

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Carolina Moreira Gerhardt Miguel

Sofia Oliveira Rodrigues Pinto

**IMPACTOS DOS MÚLTIPLOS VÍNCULOS EMPREGATÍCIOS NA
SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS**

**Volta Redonda
2025**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Carolina Moreira Gerhardt Miguel

Sofia Oliveira Rodrigues Pinto

**IMPACTOS DOS MÚLTIPLOS VÍNCULOS EMPREGATÍCIOS NA
SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do UniFOA, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof.^a Msc. Márcia Figueira Canavez

**Volta Redonda
2025**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Carolina Moreira Gerhardt Miguel

Sofia Oliveira Rodrigues Pinto

**IMPACTOS DOS MÚLTIPLOS VÍNCULOS EMPREGATÍCIOS NA
SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do UniFOA, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof.^a Msc. Márcia Figueira Canavez

Data de Aprovação:

Prof.^a Msc. Márcia Figueira Canavez
Orientadora

Dr. Davison Pereira
Membro da Banca Examinadora

Dra. Valquíria Jorge Sepp
Membro da Banca Examinadora

**Volta Redonda
2025**

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradecemos a Deus por nos conceder força, sabedoria e perseverança ao longo desta jornada acadêmica. Este trabalho é fruto de nosso esforço coletivo e individual, mas também da graça divina, que nos sustentou em cada etapa. Expressamos nossa sincera gratidão a todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste estudo.

Agradecemos às nossas famílias, que sempre estiveram ao nosso lado, oferecendo amor, paciência e compreensão durante todo o processo de pesquisa e elaboração deste trabalho. Seu apoio incondicional foi essencial para que superássemos os desafios e alcançássemos nossos objetivos acadêmicos.

Aos nossos amigos e colegas, que estiveram conosco, não apenas nos momentos de estudo e trabalho, mas também nos momentos de descontração e apoio mútuo. Agradecemos pela compreensão nas ausências e pelo incentivo constante ao nosso crescimento intelectual e pessoal.

Agradecemos à nossa orientadora, Márcia Canavez, pela paciência e dedicação ao nos guiar nos desafios metodológicos e teóricos, além da confiança em nosso trabalho. Aos professores e profissionais da UNIFOA, agradecemos o conhecimento e experiência compartilhados ao longo de nossa formação acadêmica. As aulas, orientações e feedbacks recebidos foram essenciais para a elaboração deste trabalho.

Por fim, a todos aqueles que, de alguma forma, nos apoiaram, encorajaram e acreditaram em nosso potencial durante essa jornada, nosso mais sincero agradecimento. Este estudo, voltado para a saúde mental de enfermeiros com múltiplos vínculos, não teria sido possível sem o apoio de cada um de vocês.

Que este trabalho contribua significativamente para o entendimento e aprimoramento das condições de trabalho para promover a saúde mental dos enfermeiros, refletindo nosso compromisso com a excelência acadêmica e o avanço científico na área da enfermagem.

Cuidar da saúde mental dos profissionais de saúde é tão importante quanto cuidar de seus pacientes, pois somente aqueles que se encontram bem consigo mesmos podem oferecer o melhor cuidado aos outros.

Christine A. Padesky, 2017

RESUMO

A enfermagem desempenha um papel fundamental na vida de seus pacientes, afinal, é ela quem os acompanha desde os primeiros cuidados até o momento final de seu tratamento. No entanto, estudos demonstram que os próprios profissionais da enfermagem têm adoecido psicologicamente com recorrência cada vez maior durante os anos, desenvolvendo sobrecarga profissional quadros de ansiedade, estresse, entre outros distúrbios mentais. Diante exposto, este estudo trata-se de uma pesquisa de campo, de caráter descritivo, utilizando uma abordagem qualitativa, com objetivo de: apontar os impactos dos múltiplos vínculos empregatícios na saúde mental de enfermeiros; compreender como os enfermeiros percebem a relação entre carga de trabalho e saúde mental; levantar sinais ou sintomas de adoecimento relatados por enfermeiros com múltiplos vínculos de trabalho. A pesquisa será aplicada por meio de um formulário online (Google Forms), a enfermeiros que atuam em mais de um vínculo trabalhista. Com finalidade de retratar, a partir da percepção dos próprios profissionais, como a dupla jornada influencia na saúde mental, a qualidade de vida, no âmbito social e nas relações interpessoais dos mesmos. Espera-se que os dados obtidos possam servir de base para reflexões mais profundas sobre a valorização do enfermeiro, além de contribuir para a criação de estratégias que promovam melhores condições de trabalho e preservem o bem-estar psicológico da categoria.

Palavras-Chave: Enfermagem; Saúde Mental; Saúde ocupacional.

ABSTRACT

Nursing plays a fundamental role in the lives of its patients, after all, it is the one who accompanies them from the first care to the final moment of their treatment. However, studies show that nursing professionals themselves have become psychologically ill with increasing recurrence over the years, developing professional overload, anxiety, stress, among other mental disorders. In view of the above, this study is a descriptive field research, using a qualitative approach, with the objective of: pointing out the impacts of multiple employment relationships on the mental health of nurses; understanding how nurses perceive the relationship between workload and mental health; to raise signs or symptoms of illness reported by nurses with multiple work contracts. The survey will be applied through an online form (Google Forms), to nurses who work in more than one employment relationship. In order to understand, from the perception of the professionals themselves, how the double shift influences their mental health, quality of life, social environment and interpersonal relationships. It is hoped that the data obtained can serve as a basis for deeper reflections on the valorization of nurses, in addition to contributing to the creation of strategies that promote better working conditions and preserve the psychological well-being of the category.

