis”, os profissionais enfrentam um ambiente que impõe demandas superiores à sua capacidade de recuperação, levando a efeitos cumulativos de desgaste (Oliveira, 2024). Essa constatação convida a uma reflexão incômoda: até que ponto o sistema de saúde, ao exigir tanto de seus enfermeiros, compromete a própria qualidade da assistência que se propõe a oferecer?

Além do impacto pessoal, a sobrecarga também repercute no nível organizacional e social. O absenteísmo, a rotatividade e a diminuição da motivação repercutem em custos elevados para instituições de saúde, ao mesmo tempo em que fragilizam a relação com os pacientes, que dependem de um cuidado humanizado e seguro (D’Morais et al., 2025). O paradoxo é evidente: quanto mais sobrecarregado o enfermeiro, menor sua capacidade de oferecer uma assistência qualificada, e quanto mais se deteriora essa assistência, maior a pressão exercida sobre ele. Nesse ciclo vicioso, tanto profissionais quanto usuários são afetados, revelando a urgência de políticas que ultrapassem soluções paliativas.

O problema central, portanto, reside na incapacidade estrutural dos sistemas de saúde em garantir condições de trabalho que previnam a sobrecarga de enfermagem e seus efeitos deletérios. Apesar de reconhecida por diversos organismos internacionais como questão de saúde pública, a exaustão desses profissionais segue naturalizada no cotidiano hospitalar e raramente é enfrentada de modo sistemático (Zanatta Leite et al., 2025).

A importância do tema se justifica, em primeiro lugar, pelo fato de que a saúde mental dos enfermeiros não é apenas um direito trabalhista ou humano, mas um fator determinante para a qualidade assistencial. A literatura evidencia que profissionais sobrecarregados tendem a cometer mais erros, apresentar queda de produtividade e desenvolver distanciamento afetivo em relação aos pacientes (Cintra et al., 2022; Santos & Martins, 2022). Em segundo lugar, a

relevância se conecta à necessidade de repensar os modelos de gestão hospitalar e comunitária, a fim de romper com a lógica produtivista que desconsidera os limites humanos. Não se trata de culpabilizar instituições de forma simplista, mas de reconhecer que há uma falha sistêmica que, se não corrigida, compromete não apenas os trabalhadores, mas toda a sociedade.

