



SOBRECARGA DE TRABALHO, BURNOUT E VIOLÊNCIA OCUPACIONAL ENTRE PROFISSIONAIS DA SAÚDE: UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR

WORK OVERLOAD, BURNOUT, AND OCCUPATIONAL VIOLENCE AMONG HEALTHCARE PROFESSIONALS: A MULTIDISCIPLINARY APPROACH

DOI: 10.5281/zenodo.23272837



Maria Eduarda Bezerra do Nascimento¹

Heloisa Lopes de Souza Inácio²

Izabella Mota Pontel Pinto³

Suzan Karen Cardoso Monteiro⁴

Jéssica Alessandra Pereira⁵

RESUMO

Este estudo teve como objetivo analisar a sobrecarga de trabalho, o burnout e a violência ocupacional entre profissionais da saúde, sob uma abordagem multidisciplinar. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, realizada a partir de estudos científicos publicados em bases nacionais e internacionais. A análise evidenciou que a sobrecarga laboral, caracterizada por jornadas extensas, elevada demanda assistencial, dimensionamento inadequado das equipes e condições organizacionais desfavoráveis, está diretamente relacionada ao desgaste físico e emocional dos trabalhadores. O burnout apresentou-se como uma das principais consequências do estresse ocupacional prolongado, manifestando-se por exaustão, distanciamento em relação ao

1 Enfermeira. Prefeitura Municipal de Alvarães. E-mail: Maddunascimento319@gmail.com

2 Enfermeira. Mestrado em Enfermagem - Unesp Botucatu. E-mail: heloisa.inacio@unesp.br

3 Enfermeira. E-mail: izabellamotaenf@gmail.com

4 Psicóloga. Terapia Cognitivo Comportamental, Psicopedagogia Clínica Análise do Comportamento Aplicada ao Transtorno do Espectro do Autismo. E-mail: suzanmonteiro02@gmail.com

5 Enfermeira. Especialista em Educação em Saúde e Estomaterapia - FCM UNICAMP. E-mail: jhialessandra2@gmail.com





trabalho e redução da eficácia profissional. A violência ocupacional, por sua vez, mostrou-se frequente nos serviços de saúde, especialmente sob as formas verbal, psicológica e física, envolvendo pacientes, acompanhantes e, em alguns casos, membros da própria equipe. Os achados demonstraram ainda uma importante associação entre violência, sobrecarga e burnout, indicando que esses fatores podem ocorrer de forma simultânea e potencializar o sofrimento ocupacional. Conclui-se que o enfrentamento desses problemas requer estratégias institucionais integradas, incluindo dimensionamento adequado das equipes, organização das jornadas, apoio psicossocial, fortalecimento da comunicação, protocolos de prevenção da violência e promoção de ambientes de trabalho mais seguros. A adoção dessas medidas é fundamental para a proteção da saúde dos profissionais e para a manutenção da qualidade e da segurança da assistência.

Palavras-chave: Burnout profissional; Carga de trabalho; Violência no trabalho; Pessoal de saúde; Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

This study aimed to analyze work overload, burnout and occupational violence among health professionals, under a multidisciplinary approach. This is an integrative literature review, with a descriptive nature and a qualitative approach, carried out based on scientific studies published on national and international bases. The analysis showed that work overload, characterized by long working hours, high care demands, inadequate team size and unfavorable organizational conditions, is directly related to the physical and emotional exhaustion of workers. Burnout was one of the main consequences of prolonged occupational stress, manifesting itself as exhaustion, distancing from work and reduced professional effectiveness. Occupational violence, in turn, proved to be frequent in health services, especially in verbal, psychological and physical forms, involving patients, companions and, in some cases, members of the team itself. The findings also demonstrated an important association between violence, overload and burnout, indicating that these factors can occur simultaneously and increase occupational suffering. It is concluded that tackling these problems requires integrated institutional strategies, including adequate team sizing, organization of working hours, psychosocial support, strengthening communication, violence prevention protocols and promotion of safer work environments. The adoption of these measures is essential for protecting the health of professionals and maintaining the quality and safety of care.

Keywords: Professional burnout; Workload; Violence at work; Health personnel; Worker health.