Keywords: Nursing, Mental Health, Occupational Health.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Distribuição dos participantes por sexo, Volta Redonda (RJ) 2025.....	17
Gráfico 2 – Distribuição por faixa etária, Volta Redonda (RJ) 2025.....	18
Gráfico 3 – Distribuição por Estado Civil, Volta Redonda (RJ) 2025.....	19
Gráfico 4 – Distribuição por quantidade de vínculos, Volta Redonda (RJ) 2025.....	20
Gráfico 5 – Distribuição por formatos de contratação, Volta Redonda (RJ) 2025...	21

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Impactos percebidos ao manter múltiplos vínculos. Volta Redonda (RJ), 2025.....	22
Tabela 2 - Percepção de impactos na qualidade de vida pessoal e familiar devido ao acúmulo de vínculos. Volta Redonda (RJ), 2025.....	23
Tabela 3 - Enfermeiros diagnosticados com transtorno mental. Volta Redonda (RJ), 2025.....	24
Tabela 4 - Enfermeiros em uso de medicamentos para tratar transtornos mentais. Volta Redonda (RJ), 2025.....	25
Tabela 5 - Sinais ou sintomas percebidos desde que começou a atuar em múltiplos vínculos empregatícios. Volta Redonda (RJ), 2025.....	26
Tabela 6 - Utilização de estratégias de enfrentamento. Volta Redonda (RJ), 2025.....	27
Tabela 7 - Percepção sobre o suporte institucional para a saúde mental dos enfermeiros. Volta Redonda (RJ), 2025.....	29

LISTA DE APÊNDICES

Apêndice 1 – Questionário online (Google Forms).....	36
Apêndice 2 – Carta de Anuência.....	38
Apêndice 3 – Termo De Consentimento Livre E Esclarecido (TCLE)	39

LISTA DE ANEXO

Anexo 1 – Folha de Rosto para Pesquisa Envolvendo Seres Humanos.....	41
---	-----------

LISTA DE SIGLAS

CEP	Comitê De Ética Em Pesquisa
CLT	Consolidação das Leis do Trabalho
CoEPSH	Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos
COFEN	Conselho Federal de Enfermagem
OMS	Organização Mundial da Saúde
PEC	Proposta de Emenda à Constituição
PJ	Pessoa Jurídica
RPA	Recibo de Pagamento Autônomo
TCLE	Termo De Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
2 METODOLOGIA	15
3 ANÁLISE DE DADOS E DISCUSSÃO DE RESULTADOS	17
3.1 Primeira Categoria - Impactos do acúmulo de vínculos na qualidade de vida e na saúde global dos profissionais	22
3.2 Segunda categoria - Manifestações físicas e psicológicas associadas ao estresse laboral.....	26
3.3 Terceira Categoria – Estratégias de enfrentamento e a percepção do suporte institucional.....	27
4 CONCLUSÃO.....	30
5 REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

Este estudo tratou-se de uma pesquisa de campo sobre os impactos que a multiplicidade de vínculos empregatícios desencadeava na saúde mental dos enfermeiros.

A enfermagem foi uma profissão essencial no funcionamento dos serviços de saúde, exercendo papel central no cuidado direto ao paciente, na gestão da assistência e na condução de práticas que garantiam a continuidade e a qualidade do atendimento. Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), a categoria representava aproximadamente 59% da força de trabalho na saúde em nível global, refletindo sua relevância não apenas quantitativa, mas também estratégica dentro das equipes multiprofissionais.

Esta pesquisa justificou-se pela observação de enfermeiros que frequentemente acumulam múltiplos vínculos empregatícios, propiciando, muitas vezes, impactos negativos na saúde e em sua qualidade de vida. Além disso, forneceu dados atuais que poderiam contribuir com futuras iniciativas voltadas ao cuidado e à valorização dos enfermeiros.

No Brasil, segundo Conselho Federal de Enfermagem (COFEN, 2025), há atualmente 784.368 enfermeiros registrados, sendo 71.188 apenas no estado do Rio de Janeiro, demonstrando o crescimento da categoria nos últimos anos.

Apesar da expansão numérica e da crescente qualificação técnica dos profissionais, a realidade vivida por grande parte da categoria ainda era marcada por fragilidades estruturais, uma vez que podia apresentar efeitos desfavoráveis, como a necessidade de acúmulo de vínculos empregatícios para conseguir um salário justo.

Esta realidade despertou preocupação não apenas entre os profissionais de saúde, mas também entre pesquisadores e acadêmicos, reforçando a importância de pesquisas que aprofundassem o entendimento sobre seus impactos na saúde mental e na qualidade de vida desses profissionais.

A saúde mental dos enfermeiros não afetava apenas o bem-estar individual, mas também comprometia a qualidade do atendimento prestado e a segurança dos pacientes, configurando um problema que ultrapassava a esfera pessoal e atingia a coletividade (Esperidião; Saidel; Rodrigues, 2020).

A religiosidade e a espiritualidade foram reconhecidas como elementos significativos para a manutenção da saúde mental entre profissionais da enfermagem, especialmente em contextos de elevada sobrecarga emocional.

Estudos indicaram que a religiosidade e a espiritualidade atuavam como recursos internos de enfrentamento, oferecendo aos profissionais um sentido ampliado de propósito, esperança e acolhimento. Além do mais, contribuíram para reduzir sintomas de estresse e promover maior equilíbrio psicológico em situações de alto desgaste laboral, favorecendo, assim, a resiliência diante das adversidades do cotidiano assistencial (Carneiro *et al.*, 2020; Campos; Oliveira, 2022).

A presença de práticas religiosas e espirituais atuava como um importante recurso individual de enfrentamento, contribuindo para a regulação do estresse e para a manutenção do equilíbrio psicológico diante das exigências da prática profissional. Nesse sentido, torna-se pertinente explorar a influência dessas medidas sobre a saúde mental de enfermeiros que acumulavam múltiplos vínculos empregatícios.

A flexibilização dos contratos de trabalho contribuiu para o aumento do número de vínculos assumidos por profissionais da enfermagem. Como consequência, evidenciavam-se jornadas excessivas, plantões prolongados e vínculos empregatícios frágeis (Pereira *et al.*, 2022).

A continuidade desse modelo de atuação, embora proporcionasse o aumento da remuneração e a ampliação da experiência profissional, vinha causando consequências preocupantes, como o estresse ocupacional, podendo gerar não apenas doenças psíquicas e emocionais, mas também físicas e comportamentais (Moraes *et al.*, 2021).