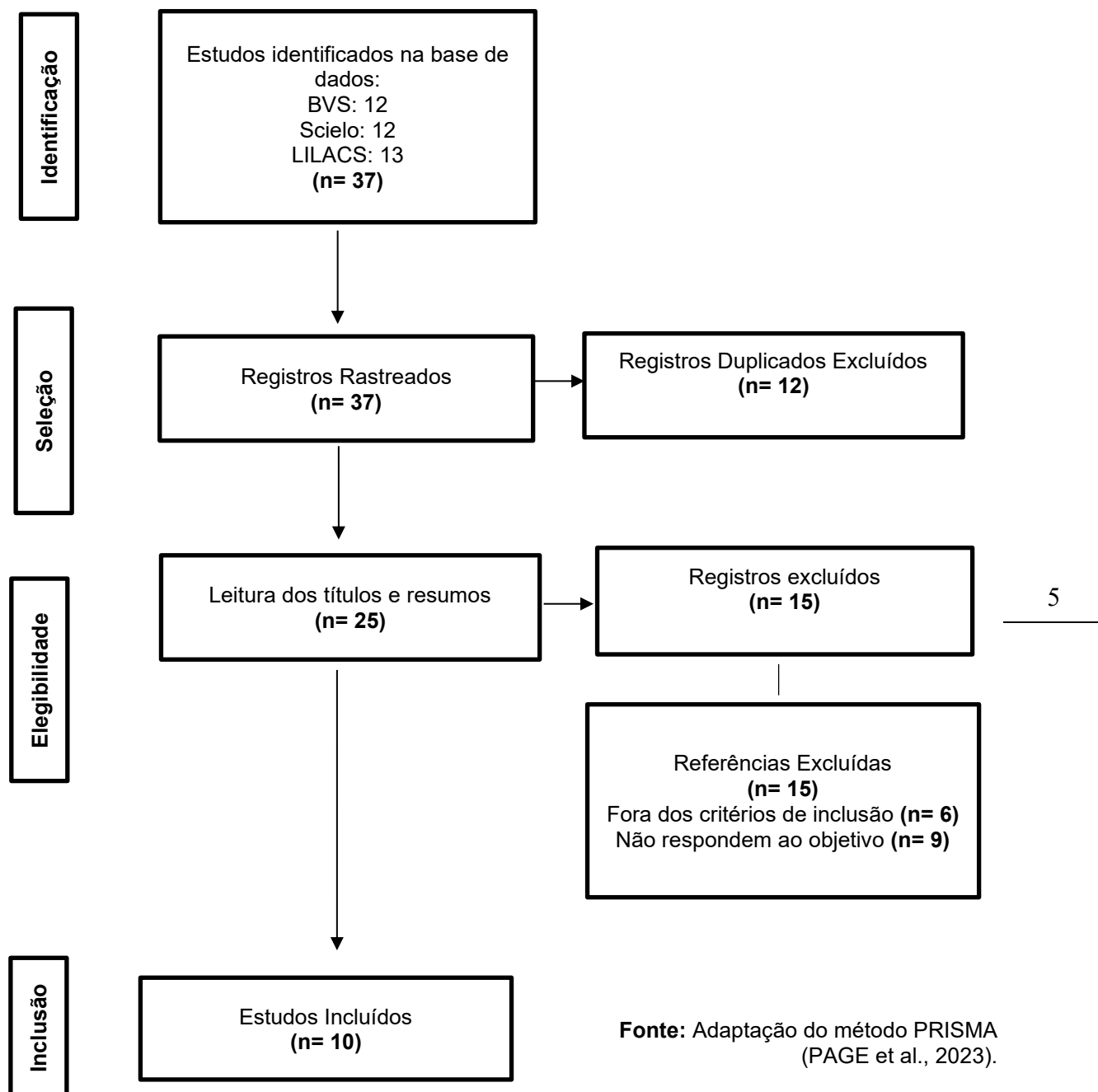
O presente estudo, de natureza bibliográfica, tem como objetivo analisar a sobrecarga de trabalho e seus efeitos negativos sobre os profissionais de enfermagem, à luz da literatura científica recente, buscando compreender os fatores que a desencadeiam, suas consequências para a saúde dos trabalhadores e a qualidade da assistência, bem como apontar a relevância de estratégias institucionais e pessoais de enfrentamento.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida entre os anos de 2020 a 2025, estruturada em seis etapas metodológicas clássicas: definição do tema, busca nas bases indexadas, seleção dos estudos, extração e organização dos dados, análise crítica e, por fim, síntese e apresentação dos resultados (Dantas et al., 2022). A opção por esse delineamento não é aleatória: ele permite abarcar produções diversas, qualitativas e quantitativas, ampliando a compreensão sobre a sobrecarga dos profissionais de enfermagem sem limitar-se a uma única perspectiva metodológica. Nesse sentido, a revisão integrativa favorece um olhar mais abrangente, ainda que inevitavelmente marcado pela seleção e pela interpretação dos pesquisadores.

A coleta de dados ocorreu em setembro de 2025, utilizando a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que integra bases amplamente reconhecidas como BVS, Scielo e Licans. Foram empregados descritores padronizados do DeCS/MeSH — “sobrecarga de trabalho”, “enfermagem”, “saúde mental” e “burnout” — combinados por operadores booleanos (AND/OR), de modo a equilibrar precisão e amplitude da busca. Inicialmente, foram identificados 37 artigos; após a leitura de títulos e resumos, procedeu-se à triagem por critérios de inclusão, que contemplavam publicações em português, inglês e espanhol, disponíveis na íntegra e alinhadas ao recorte temporal estabelecido. Ao final desse processo, apenas 10 estudos atenderam integralmente aos critérios, compondo o corpus de análise da presente revisão (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos incluídos segundo o PRISMA.



## RESULTADOS

Inicialmente foram identificadas 37 evidências relevantes, publicadas entre 2015 e 2025, das quais 10 foram selecionados para análise, com maior número de publicações de 2019 e 2024, indicando crescente interesse no tema.

Os dados desta revisão foram sistematizados em um quadro a fim de facilitar a compreensão dos achados (Quadro 1).