1. INTRODUÇÃO

O trabalho em saúde apresenta características particulares que expõem os profissionais a elevadas demandas físicas, emocionais e psicológicas. A responsabilidade pela assistência, o contato contínuo com o sofrimento humano, a necessidade de tomada rápida de decisões, as jornadas prolongadas e a insuficiência de recursos humanos constituem fatores capazes de intensificar o desgaste relacionado ao trabalho. Nesse contexto, a sobrecarga ocupacional tem





se consolidado como um importante problema para os serviços de saúde, uma vez que seus efeitos ultrapassam o bem-estar individual do trabalhador e podem interferir na qualidade e na segurança da assistência prestada.

A sobrecarga de trabalho pode estar relacionada tanto ao excesso quantitativo de tarefas quanto à complexidade das atividades desempenhadas, especialmente quando há desequilíbrio entre as exigências do serviço e os recursos disponíveis para sua execução. Entre profissionais da saúde, cargas elevadas de trabalho, dimensionamento insuficiente das equipes e extensas jornadas estão associados a maiores níveis de exaustão profissional, absenteísmo, intenção de abandonar o emprego e ocorrência de eventos adversos durante a assistência. Evidências apontam ainda que a inadequação do número de profissionais em relação à demanda assistencial pode produzir repercussões simultâneas para trabalhadores e pacientes, demonstrando que o problema não deve ser compreendido exclusivamente sob uma perspectiva individual, mas também organizacional e institucional.

Entre as consequências relacionadas à exposição persistente às condições laborais adversas destaca-se o *burnout*. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019) o caracteriza como um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi adequadamente administrado, manifestando-se principalmente por exaustão, distanciamento mental ou sentimentos de negativismo em relação ao trabalho e redução da eficácia profissional. Dessa maneira, o desenvolvimento do *burnout* está intimamente associado às condições em que o trabalho é organizado e realizado, afastando interpretações que atribuem seu surgimento exclusivamente à capacidade individual do profissional de enfrentar situações estressantes.

Nesse sentido, Amiri et al. (2024), ao analisarem fatores de risco ocupacionais relacionados ao *burnout* entre profissionais da saúde, identificaram associações entre a síndrome e aspectos como estresse ocupacional elevado, baixa satisfação profissional, dificuldades de comunicação e situações de assédio no ambiente de trabalho. Os autores também destacam a relevância de fatores organizacionais, como apoio institucional e dimensionamento adequado das equipes, na proteção da saúde dos trabalhadores. De forma





semelhante, Giménez Lozano et al. (2021) ressaltam que longas jornadas, pouca autonomia profissional, deficiências no suporte social e características desfavoráveis do ambiente organizacional estão relacionadas ao desenvolvimento de sintomas de burnout entre médicos e profissionais de enfermagem.

Além da sobrecarga e do esgotamento profissional, a violência ocupacional constitui outro desafio significativo nos serviços de saúde. Esse fenômeno pode se apresentar por meio de agressões físicas, ameaças, intimidação, violência verbal, assédio moral, violência psicológica ou sexual, podendo envolver pacientes, acompanhantes, colegas de trabalho ou outros indivíduos presentes no ambiente assistencial. Segundo a Organização Mundial da Saúde, a violência e o assédio podem atingir trabalhadores de diferentes categorias e níveis de atenção, sendo a violência verbal uma das manifestações não físicas mais frequentemente relatadas entre profissionais do setor (OMS, 2026).

A elevada ocorrência desse problema demonstra a vulnerabilidade dos trabalhadores da saúde durante o exercício profissional. Dados reunidos pela Organização Mundial da Saúde indicam que uma parcela expressiva desses trabalhadores vivencia situações de violência no ambiente laboral, com destaque para aqueles que atuam diretamente na assistência ao paciente. Além dos danos físicos imediatos, tais episódios podem desencadear medo, insegurança, estresse, redução da satisfação com o trabalho e sofrimento psicológico, repercutindo também sobre a permanência do profissional no serviço e sobre a qualidade do atendimento oferecido.

Kumari et al. (2022) destacam que a violência ocupacional contra profissionais da saúde representa um problema de alcance internacional e exige intervenções que contemplem tanto a prevenção quanto o manejo adequado dos episódios de agressão. Nessa perspectiva, não basta direcionar as ações exclusivamente ao comportamento individual do trabalhador, sendo necessário considerar características estruturais dos serviços, protocolos institucionais, segurança no ambiente laboral, dimensionamento das equipes, capacitação profissional e mecanismos formais de notificação e acompanhamento das ocorrências.