Com base no que foi apresentado, estabeleceram-se como questões norteadoras da pesquisa: Quais eram os impactos dos múltiplos vínculos na saúde mental dos enfermeiros? Como os enfermeiros percebiam a relação entre carga de trabalho e saúde mental? Quais eram os sinais ou sintomas de adoecimento relatados por enfermeiros com múltiplos vínculos de trabalho?

Para responder a esses questionamentos, traçou-se como objetivo geral deste estudo apontar os impactos dos múltiplos vínculos empregatícios na saúde mental de enfermeiros. Com a finalidade de conduzir a pesquisa de modo abrangente, estabeleceu-se nas etapas do estudo, os seguintes objetivos específicos:

- Compreender como os enfermeiros percebiam a relação entre carga de trabalho e saúde mental;
- Levantar sinais ou sintomas de adoecimento relatados por enfermeiros com múltiplos vínculos de trabalho.

Esta pesquisa pretendeu aprofundar o conhecimento acerca da importância da saúde mental dos enfermeiros, bem como favorecer a valorização de seu bem-estar, ao dar visibilidade aos efeitos ocasionados pelos múltiplos vínculos de trabalho.

2 METODOLOGIA

Este estudo tratou-se de uma pesquisa de campo, de caráter descritivo, e utilizou uma abordagem qualitativa e exploratória.

A pesquisa descritiva teve como objetivo reunir informações por meio de coleta de dados. Propôs colher e analisar dados descritivos obtidos diretamente da situação estudada e enfatizou o processo mais que o resultado, retratando a perspectiva dos participantes (Michel, 2015).

Segundo Rahman (2017), a pesquisa qualitativa permitiu compreender como os participantes percebem determinado fenômeno, explorando comportamentos e experiências em seus contextos específicos. Essa perspectiva mostra-se especialmente relevante quando se pretende compreender aspectos que não podem ser quantificados, mas que são fundamentais para a construção do conhecimento científico.

O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética e atendeu às normas relativas à Pesquisa com Seres Humanos, conforme preconiza o item IV da Resolução nº. 466 de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde.

Como critério de inclusão, elegeram-se enfermeiros que se dispuseram a responder o questionário proposto, online (Google Forms), que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 3) e que possuíam mais de um vínculo empregatício. Como critério de exclusão, consideraram-se enfermeiros que possuíam apenas um vínculo empregatício.

Este estudo foi realizado em um hospital público de média e alta complexidade, situado no município de Volta Redonda (RJ), referência regional em atendimento de urgência e emergência, que contava com um total de 114

enfermeiros em seu quadro funcional. O estudo buscou compreender a realidade dos enfermeiros atuantes na instituição.

A pesquisa contou com a participação de 35 enfermeiros. O número final de participantes, em relação ao de enfermeiros da instituição, deve-se aos critérios de inclusão, que consideraram apenas os profissionais com mais de um vínculo empregatício.

Aplicou-se um questionário online (Google Forms) com 2 perguntas híbridas e 7 fechadas (Apêndice 1) em todos os participantes do cenário escolhido. A aplicação do questionário ocorreu entre os meses de agosto e setembro de 2025.

O Google Forms foi uma ferramenta que facilitou a coleta e a análise de dados em pesquisas acadêmicas, pois possibilitou o envio de formulários online e a organização automática das respostas, oferecendo praticidade e eficiência ao pesquisador, além da acessibilidade aos entrevistados (Mota, 2019).

O instrumento de pesquisa buscou levantar dados sociodemográficos, quantidade de vínculos empregatícios, formato de contratação, uso de fármacos associados ao acúmulo de vínculos, possíveis impactos percebidos pelos enfermeiros e estratégias para lidar com os impactos citados.

Após a manifestação de concordância, os entrevistados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 3). Foi garantido o sigilo das informações coletadas e o anonimato dos informantes. A pesquisa foi aprovada por meio do número de parecer: 7.791.346 e número do CAAE: 90431225.9.0000.5255.

Ressalta-se que, assim como todo tipo de pesquisa, mesmo uma pesquisa online, havia riscos potenciais. Embora classificada como de baixo risco, houve possibilidade de desconforto emocional ao relatarem experiências relacionadas aos impactos em seus comportamentos dentro do ambiente hospitalar. Diante do exposto, respeitou-se o tempo necessário para retorno do questionário respondido.

A condução da pesquisa seguiu os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo, o que assegurou sua participação voluntária, garantindo-se sigilo e anonimato. A coleta de dados só foi iniciada após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Municipal Dr. Munir Rafull, assegurando a proteção dos direitos e da integridade dos participantes.

Segundo Bardin (2016), a análise de conteúdo é entendida como um conjunto de técnicas utilizadas para analisar dados textuais, verbais ou visuais, permitindo

identificar padrões, significados e relações dentro de um conjunto de informações. A análise de dados e discussão dos resultados foram conduzidas em conformidade com as orientações de estudo sobre a pesquisa de abordagem qualitativa e exploratória.