**Quadro 1.** Síntese dos estudos incluídos na Revisão Integrativa.

Autor/es (Ano)	País/Idioma	Título	Tipo de Estudo	Achados e Considerações
Oliveira et al. (2019)	Brasil/ português	Satisfação profissional e sobrecarga de trabalho de enfermeiros da área de saúde mental	Estudo transversal, com amostragem por critério de conveniência, com abordagem quantitativa descritiva.	O estudo identificou que enfermeiros da saúde mental enfrentam alta sobrecarga de trabalho devido a condições precárias, falta de recursos e desvalorização profissional. Apesar disso, demonstram satisfação com a área. Conclui-se pela necessidade de maior articulação entre gestão e equipe, além de investimentos estruturais e estudos contínuos sobre a prática de enfermagem em saúde mental.
Muniz; Andrade; Santos (2020)	Brasil / Português	A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho	Revisão bibliográfica	A sobrecarga de trabalho gera dores físicas, esgotamento emocional e aumento de erros de enfermagem. Longas jornadas e escassez de profissionais são fatores determinantes no adoecimento do enfermeiro.
Barbosa et al. (2020)	Brasil / Português	Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19: síntese de evidências	Revisão de literatura	Identificou o aumento da carga de trabalho, medo de contaminação, desinformação e raiva institucional como principais fontes de estresse. Destaca a importância do apoio psicológico aos profissionais.
Santos et al. (2020)	Brasil / Português	Avaliação da sobrecarga de trabalho na equipe de enfermagem e o impacto na qualidade da assistência	Estudo teórico-reflexivo, qualitativo e descritivo	A sobrecarga compromete a qualidade do atendimento e a segurança do paciente. Recomenda políticas de saúde que valorizem o trabalhador e garantam condições adequadas de trabalho.
Cintra et al. (2022)	Brasil / Português	Sobrecarga de trabalho dos profissionais de enfermagem: fatores de interface à Síndrome de Burnout	Revisão integrativa qualitativa	Identificou fatores que influenciam a sobrecarga e a Síndrome de Burnout. Reforça a necessidade de estratégias de enfrentamento e mais estudos sobre prevenção e intervenção na saúde do trabalhador.

Barros; Ferreira; Ribeiro (2022)	Brasil / Português	A sobrecarga profissional frente à assistência do obstetra ao parto: uma revisão integrativa da literatura	Revisão integrativa	Destaca a sobrecarga, jornadas exaustivas e suporte organizacional inadequado como fatores de risco para Burnout. Recomenda medidas organizacionais e individuais de prevenção.
Santos; Martins. (2022)	Brasil / Português	Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga de trabalho: uma revisão integrativa de literatura	Revisão integrativa	Apontou que a sobrecarga e fatores internos e externos ao trabalho afetam a saúde mental dos enfermeiros. Propõe estratégias de autocuidado e intervenções institucionais para reduzir o estresse.
D'morais et al. (2025)	Brasil / Português	O impacto da sobrecarga profissional na vida pessoal dos enfermeiros	Estudo qualitativo e descritivo	Analisa os efeitos da sobrecarga na vida pessoal, emocional e social dos enfermeiros. Sugere rodas de conversa e ações institucionais como estratégias de enfrentamento.
Lopes; Santos; Giotto (2025).	Brasil/ português	Síndrome de burnout e os seus efeitos sobre a vida dos profissionais de enfermagem da urgência e emergência	Revisão integrativa	A Síndrome de Burnout é um grave problema de saúde pública devido seu efeito cascata e apresenta-se como um grande desafio na sua minimização devido a exposição contínua do profissional de enfermagem a fatores geradores de estresse.
Zanatta et al. (2025)	Brasil / Português	Burnout na enfermagem: fatores de risco, impactos e estratégias de enfrentamento	Revisão integrativa (diretrizes PRISMA)	Evidencia a sobrecarga de trabalho e jornadas extenuantes como principais fatores de risco. Aponta o suporte social e o treinamento emocional como formas eficazes de enfrentamento e prevenção.

**Fonte:** Autoras da Pesquisa (2025).

## DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo fornecem evidências robustas de que a sobrecarga de trabalho na enfermagem é um fenômeno multifacetado, que transcende o campo operacional e atinge dimensões subjetivas e emocionais profundas. A síntese dos dez artigos analisados revela que os enfermeiros convivem com uma sobreposição de demandas físicas, cognitivas e afetivas, em contextos institucionais que frequentemente naturalizam o excesso como sinônimo de comprometimento profissional. Essa lógica produtivista, ainda fortemente enraizada nas práticas de gestão hospitalar, tem se mostrado um gatilho significativo para o adoecimento mental e o surgimento da Síndrome de Burnout (Cintra et al., 2022; Zanatta et al., 2025). De

forma recorrente, os estudos associam longas jornadas, déficit de pessoal e ausência de apoio institucional a quadros de exaustão emocional, insônia e sentimento de desvalorização, comprometendo tanto o bem-estar dos profissionais quanto a qualidade do cuidado prestado.