Existe, ainda, uma importante relação entre exposição à violência e esgotamento profissional. Giménez Lozano et al. (2021) verificaram associação entre manifestações de violência no trabalho e sintomas de burnout, indicando que fatores organizacionais podem potencializar ou reduzir os efeitos dessas experiências sobre os trabalhadores. Essa relação é particularmente relevante porque a violência pode atuar simultaneamente como fonte adicional de estresse e como consequência de ambientes de trabalho marcados por sobrecarga, conflitos, comunicação deficiente e elevada pressão assistencial. Assim, sobrecarga, burnout e violência ocupacional não devem ser analisados como fenômenos isolados, mas como condições que podem interagir e produzir repercussões cumulativas sobre a saúde física e mental dos profissionais.

Uma abordagem multidisciplinar torna-se necessária diante da complexidade desses fenômenos. Médicos, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, fisioterapeutas, psicólogos, nutricionistas, assistentes sociais e demais profissionais compartilham ambientes de trabalho sujeitos a diferentes tipos de pressão, embora as formas e a intensidade da exposição possam variar conforme a categoria profissional, o setor de atuação, o vínculo empregatício e as responsabilidades atribuídas. Compreender essas diferenças possibilita ampliar a análise para além de uma única profissão e reconhecer fatores comuns relacionados à organização dos serviços e às relações estabelecidas no ambiente de trabalho.

Nesse contexto, a proteção da saúde dos trabalhadores requer estratégias institucionais capazes de promover ambientes seguros, dimensionamento adequado das equipes, apoio psicossocial, melhoria das relações de trabalho e mecanismos efetivos de prevenção e enfrentamento da violência. A OMS (2026) reforça que a proteção da força de trabalho em saúde envolve não apenas a prevenção de danos ocupacionais, mas também a criação de condições laborais que assegurem suporte, direitos e segurança aos profissionais.

Diante do exposto, torna-se relevante aprofundar o conhecimento acerca da interação entre condições organizacionais, sobrecarga laboral, esgotamento profissional e exposição à violência nos diferentes campos de atuação em saúde. Assim, este estudo tem como objetivo analisar a sobrecarga de trabalho, o burnout e a violência ocupacional entre profissionais da





saúde, sob uma abordagem multidisciplinar, buscando compreender os principais fatores associados, suas repercussões sobre a saúde dos trabalhadores e suas implicações para a qualidade e a segurança da assistência.

2. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo-exploratório, desenvolvida com a finalidade de reunir e analisar evidências científicas relacionadas à sobrecarga de trabalho, ao burnout e à violência ocupacional entre profissionais da saúde. A revisão integrativa possibilita a síntese de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, favorecendo uma compreensão ampliada sobre determinado fenômeno e contribuindo para a identificação de lacunas no conhecimento científico (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

A construção da revisão seguiu etapas sistematizadas, compreendendo: definição da questão norteadora, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, busca dos estudos nas bases de dados, seleção das publicações, extração das informações relevantes, análise crítica dos achados e apresentação da síntese dos resultados. Esse processo permite organizar as evidências disponíveis de maneira estruturada e contribuir para a aplicação do conhecimento científico na prática profissional (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Para direcionar a investigação, estabeleceu-se a seguinte questão norteadora: quais evidências científicas demonstram a relação entre sobrecarga de trabalho, burnout e violência ocupacional entre profissionais da saúde, considerando uma perspectiva multidisciplinar?

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para a identificação dos estudos, foram utilizados descritores controlados presentes nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no *Medical Subject Headings* (MeSH), incluindo os termos: “Burnout Profissional”, “Esgotamento Profissional”,





“Carga de Trabalho”, “Violência no Trabalho”, “Pessoal de Saúde” e “Saúde do Trabalhador”, além de seus correspondentes na língua inglesa: “Burnout, Professional”, “Workload”, “Workplace Violence”, “Health Personnel” e “Occupational Health”.

Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, possibilitando diferentes estratégias de busca, como: “*Burnout Professional*” AND “*Health Personnel*”; “*Workload*” AND “*Burnout Professional*”; “*Workplace Violence*” AND “*Health Personnel*”; e “*Workload*” AND “*Burnout*” AND “*Workplace Violence*”. As combinações foram adaptadas conforme as características específicas de cada base de dados.

Foram adotados como critérios de inclusão estudos publicados no período de 2019 a 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, envolvendo profissionais da área da saúde e abordando pelo menos um dos seguintes aspectos: sobrecarga laboral, burnout, violência ocupacional, fatores psicossociais relacionados ao trabalho ou suas repercussões sobre a saúde dos trabalhadores. Também foram considerados estudos que analisassem a associação entre esses fenômenos e aspectos relacionados à organização e às condições de trabalho.