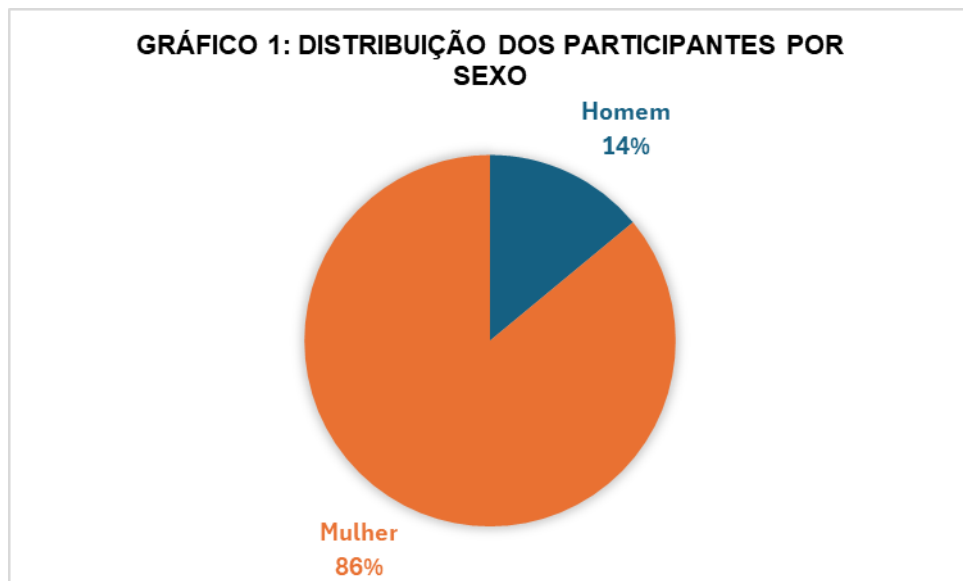
3 ANÁLISE DE DADOS E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

A análise e interpretação dos dados coletados foram conduzidas por meio da revisão e leitura das informações obtidas pelo Google Forms, nas quais foram identificados temas relevantes que subsidiaram a formulação dos resultados.

Para analisar o impacto gerado na saúde mental e qualidade de vida do enfermeiro devido ao acúmulo de múltiplos vínculos, fez-se necessário identificar quem eram estes profissionais através dos dados sociodemográficos.

Observou-se, no gráfico 1 que, dos 35 profissionais entrevistados 86% eram mulheres e 14% eram homens.

Gráfico 1: Distribuição dos participantes por sexo, Volta Redonda (RJ) 2025.



Fonte: Os Autores, 2025.

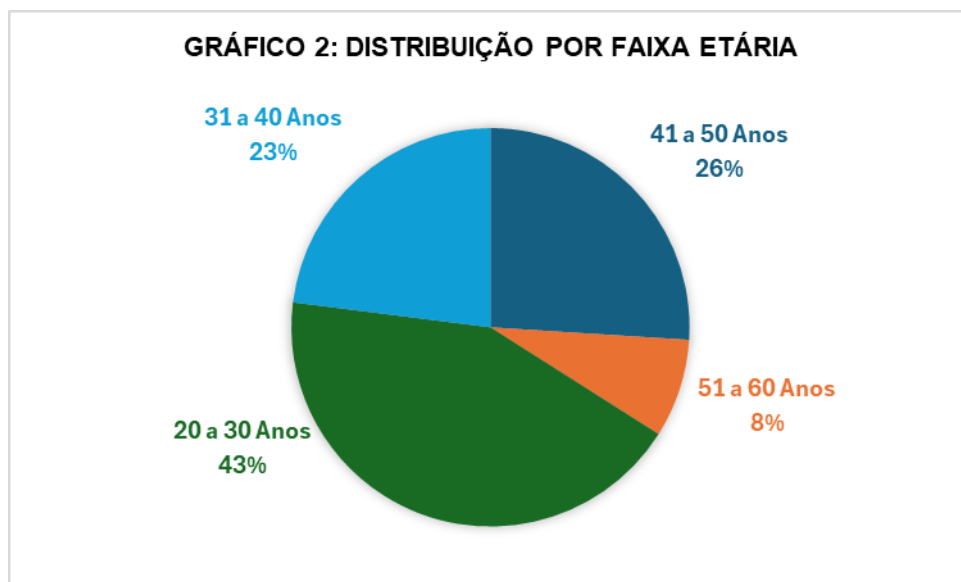
O gráfico apresentado revelou um dado marcante: a prevalência do sexo feminino na profissão de enfermagem. Historicamente, a Enfermagem tem sido uma profissão essencialmente feminina, marcada pela predominância de mulheres em sua composição e prática social (Ferreira *et al.*, 2023). Esta realidade esteve

alinhada às estatísticas globais, que indicaram uma significativa desproporção de gênero na área.

A partir dessas informações, identificar o perfil de gênero dos entrevistados possibilitou compreender que o acúmulo de vínculos afetava de maneira distinta cada profissional, especialmente as mulheres, que além das demandas laborais, muitas assumiam responsabilidades relacionadas ao cuidado da casa e da família, o que intensificava o desgaste físico e emocional.

Foi importante conhecer também a faixa etária dos entrevistados, no Gráfico 2 observou-se que 43% dos entrevistados estão na faixa etária entre 20 e 31 anos, 23% tinham entre 31 e 40 anos, 16% entre 41 e 50 anos, e 8% entre 51 e 60 anos.

Gráfico 2: Distribuição por faixa etária, Volta Redonda (RJ) 2025.



Fonte: Os Autores, 2025.

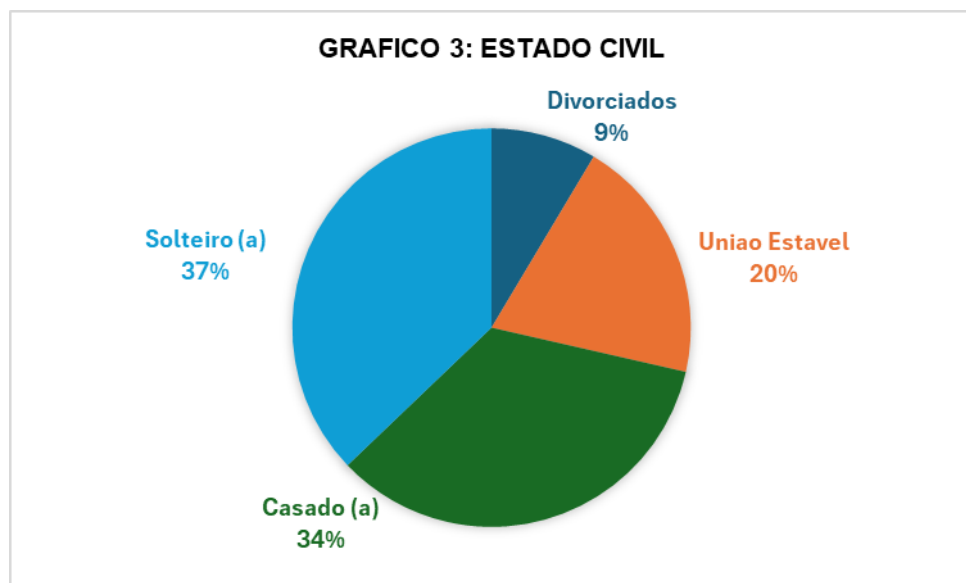
Os egressos de enfermagem, no início de suas trajetórias profissionais, enfrentaram desafios relacionados à inserção e à consolidação no mercado de trabalho, especialmente no que se refere à busca por estabilidade financeira e vínculos empregatícios seguros (Mello *et al.*, 2021).