Os achados de D’Morais et al. (2025) reforçam essa percepção ao demonstrar que a sobrecarga ultrapassa o espaço laboral, repercutindo negativamente na vida pessoal e nas relações sociais dos enfermeiros. A autora descreve uma espécie de “contaminação emocional” que persiste mesmo fora do ambiente hospitalar, tornando a desconexão do trabalho quase impossível. Essa dimensão subjetiva é frequentemente negligenciada por políticas institucionais, que priorizam indicadores de produtividade em detrimento da saúde mental dos profissionais. A convergência entre esses resultados e os de Oliveira (2024) indica que a sobrecarga não se limita ao contato direto com o paciente, mas se estende às demandas burocráticas e administrativas, que drenam energia e reduzem o tempo dedicado ao cuidado humanizado.

Em consonância com Santos e Martins (2022), observa-se que o desgaste emocional tende a ser amplificado em contextos de alta complexidade assistencial, como unidades de emergência e terapia intensiva. Esses ambientes, caracterizados por decisões rápidas e exposição constante à dor e à morte, intensificam o estresse ocupacional e aumentam o risco de Burnout. Lopes, Santos e Giotto (2025) destacam que, em unidades de urgência, o enfermeiro frequentemente vivencia uma “hiperalerta emocional” permanente, estado que, embora funcional em situações críticas, torna-se prejudicial quando mantido por longos períodos. Esses resultados dialogam com os achados de Muniz, Andrade e Santos (2020), que observaram sintomas de ansiedade e distúrbios do sono em profissionais submetidos a plantões sucessivos sem intervalos de recuperação adequados.

Contudo, não se trata apenas de uma questão de carga horária ou volume de tarefas. A sobrecarga é também simbólica, traduz-se na sensação de invisibilidade e falta de reconhecimento profissional. Oliveira et al. (2019) já haviam identificado que a satisfação no trabalho está intimamente ligada à percepção de valorização institucional e à autonomia no processo de cuidado. Quando esses elementos estão ausentes, mesmo condições objetivas mais favoráveis (como carga horária reduzida ou aumento salarial) tendem a perder eficácia no

enfrentamento do estresse crônico. Em outras palavras, o sofrimento da enfermagem é também um reflexo da precarização simbólica do seu papel no sistema de saúde.

Diferentemente dos resultados obtidos por Barros, Ferreira e Ribeiro (2022), que observaram certo equilíbrio emocional entre enfermeiros obstétricos com maior controle sobre seu ambiente de trabalho, a presente revisão identificou que, na maioria dos cenários hospitalares, há escassez de estratégias institucionais de enfrentamento. Programas de acolhimento psicológico, pausas programadas e espaços de escuta ainda são raros. A discrepância entre esses contextos pode indicar que a autonomia e o reconhecimento técnico reduzem o impacto da sobrecarga, um dado que reforça a necessidade de políticas mais sensíveis à subjetividade dos profissionais.

Durante a pandemia de COVID-19, conforme destacam Barbosa et al. (2020), os níveis de estresse atingiram patamares alarmantes, revelando uma vulnerabilidade estrutural já existente. A pandemia apenas ampliou um problema pré-existente, expondo as fragilidades dos sistemas de gestão hospitalar e a ausência de redes institucionais de apoio emocional. Curiosamente, alguns estudos apontam que, mesmo diante do caos, muitos profissionais relatavam sentir-se “obrigados” a manter a resiliência como prova de vocação, um discurso perigoso que romantiza o sofrimento e perpetua a cultura da exaustão.

Há, entretanto, experiências promissoras. Zanatta et al. (2025) e Santos et al. (2020) sugerem que intervenções baseadas em treinamento emocional, suporte social e fortalecimento de equipes multidisciplinares podem reduzir os impactos do Burnout. O desenvolvimento de espaços de escuta ativa e programas de capacitação voltados à inteligência emocional mostrou-se eficaz em alguns contextos hospitalares, embora ainda limitado em abrangência. A presença de lideranças empáticas e capacitadas desponta como fator protetor relevante, indicando que a saúde mental dos enfermeiros depende tanto de recursos individuais quanto de transformações institucionais.

Os resultados também revelam um paradoxo incômodo: a enfermagem, tradicionalmente associada ao cuidado do outro, é frequentemente negligenciada em suas próprias necessidades de cuidado. Essa contradição, apontada por D’Moraes et al. (2025), sugere que o *ethos* da profissão, pautado pela abnegação e altruísmo, pode, paradoxalmente, contribuir para a naturalização da sobrecarga. Essa constatação convida à reflexão ética sobre a própria

formação e cultura profissional da enfermagem, que muitas vezes reforça a ideia de que “sofrer faz parte do cuidar”.