Foram excluídos artigos duplicados, editoriais, cartas ao editor, resumos publicados em anais de eventos, capítulos de livros, trabalhos sem acesso ao texto completo e estudos cuja população não fosse constituída por profissionais da saúde. Também foram excluídas publicações que, após a leitura do título, resumo ou texto integral, não apresentassem relação direta com os objetivos propostos pela presente investigação.

Por se tratar de uma pesquisa baseada exclusivamente em estudos disponíveis na literatura científica e sem participação direta de seres humanos, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. Contudo, foram respeitados os princípios de integridade científica, reconhecimento da autoria intelectual e adequada indicação das fontes utilizadas ao longo do estudo.





3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da literatura evidenciou que a sobrecarga de trabalho, o burnout e a violência ocupacional constituem fenômenos inter-relacionados e capazes de produzir importantes repercussões sobre a saúde física e mental dos profissionais, bem como sobre a organização dos serviços e a qualidade da assistência. Embora apresentem características próprias, os estudos analisados demonstram que esses fatores frequentemente coexistem no ambiente de trabalho, sobretudo em contextos marcados por elevada demanda assistencial, número insuficiente de profissionais, jornadas extensas, exposição contínua ao sofrimento e fragilidade do suporte institucional.

Os achados também demonstraram que tais problemas não estão restritos a uma única categoria profissional. Médicos, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, fisioterapeutas, psicólogos e outros trabalhadores inseridos nos serviços de saúde podem estar expostos a condições laborais desfavoráveis. Entretanto, a intensidade dessa exposição pode variar conforme o nível de contato com pacientes e familiares, as características do setor de atuação, a carga horária, o vínculo empregatício e o grau de responsabilidade envolvido na assistência.

3.1 SOBRECARGA DE TRABALHO E CONDIÇÕES LABORAIS DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE

A sobrecarga laboral apresentou-se como um dos principais fatores relacionados ao adoecimento dos profissionais da saúde. O excesso de demandas, associado à redução do número de trabalhadores disponíveis para atender às necessidades assistenciais, tende a aumentar a pressão exercida sobre as equipes. Essa situação pode tornar-se ainda mais significativa em serviços hospitalares, unidades de urgência e emergência, terapia intensiva e atenção primária, nos quais os profissionais frequentemente precisam lidar simultaneamente com elevada demanda, complexidade clínica e limitações de recursos.





Nesse contexto, a carga de trabalho não deve ser compreendida apenas a partir do número de horas trabalhadas. Aspectos como quantidade de pacientes sob responsabilidade do profissional, complexidade dos atendimentos, necessidade de decisões rápidas, trabalho em turnos, vínculos empregatícios múltiplos e ausência de períodos adequados de descanso também participam da construção da sobrecarga ocupacional. Quando essas condições persistem, podem favorecer fadiga física e mental, redução da satisfação profissional e comprometimento da capacidade de recuperação entre uma jornada e outra.

A relação entre condições de trabalho desfavoráveis e esgotamento profissional também é destacada por Giménez Lozano et al. (2021), que identificaram fatores estruturais e organizacionais relacionados ao desenvolvimento do burnout, incluindo longas jornadas de trabalho, baixa autonomia, menor suporte social e características inadequadas do ambiente laboral. Esses achados demonstram que o desgaste profissional não pode ser atribuído somente às características individuais do trabalhador, uma vez que aspectos relacionados à gestão e à organização do serviço exercem influência relevante.

Wright et al. (2022), ao analisarem o burnout entre profissionais da atenção primária em países de baixa e média renda, também demonstraram a importância das condições de trabalho para a compreensão do fenômeno. Essa perspectiva torna-se particularmente importante porque os serviços de saúde frequentemente apresentam demandas superiores à disponibilidade de profissionais e recursos, aumentando a possibilidade de desgaste prolongado das equipes.

Além das consequências individuais, a sobrecarga pode produzir repercussões sobre o processo de trabalho. Profissionais submetidos continuamente a condições de elevada exigência podem apresentar dificuldades de concentração, menor satisfação com suas atividades, intenção de abandonar o emprego e prejuízo nas relações interpessoais. Dessa forma, ações destinadas à prevenção do adoecimento ocupacional devem contemplar não apenas medidas individuais de enfrentamento do estresse, mas também mudanças estruturais relacionadas ao dimensionamento das equipes, distribuição das atividades e organização das jornadas.