Essa realidade indicou que, no início da vida profissional, muitos optaram por assumir múltiplos vínculos empregatícios como estratégia para alcançar independência financeira e estabilidade no mercado de trabalho.

Quando foram questionados sobre o estado civil, notou-se que 37% dos entrevistados eram solteiros, 34% eram casados, 20% estavam em união estável e 9% eram divorciados.

Estudos apontaram que o suporte familiar constituiu um importante fator protetivo para a saúde mental dos profissionais de enfermagem. Nesse contexto, os vínculos afetivos e familiares mostraram-se indispensável para enfrentar e prevenir o surgimento de problemas psicossociais (Biff *et al.*, 2020).

Gráfico 3: Distribuição por Estado Civil, Volta Redonda (RJ) 2025.

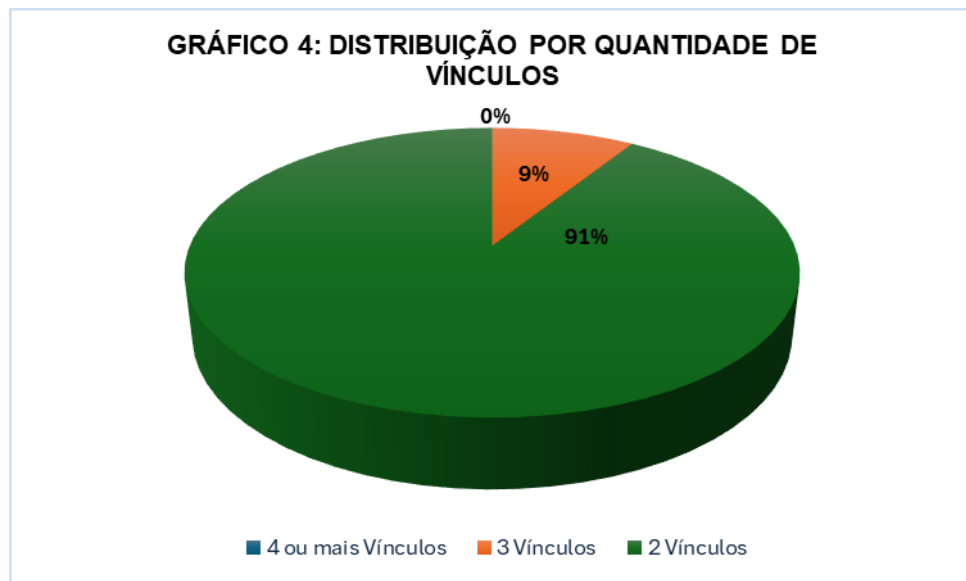


Fonte: Os Autores, 2025.

Esses dados revelaram que a maioria dos profissionais mantinha algum tipo de vínculo afetivo ou familiar, o que pode influenciava diretamente na dinâmica de apoio social e no manejo do estresse relacionado ao trabalho.

Ao serem questionados o número de vínculos empregatícios observou-se que 91% entrevistados possuíam dois vínculos, 9% mantinham três vínculos, e nenhum entrevistado relatou quatro ou mais vínculos.

Gráfico 4: Distribuição por quantidade de vínculos, Volta Redonda (RJ) 2025.



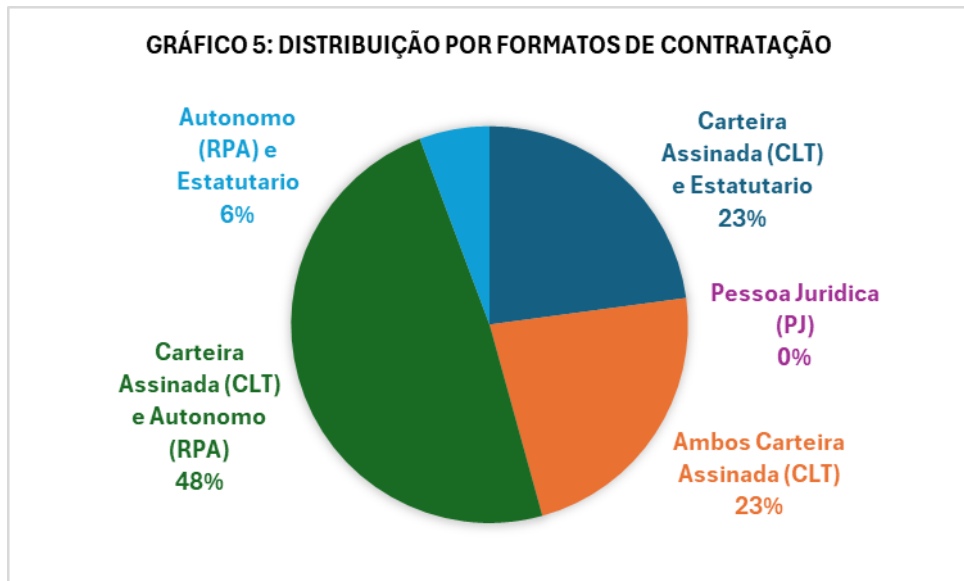
Fonte: Os Autores, 2025.

Segundo o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN, 2025), é evidente que os desafios vivenciados pelos profissionais de enfermagem no Brasil não se restringem à insuficiência da remuneração, incluíam também as longas jornadas de trabalho, a necessidade de manejar múltiplos vínculos trabalhistas para sobreviver e as formas cada vez mais fragilizadas de contratação.