Em termos institucionais, observa-se a necessidade urgente de repensar modelos de gestão que priorizem a saúde mental como indicador de qualidade assistencial. Oliveira (2024) enfatiza que o absenteísmo e o turnover não são apenas sintomas de desgaste individual, mas indicadores de falhas estruturais. Dessa forma, estratégias preventivas devem integrar políticas de recursos humanos, contemplando desde a redistribuição de tarefas até a promoção de um ambiente de trabalho mais equitativo e humanizado.

Por fim, as lacunas identificadas nesta revisão apontam caminhos para futuras investigações. Seria pertinente explorar, em novos estudos, a relação entre sobrecarga e gênero, considerando que a enfermagem é majoritariamente feminina, bem como o impacto das tecnologias digitais e da inteligência artificial nas dinâmicas de trabalho e controle emocional. Também se fazem necessários estudos longitudinais que acompanhem a evolução do Burnout ao longo da carreira, investigando não apenas fatores de risco, mas trajetórias de recuperação e resiliência. A superação da sobrecarga, afinal, exige mais do que diagnósticos: requer a construção coletiva de ambientes de cuidado onde o enfermeiro também possa ser cuidado.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, D. J., GOMES, M. P., DE SOUZA, F. B. A., & GOMES, A. M. T. Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19: síntese de evidências. *Comunicação em ciências da saúde*, 31, 31-47. 2020.

BARROS, M. R. F.; FERREIRA, T. M.; RIBEIRO, A.V. M. S. A sobrecarga profissional frente a assistência do obstetra ao parto: Uma revisão integrativa da literatura. *Revista Saúde-UNG-Ser-ISSN 1982-3282*, v. 16, n. 3, p. 26-35, 2022.

CINTRA, S. M. et al. Sobrecarga de Trabalho dos Profissionais de Enfermagem: fatores de interface a Síndrome de Burnout. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 3, p. e36411326699-e36411326699, 2022.

D'MORAIS, A. L. A. et al. O impacto da sobrecarga profissional na vida pessoal dos enfermeiros. *Revista Projetos Extensionistas*, v. 5, n. 1, p. 27-36, 2025.

LOPES, D. F., SANTOS, R. B., & GIOTTO, A. C. Síndrome de Burnout e os seus Efeitos sobre a Vida dos Profissionais de Enfermagem da Urgência e Emergência. *Revista De Iniciação*

Científica E Extensão, 3(1), 350-359, 2025. Recuperado de <https://reicen.emnuvens.com.br/revista/article/view/169>

MUNIZ, D. C., ANDRADE, E. G. S., & SANTOS, W. L. dos. A saúde do enfermeiro com a sobrecarga de trabalho. *Revista De Iniciação Científica E Extensão*, 2(Esp 2), 274-279. 2020. Recuperado de <https://reicen.emnuvens.com.br/revista/article/view/120>

OLIVEIRA, J. F. D., SANTOS, A. M. D., PRIMO, L. S., SILVA, M. R. S. D., DOMINGUES, E. S., MOREIRA, F. P., ... & OSES, J. P. Satisfação profissional e sobrecarga de trabalho de enfermeiros da área de saúde mental. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 2593-2599, 2019.

OLIVEIRA, L. F. O. O impacto da sobrecarga de trabalho na assistência de enfermagem. *Centro Universitário Campo Real. TCC's Enfermagem*, p. 18-18, 2024.

SANTOS, A. F. dos.; MARTINS, W. Saúde Mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga de trabalho: uma revisão integrativa de literatura. *E-Acadêmica*, [S. l.], v. 3, n. 2, p. e5132188, 2022. DOI: 10.52076/eacad-v3i2.188. Disponível em: <https://www.eacademica.org/eacademica/article/view/188>. Acesso em: 23 set. 2025.

SANTOS, C. D. S. C. S., ABREU, D. P. G., DE MELLO, M. C. V. A., DA SILVA ROQUE, T., & PERIM, L. F. Avaliação da sobrecarga de trabalho na equipe de enfermagem e o impacto na qualidade da assistência. *Research, Society and Development*, 9(5), e94953201-e94953201, 2020.

ZANATTA, M.; SOUZA, A.; BORILLE, D.; BRAUN, L. A.; SANTOS DE OLIVEIRA, R. Burnout na Enfermagem: Fatores de Risco, Impactos e Estratégias de Enfrentamento. *Nursing Edição Brasileira*, [S. l.], v. 29, n. 320, p. 10461-10468, 2025. DOI: 10.36489/nursing.2025v29i320p10461-10468. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3294>. Acesso em: 23 set. 2025.