3.2 BURNOUT ENTRE PROFISSIONAIS DA SAÚDE

O burnout constitui uma das principais consequências associadas à exposição prolongada ao estresse ocupacional. Entre os profissionais da saúde, sua ocorrência assume especial relevância devido às características próprias do trabalho assistencial, caracterizado pelo contato frequente com doença, sofrimento, morte, cobranças institucionais e necessidade de elevada responsabilidade técnica.

Os resultados encontrados na literatura indicam que a exaustão emocional ocupa posição central no desenvolvimento do burnout, podendo ser acompanhada de distanciamento em relação às atividades profissionais e redução da percepção de eficácia no trabalho. Nesse cenário, o trabalhador passa a apresentar dificuldades para manter o mesmo envolvimento emocional e profissional diante das demandas existentes, principalmente quando não dispõe de recursos institucionais e pessoais suficientes para enfrentá-las.

Wright et al. (2022), em revisão sistemática e metanálise envolvendo profissionais da atenção primária, apontam que o burnout constitui um problema relevante também em países de baixa e média renda, evidenciando que o fenômeno ultrapassa contextos específicos e deve ser compreendido como questão importante para os sistemas de saúde. A ocorrência do burnout em diferentes níveis assistenciais reforça a necessidade de estratégias de prevenção voltadas para as condições reais em que o trabalho é realizado.

Entre profissionais de enfermagem, fatores relacionados ao trabalho também demonstram relação importante com o esgotamento. Revisão apresentada por Woo et al. identificou associações recorrentes entre burnout, estresse laboral, insatisfação profissional, intenção de deixar o emprego e violência no trabalho. Tais resultados reforçam o caráter multifatorial do problema e demonstram que a experiência do profissional dentro da organização exerce influência significativa sobre seu bem-estar.

A presença contínua do burnout pode gerar consequências que ultrapassam o trabalhador. O esgotamento pode comprometer relações entre membros das equipes, aumentar o desejo de afastamento ou abandono profissional e interferir no funcionamento dos serviços.





Dessa maneira, a discussão sobre burnout necessita considerar não somente a saúde mental individual, mas também os fatores institucionais que contribuem para sua manifestação e manutenção.

É importante destacar que intervenções centradas exclusivamente na capacidade individual de adaptação podem apresentar alcance limitado quando permanecem inalteradas as condições que provocam o desgaste. Assim, medidas como apoio psicossocial, fortalecimento das relações entre equipes, melhoria da comunicação, promoção de autonomia, adequação das jornadas e dimensionamento apropriado de profissionais devem compor estratégias mais abrangentes de prevenção.

3.3 VIOLÊNCIA OCUPACIONAL NOS SERVIÇOS DE SAÚDE

Outro aspecto expressivamente identificado na literatura corresponde à violência ocupacional. As agressões sofridas por profissionais da saúde podem apresentar diferentes manifestações, incluindo violência física, ameaças, agressões verbais, humilhações, assédio, intimidação e outras formas de violência psicológica. Os episódios podem ser provenientes de pacientes, familiares ou acompanhantes e também podem ocorrer nas próprias relações entre trabalhadores.

Rossi et al. (2023), em uma revisão abrangente de revisões sistemáticas e metanálises sobre violência contra trabalhadores da saúde, observaram elevada ocorrência desse fenômeno em diferentes contextos assistenciais. Os autores também demonstraram considerável variação entre países, categorias profissionais e métodos empregados para identificar a violência, mostrando que se trata de um fenômeno complexo e heterogêneo.

Resultados semelhantes foram apresentados por Byon et al., cuja revisão sobre violência contra trabalhadores da saúde demonstrou elevada exposição às diferentes formas de agressão. Tais resultados revelam que os episódios de violência não podem ser considerados acontecimentos isolados ou inerentes à profissão, devendo ser reconhecidos como riscos ocupacionais que demandam medidas específicas de prevenção.





A violência verbal aparece de forma particularmente frequente nos estudos. Uma revisão sistemática e metanálise conduzida por Liu et al. (2019), envolvendo mais de 330 mil profissionais, verificou elevada ocorrência de violência ocupacional, com predominância das formas não físicas. Embora manifestações verbais possam não produzir lesões corporais, sua repetição pode gerar insegurança, medo, sofrimento psicológico e deterioração das relações estabelecidas no ambiente profissional.

As características do próprio serviço também podem aumentar o risco de violência. Setores com grande fluxo de pacientes, períodos prolongados de espera, situações de emergência, comunicação inadequada e limitação de recursos podem favorecer conflitos. Todavia, esses fatores não justificam a violência contra os profissionais, mas evidenciam a necessidade de compreender os elementos organizacionais capazes de aumentar sua ocorrência.