Observou-se que a necessidade de acumular dois ou mais vínculos não é uma ocorrência isolada. A expressiva adesão a múltiplos vínculos torna visível que grande parte dos entrevistados diversificava suas fontes de renda para enfrentar a insuficiência salarial e as condições precárias de contratação.

Conforme os dados coletados, 48% dos entrevistados possuíam contratação por vínculo autônomo (RPA) em um vínculo e o outro vínculo por carteira assinada (CLT), 23% tinham vínculo estatutário e carteira assinada (CLT), 23% atuavam com carteira assinada (CLT) em ambos os vínculos, 6% combinavam vínculo autônomo (RPA) e estatutário e nenhum entrevistado relatou ter vínculo como Pessoa Jurídica (PJ).

Gráfico 5: Distribuição por formatos de contratação, Volta Redonda (RJ) 2025.



Fonte: Os Autores, 2025.

A adesão dominante da combinação entre vínculo autônomo e carteira assinada, fortaleceu uma flexibilidade contratual que, embora pudesse garantir maior renda, também representou uma instabilidade e precarização, visto que o vínculo autônomo tende a oferecer menos garantias trabalhistas. A ausência de vínculos como Pessoa Jurídica (PJ) entre os entrevistados indicou uma menor adesão a esse modelo de contratação na enfermagem.

Nesse campo das fragilidades, verificou-se que vínculos instáveis e alta rotatividade nos serviços contribuíram para a inadequação das condições de trabalho e insuficiência do número de trabalhadores (SOUZA *et al.*, 2023).

A interpretação dos dados demonstrou que o perfil sociodemográfico é composto predominantemente por uma força de trabalho jovem e, em sua maioria, feminina, inserida em contextos contratuais diversos junto a multiplicidade de vínculos empregatícios. A persistência de condições laborais frágeis refletiu a necessidade de formulação e implementação de políticas públicas e institucionais que assegurassem maior estabilidade, valorização profissional e suporte adequado à categoria, especialmente diante das constantes demandas e transformações no contexto do sistema de saúde.

A entrevista, além de explorar o perfil sociodemográfico dos participantes, incluiu questões sobre a percepção dos enfermeiros em relação a carga de trabalho

e a saúde mental. Após transcrição e análise criteriosa, foram divididas em três categorias principais: Categoria 1 abordou os impactos do acúmulo de vínculos na qualidade de vida e na saúde global dos enfermeiros. Categoria 2 analisou as manifestações físicas e psicológicas associadas ao estresse laboral. Categoria 3 evidenciou as estratégias de enfrentamento e a percepção do suporte Institucional à saúde mental dos profissionais.

3.1 Categoria 1 - Impactos do acúmulo de vínculos na qualidade de vida e na saúde global dos enfermeiros:

A categoria 1 teve como objetivo identificar os principais impactos percebidos pelos enfermeiros ao manterem múltiplos vínculos empregatícios. A Tabela 1 apresentou a síntese das respostas obtidas, onde os entrevistados puderam selecionar mais de uma alternativa.

Tabela 1: Impactos percebidos ao manter múltiplos vínculos. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Cansaço físico.	32
Falta de tempo com a família.	30
Dificuldade em manter qualidade de vida.	30
Segurança financeira.	24
Problemas com saúde mental.	19
Variedades de experiência.	14
Oportunidade de crescimento.	13
Envelhecimento precoce.	1

Fonte: As Autoras, 2025.

Observou-se que o cansaço físico foi o impacto mais mencionado, com 32 respostas, evidenciando o desgaste físico como resultante de longas jornadas, gerando um grande impacto negativo na rotina dos profissionais. Em seguida, destacou-se a falta de tempo com os familiares, com 30 respostas, refletindo a dificuldade desses profissionais em equilibrar a vida profissional com a vida pessoal, o que reforçou como a rotina intensa comprometia aspectos físicos, emocionais e sociais dos profissionais. Em contrapartida, 24 profissionais mencionaram a segurança financeira como um ponto positivo, sugerindo que, embora o acúmulo de vínculos gerasse desgaste, ele era visto como uma estratégia para garantir estabilidade financeira.

Entre os impactos negativos, 19 respostas destacaram problemas com a saúde mental, indicando a presença de estresse e ansiedade associados às múltiplas jornadas de trabalho. Nascimento e Grassi (2023) discutiram que as altas demandas emocionais e psicológicas aumentavam a pressão sobre os profissionais de enfermagem, contribuindo para a exaustão emocional.

Já 14 entrevistados relataram perceber variedade de experiências e 13 citaram oportunidade de crescimento, expondo que alguns profissionais reconheciam benefícios profissionais decorrentes da multiplicidade de vínculos. Por fim, apenas 1 entrevistado mencionou o envelhecimento precoce, demonstrando que, apesar de menos citado, o desgaste físico e psicológico prolongado poderia contribuir para essa percepção.

De modo geral, os resultados indicaram que o acúmulo de vínculos na enfermagem estava fortemente associado a impactos negativos, embora também proporcionasse efeitos positivos para o profissional.

Na tabela 2, buscou-se identificar a percepção dos entrevistados quanto aos impactos dessa realidade em sua qualidade de vida pessoal e familiar.

Tabela 2: Percepção de impactos na qualidade de vida pessoal e familiar devido ao acúmulo de vínculos. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Negativo.	33
Positivo.	1
Sem Impactos.	1

Fonte: As Autoras, 2025.

Notou-se que a maioria dos entrevistados (33) percebeu impactos negativos. Em oposição, apenas 1 entrevistado percebeu impactos positivos, sugerindo que, embora menos citada, a multiplicidade de vínculos se associava a benefícios que poderiam contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, mesmo diante da sobrecarga imposta pelas longas jornadas. Por sua vez, 1 entrevistado afirmou não perceber impactos, indicando uma experiência singular em relação aos demais entrevistados.