Kumari et al. (2022) destacam que o enfrentamento da violência ocupacional exige intervenções estruturadas, envolvendo medidas de prevenção e manejo dos episódios. Entre as estratégias discutidas na literatura estão capacitação das equipes para reconhecimento e gerenciamento de situações de risco, protocolos institucionais, sistemas acessíveis de notificação, suporte ao trabalhador após episódios de violência e aprimoramento das condições de segurança dos serviços.

3.4 RELAÇÃO ENTRE VIOLÊNCIA OCUPACIONAL, SOBRECARGA E BURNOUT

Um dos aspectos mais relevantes encontrados na literatura corresponde à relação estabelecida entre violência ocupacional e burnout. A exposição frequente a comportamentos agressivos acrescenta uma nova fonte de tensão a trabalhadores que, em muitos casos, já se encontram submetidos a elevada carga laboral e pressão assistencial.

Giménez Lozano et al. (2021), ao analisarem médicos e profissionais de enfermagem, identificaram relação significativa entre sintomas de burnout e exposição à violência no trabalho. Os autores demonstraram ainda que características estruturais e organizacionais,





como suporte social, qualidade do ambiente de trabalho, autonomia e duração das jornadas, podem interferir nessa relação. Esses achados reforçam a hipótese de que violência, sobrecarga e burnout formam uma rede de fatores capazes de se potencializar mutuamente.

Essa associação foi igualmente observada por Zhang et al. (2022), que avaliaram a relação entre violência no trabalho e consequências psicológicas entre profissionais de enfermagem. A metanálise demonstrou que enfermeiros expostos à violência ocupacional apresentaram maior probabilidade de desenvolver burnout e transtorno de estresse pós-traumático quando comparados aos profissionais não expostos. Esses resultados demonstram que as consequências da violência podem permanecer mesmo após o encerramento do episódio, interferindo na saúde psicológica e na relação do trabalhador com seu ambiente profissional.

Em situações de sobrecarga, a capacidade dos profissionais para administrar conflitos também pode ser prejudicada pelo cansaço e pela tensão acumulada. Paralelamente, episódios de violência podem ampliar o estresse já provocado pelas exigências assistenciais, intensificando a exaustão. Forma-se, portanto, uma relação complexa na qual diferentes riscos psicossociais se sobrepõem e contribuem para o desgaste progressivo do trabalhador.

Essa constatação aponta para a necessidade de abandonar interpretações fragmentadas desses fenômenos. Intervir somente sobre o burnout, sem modificar condições de sobrecarga e exposição à violência, pode não ser suficiente para produzir mudanças sustentáveis. Da mesma forma, protocolos de combate à violência precisam ser acompanhados de ações voltadas à melhoria do ambiente organizacional e das condições de trabalho.

3.5 PERSPECTIVA MULTIDISCIPLINAR E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

A abordagem multidisciplinar demonstrou-se fundamental para compreender a amplitude dos problemas investigados. Embora grande parcela das pesquisas seja direcionada aos profissionais médicos e de enfermagem, outros integrantes das equipes também estão expostos a estresse, sobrecarga e diferentes manifestações de violência. Dessa forma, políticas





institucionais de proteção não devem ser direcionadas exclusivamente a categorias específicas.

As particularidades existentes entre as profissões devem, entretanto, ser consideradas. Trabalhadores que mantêm contato prolongado e direto com pacientes podem apresentar tipos de exposição distintos daqueles observados em categorias com outras funções assistenciais. Também existem diferenças decorrentes do turno de trabalho, tipo de serviço, grau de autonomia e responsabilidades profissionais. Reconhecer essas especificidades permite desenvolver estratégias preventivas mais adequadas às necessidades de cada contexto.

Kumari et al. (2022) ressaltam que as intervenções direcionadas à violência ocupacional podem incluir treinamento dos profissionais, mudanças organizacionais e estratégias de prevenção e gerenciamento de episódios agressivos. Fricke et al. (2022) também destacam a relevância de ações institucionais e protocolos destinados à prevenção e ao manejo da violência nos ambientes de saúde. Esses achados reforçam que a responsabilização pela segurança ocupacional deve ser compartilhada pelas instituições e não transferida exclusivamente para o trabalhador.

Nesse sentido, estratégias de enfrentamento devem contemplar dimensionamento adequado das equipes, organização equilibrada das jornadas, períodos apropriados de descanso, espaços de escuta e apoio psicológico, canais seguros de comunicação, fortalecimento do trabalho em equipe e mecanismos de notificação da violência. Também é necessária uma cultura institucional que não normalize agressões como parte inevitável da assistência em saúde.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da literatura permitiu compreender que a sobrecarga de trabalho, o burnout e a violência ocupacional constituem importantes desafios para a saúde dos profissionais e para o funcionamento dos serviços de saúde. Esses fenômenos apresentam caráter multifatorial e estão relacionados não apenas às exigências próprias da assistência, mas também às condições





organizacionais, ao dimensionamento das equipes, à duração das jornadas, às relações interpessoais e ao suporte oferecido pelas instituições. Os achados demonstraram que a exposição contínua a elevadas demandas laborais pode favorecer o desgaste físico e emocional, aumentando a vulnerabilidade dos profissionais ao desenvolvimento do burnout. Da mesma forma, situações de violência física, verbal, psicológica ou moral podem intensificar o sofrimento ocupacional, comprometer a sensação de segurança e interferir na satisfação e na permanência dos trabalhadores em seus ambientes de atuação.

A associação entre esses fatores evidencia a necessidade de compreendê-los de maneira integrada. A sobrecarga, o esgotamento profissional e a violência não devem ser tratados como eventos isolados ou exclusivamente individuais, uma vez que estão diretamente relacionados às condições em que o trabalho é organizado e executado. Dessa forma, medidas voltadas apenas para o enfrentamento individual do estresse apresentam alcance limitado quando não são acompanhadas de mudanças institucionais e estruturais.

Nesse sentido, torna-se fundamental a implementação de estratégias que contemplem o dimensionamento adequado das equipes, a organização equilibrada das jornadas, a valorização profissional, o fortalecimento da comunicação entre os trabalhadores, a criação de ambientes seguros e a disponibilização de suporte psicológico e institucional. Também se mostra necessária a existência de protocolos claros para prevenção, identificação, notificação e manejo de episódios de violência ocupacional.

A abordagem multidisciplinar revelou-se essencial, considerando que diferentes categorias profissionais compartilham fatores de risco semelhantes, embora possam apresentar particularidades relacionadas às funções desempenhadas, ao grau de exposição e ao contexto assistencial. Assim, políticas de promoção da saúde do trabalhador devem considerar as especificidades de cada profissão, ao mesmo tempo em que desenvolvem ações coletivas direcionadas à melhoria do ambiente laboral.

Conclui-se, portanto, que enfrentar a sobrecarga de trabalho, o burnout e a violência ocupacional exige compromisso conjunto entre gestores, instituições e profissionais. Investir em condições adequadas de trabalho e na proteção da saúde física e mental das equipes





representa não apenas uma medida de valorização profissional, mas também uma estratégia fundamental para promover segurança, qualidade assistencial e sustentabilidade dos serviços de saúde.

Por fim, recomenda-se o desenvolvimento de novos estudos que investiguem esses fenômenos em diferentes níveis de atenção e entre distintas categorias profissionais, principalmente em contextos ainda pouco explorados. A ampliação das evidências poderá contribuir para a elaboração de intervenções mais eficazes e para o fortalecimento de políticas voltadas à saúde e à segurança dos trabalhadores da área da saúde.

REFERÊNCIAS

AMIRI, Sohrab; MAHMOOD, Nailah; MUSTAFA, Halla; JAVAID, Syed Fahad; KHAN, Moien Ab. Occupational risk factors for burnout syndrome among healthcare professionals: a global systematic review and meta-analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 21, n. 12, p. 1583, 2024. DOI: 10.3390/ijerph21121583. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph21121583>. Acesso em: 29 set. 2026.

BYON, Ha Do; LEE, Mijung; CHOI, Min; SAGHERIAN, Knar; CRANDALL, Mary; LIPSCOMB, Jane. Prevalence of type II workplace violence among home healthcare workers: a meta-analysis. **American Journal of Industrial Medicine**, v. 63, n. 5, p. 442-455, 2020. DOI: 10.1002/ajim.23095. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ajim.23095>. Acesso em: 29 set. 2026.

FRICKE, Julie; SIDDIQUE, Shazia Mehmood; DOUMA, Caryn; LADAK, Alicia; BURCHILL, Christian N.; GREYSEN, Ryan; MULL, Nikhil K. Workplace violence in healthcare settings: a scoping review of guidelines and systematic reviews. **Trauma, Violence, & Abuse**, v. 24, n. 5, p. 3363-3383, 2023. DOI: 10.1177/15248380221126476. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/15248380221126476>. Acesso em: 29 set. 2026.