Diante do expressivo impacto negativo sobre os entrevistados, destacou-se a necessidade de promover um equilíbrio entre as esferas profissionais e pessoais.

Nesse contexto, a recente tramitação da PEC 19/2024, de autoria da senadora Eliziane Gama (PSD-MA), buscou assegurar tal equilíbrio ao propor a redução da jornada de trabalho dos profissionais para 30 horas semanais.

Segundo a Proposta de Emenda à Constituição nº 19, de 2024. Altera o §12 do art. 198 da Constituição Federal cujo piso salarial dos enfermeiros, técnicos de enfermagem, auxiliares de enfermagem e parteiras deve ser fixado com base em uma jornada máxima de 30 horas semanais.

No entanto, embora a proposta simbolizasse um avanço significativo, foi preciso acompanhar sua tramitação parlamentar, sendo necessária articulação política e cumprimento das etapas legais para que o piso salarial e a jornada reduzida se tornassem realidade para toda a categoria.

Na Tabela 3, verificou-se a associação entre o acúmulo de vínculos e o diagnóstico de transtorno mental entre os enfermeiros entrevistados.

Tabela 3: Enfermeiros diagnosticados com transtorno mental. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Não possui diagnóstico.	21
Possui diagnóstico e associa ao acúmulo de vínculos.	10
Possui diagnóstico e não associa ao acúmulo de vínculos.	2
Prefere não dizer.	2

Fonte: As Autoras, 2025.

Observou-se que a maior parcela (21 profissionais) não possuía diagnóstico de transtorno mental, indicando que nem todos os enfermeiros submetidos a múltiplos vínculos desenvolveram condições de saúde mental diagnosticáveis.

Por outro lado, 10 entrevistados relataram possuir transtornos mentais e associá-los diretamente ao acúmulo de vínculos, evidenciando que a multiplicidade de vínculos poderia contribuir para o surgimento ou agravamento de problemas emocionais e psicológicos.

Conforme Oliveira *et al.* (2021) foi fundamental o desenvolvimento de uma visão atenciosa e sensível aos trabalhadores de saúde, pois o âmbito que estes exercem o cuidado à população e que têm como objetivo a promoção de saúde,

muitas vezes, acaba sendo um local gerador de morbidades e perturbações psicológicas a esses profissionais.

De maneira complementar, 2 profissionais diagnosticados com transtornos mentais não atribuíram esses problemas à sobrecarga de vínculos, sugerindo que outros fatores individuais poderiam influenciar o desenvolvimento dessas condições e outros 2 entrevistados preferiram não informar sobre seu diagnóstico.

Embora nem todos os profissionais desenvolvessem transtornos mentais, o acúmulo de vínculos se configurou como um fator de risco significativo para a saúde emocional e psicológica daqueles mais vulneráveis. Além disso, a relutância de alguns profissionais em informar seu diagnóstico evidenciou a persistência de estigmas associados à saúde mental.

A Tabela 4 apresentou o uso de medicamentos por parte dos enfermeiros para o tratamento de transtornos mentais.

Tabela 4: Enfermeiros em uso de medicamentos para tratar transtornos mentais. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Não faz uso.	27
Faz uso com prescrição médica.	8
Faz uso sem prescrição médica.	0

Fonte: As Autoras, 2025.

Observou-se que 27 dos entrevistados não faziam uso de medicação para tratar transtornos mentais, enquanto 8 afirmaram utilizá-las com prescrição médica. Nenhum entrevistado relatou o uso de medicamentos sem orientação profissional.

O consumo de psicotrópicos por enfermeiros constituiu um fenômeno potencialmente em crescimento, relacionado a um ambiente de trabalho complexo, envolvendo várias relações humanas conflituosas, ofício e remuneração desfavorável, sendo os profissionais mais jovens e com menor tempo de formação os mais vulneráveis (Souza *et. al.*, 2020).

Embora presente, o consumo de psicotrópicos manteve-se restrito, o que poderia refletir tanto a consciência profissional sobre os riscos da automedicação quanto a limitação de acesso a tratamento especializado, à busca por formas de autocuidado, apoio psicológico ou intervenções institucionais.

3.2 Categoria 2 - Manifestações físicas e psicológicas associadas ao estresse laboral:

A Tabela 5, expôs os sintomas percebidos pelos enfermeiros desde o início da atuação em múltiplos vínculos empregatícios. Os entrevistados puderam selecionar mais de uma alternativa.

Tabela 5: Sinais ou sintomas percebidos desde que começou a atuar em múltiplos vínculos empregatícios. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Cansaço excessivo ou sensação constante de exaustão.	29
Irritabilidade ou alterações de humor.	25
Sensação de esgotamento mental ou emocional.	21
Dores frequentes (ex.: cefaleia, lombalgia ou dores musculares).	20
Falta de motivação para trabalhar.	18
Ansiedade ou crises de ansiedade.	16
Dificuldade para dormir ou insônia.	13
Problemas de concentração.	13
Uso excessivo de ansiolíticos.	3
Nenhum sintoma percebido.	1

Fonte: As Autoras, 2025.

Os sinais e sintomas mais frequentes foram cansaço excessivo ou exaustão (29), irritabilidade ou alterações de humor (25) e esgotamento mental ou emocional (21). Também foram relatados dores frequentes (20), falta de motivação para trabalhar (18), ansiedade ou crises de ansiedade (16), dificuldades para dormir (13) e problemas de concentração (13), além do uso excessivo de ansiolíticos (3), apenas 1 participante não identificou sintomas.

Segundo Barros *et al.* (2021), fatores como carga horária excessiva, acúmulo de funções, baixa remuneração e a constante exposição a situações críticas agravaram o risco de esgotamento físico e psicológico, impactando a saúde mental desses profissionais de maneira devastadora.

Esses achados reforçaram que a rotina intensa e o acúmulo de vínculos geraram impactos cumulativos, resultando um desgaste progressivo que afetou tanto a capacidade de atenção quanto a motivação no trabalho.