GIMÉNEZ LOZANO, José Miguel; MARTÍNEZ RAMÓN, Juan Pedro; MORALES RODRÍGUEZ, Francisco Manuel. Doctors and nurses: a systematic review of the risk and protective factors in workplace violence and burnout. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 6, p. 3280, 2021. DOI:





10.3390/ijerph18063280. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063280>. Acesso em: 29 set. 2026.

KUMARI, Archana; SARKAR, Siddharth; RANJAN, Piyush; CHOPRA, Sakshi; KAUR, Tanveer; BAITHA, Upendra; CHAKRAWARTY, Avinash; KLANIDHI, Kamal Bandhu. Interventions for workplace violence against health-care professionals: a systematic review. **Work**, v. 73, n. 2, p. 415-427, 2022. DOI: 10.3233/WOR-210046. Disponível em: <https://doi.org/10.3233/WOR-210046>. Acesso em: 29 set. 2026.

LIU, Jianxin; GAN, Yong; JIANG, Heng; LI, Liqing; DWYER, Robyn; LU, Kai; YAN, Shijiao; SAMPSON, Opoku; XU, Hongbin; WANG, Chao; ZHU, Yi; CHANG, Yuanyuan; YANG, Yudi; YANG, Tingting; CHEN, Yawen; SONG, Fujian; LU, Zuxun. Prevalence of workplace violence against healthcare workers: a systematic review and meta-analysis. **Occupational and Environmental Medicine**, v. 76, n. 12, p. 927-937, 2019. DOI: 10.1136/oemed-2019-105849. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/oemed-2019-105849>. Acesso em: 29 set. 2026.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. DOI: 10.1590/S0104-07072008000400018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: 29 set. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. Geneva: World Health Organization, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/burn-out-an-occupational-phenomenon>. Acesso em: 29 set. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Protecting health and safety of health workers**. Geneva: World Health Organization, [s. d.]. Disponível em: <https://www.who.int/activities/protecting-health-and-safety-of-health-workers>. Acesso em: 29 set. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Violence and harassment: occupational hazards in the health sector**. Geneva: World Health Organization, [s. d.]. Disponível





em: <https://www.who.int/tools/occupational-hazards-in-health-sector/violence-harassment>.

Acesso em: 29 set. 2026.

ROSSI, Maria Francesca; BECCIA, Flavia; CITTADINI, Federico; AMANTEA, Chiara; AULINO, Giuseppe; SANTORO, Paolo Emilio; BORRELLI, Ivo; OLIVA, Andrea; RICCIARDI, Walter; MOSCATO, Umberto; GUALANO, Maria Rosaria. Workplace violence against healthcare workers: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. **Public Health**, v. 221, p. 50-59, 2023. DOI: 10.1016/j.puhe.2023.05.021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.05.021>. Acesso em: 29 set. 2026.

WANG, Jinfeng; ZENG, Qinglin; WANG, Yuqiang; LIAO, Xinqi; XIE, Caixia; WANG, Guofu; ZENG, Yanli. Workplace violence and the risk of post-traumatic stress disorder and burnout among nurses: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Nursing Management**, v. 30, n. 7, p. 2854-2868, 2022. DOI: 10.1111/jonm.13809. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jonm.13809>. Acesso em: 29 set. 2026.

WHITTEMORE, Robin; KNAFL, Kathleen. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005. DOI: 10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>. Acesso em: 29 set. 2026.

WOO, Tiffany; HO, Roger; TANG, Arthur; TAM, Wilson. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Psychiatric Research**, v. 123, p. 9-20, 2020. DOI: 10.1016/j.jpsychires.2019.12.015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.12.015>. Acesso em: 29 set. 2026.

WRIGHT, Tanya; MUGHAL, Faraz; BABATUNDE, Opeyemi O.; DIKOMITIS, Lisa; MALLIN, Christian D.; HELLIWELL, Toby. Burnout among primary health-care professionals in low- and middle-income countries: systematic review and meta-analysis. **Bulletin of the World Health Organization**, v. 100, n. 6, p. 385-401A, 2022. DOI: 10.2471/BLT.22.288300. Disponível em: <https://doi.org/10.2471/BLT.22.288300>. Acesso em: 29 set. 2026.

Recebido em: 30/09/2026

Aprovado em: 04/10/2026

Publicado em: 09/10/2026