A ansiedade é uma condição comum entre os profissionais da saúde (Pappa *et al.*, 2020), sintoma esse que denotou as demandas inerentes à rotina de trabalho, comprometendo o equilíbrio emocional, bem como a qualidade de vida dos enfermeiros afetados.

Silva *et al.* (2020) observaram um aumento significativo no número de indivíduos que apresentaram dificuldades para dormir ou insônia, refletindo alterações no padrão do sono na atualidade. Os dados da presente pesquisa corroboram essas evidências, visto que mais de um terço da amostra apresentou esse sintoma. Uma vez que, conforme apontado por Barbosa *et al.* (2021), os distúrbios do sono podem resultar em piora na qualidade de vida e contribuem para o surgimento de doenças metabólicas e cardiovasculares a longo prazo.

A intensidade laboral e a sobrecarga emocional configuraram um ciclo em que ansiedade prejudicava o sono, enquanto a privação de descanso adequado, por sua vez, intensificava a tensão emocional e o desgaste físico.

Em síntese, os dados reforçaram que o acúmulo de múltiplos vínculos impactou a saúde física e psicológica dos enfermeiros de forma abrangente. A diversidade e intensidade dos sintomas relatados sugeriram que os impactos são multifacetados, variando entre manifestações físicas, cognitivas e emocionais, evidenciando a complexidade das repercussões do trabalho em múltiplos vínculos sobre a saúde global dos enfermeiros.

3.3 Categoria 3 – Estratégias de enfrentamento e a percepção do suporte institucional:

A Tabela 6 apresentou as estratégias adotadas pelos enfermeiros para lidar com o estresse relacionado ao acúmulo de vínculos empregatícios.

Tabela 6: Utilização de estratégias de enfrentamento. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Não possui estratégias.	14
Atividade física.	12
Psicoterapia.	5
Viajar.	2

Tempo em família.	1
Atividades diversas.	1

Fonte: As Autoras, 2025.

Observou-se que 14 profissionais não utilizavam nenhuma forma de enfrentamento, enquanto outros recorreram a diferentes práticas. A atividade física foi a mais citada (12), seguida da psicoterapia (5), viagens (2), tempo em família (1) e atividades diversas (1).

A realização de práticas de enfrentamento voltadas ao cuidado físico e mental exerceu papel crucial na preservação da saúde física e emocional dos profissionais de enfermagem.

A falta de atividade física regular reduziu a qualidade de vida e elevou o risco de transtornos psicossociais, como depressão e ansiedade, entre profissionais de enfermagem (Marcucci *et al.*, 2023). Embora menos frequentes, estratégias como psicoterapia, viagens, tempo em família e outras atividades diversas revelaram que os enfermeiros buscaram diversificar seus mecanismos de enfrentamento, combinando práticas voltadas à saúde mental, lazer e interação social.

Entre as estratégias utilizadas pelos profissionais para lidar com o estresse relacionado ao trabalho, a religiosidade e a espiritualidade também se destacaram como práticas de enfrentamento amplamente relatadas na literatura. Revisões integrativas evidenciaram que a atenção espiritual, quando integrada ao autocuidado do profissional, poderia reduzir a sensação de esgotamento e favorecer a autopercepção de bem-estar (Thiengo *et al.*, 2019; Gomes *et al.*, 2022).

No entanto, uma parcela significativa dos entrevistados não adotou nenhuma estratégia, o que demonstrou a exposição desses profissionais ao estresse e reforçou a necessidade de atenção integral às dimensões físicas, emocionais e sociais. Lopes *et al.* (2022) afirmaram que a incorporação do autocuidado associada a programas de bem-estar no ambiente ocupacional demonstrou efetividade na prevenção do esgotamento entre enfermeiros.

Evidenciou-se que, enquanto alguns profissionais recorreram a estratégias de enfrentamento, muitos permaneceram sem qualquer recurso de apoio, reforçando a importância de considerar a saúde integral no contexto laboral.

A Tabela 7 elucidou a percepção dos enfermeiros quanto ao suporte oferecido pelas instituições para lidar com a saúde mental.

Tabela 7: Percepção sobre o suporte institucional para a saúde mental dos enfermeiros. Volta Redonda (RJ), 2025.

Respostas Obtidas	Nº de Respostas
Não percebe suporte.	32
Percebe suporte.	2
Prefiro não dizer.	1

Fonte: As Autoras, 2025.

Observou-se que a grande maioria (32) considerou que não havia suporte adequado oferecido pelas instituições, enquanto apenas 2 profissionais acreditaram que o apoio existia, 1 participante preferiu não se manifestar.

Muitos profissionais relataram sentir-se abandonados pelas instituições de saúde, sem acesso a programas de suporte emocional ou estratégias para minimizar os impactos do estresse ocupacional (Galon; Navarro, 2023).

Esses resultados denotaram um cenário expressivo no cuidado institucional com a saúde mental dos enfermeiros. A percepção frente a falta de acolhimento reforçou a urgência de uma reflexão crítica sobre como as instituições de saúde estruturavam o cuidado não apenas aos pacientes, mas também aos seus próprios profissionais.

A discussão dos resultados manifestou que o acúmulo de vínculos empregatícios exerceu impactos negativos na saúde física e mental dos enfermeiros, com dominância de cansaço e esgotamento emocional. Ademais, observaram-se, paralelamente, impactos positivos, como segurança financeira. Embora muitos não adotassem estratégias de enfrentamento, outros recorreram a atividade física, psicoterapia e lazer, realçando a importância dessas práticas para a manutenção da saúde mental. O uso de medicação restringiu-se a prescrições médicas, com tendência de aumento. Em razão das respostas apresentadas, tornou-se urgente refletir sobre as condições do exercício profissional dos enfermeiros e o compromisso institucional em preservar a integridade desses profissionais.

4 CONCLUSÃO

Os resultados obtidos nesta pesquisa possibilitaram compreender, de forma ampla, a realidade enfrentada pelos enfermeiros que acumulam múltiplos vínculos empregatícios. A pesquisa salientou que o trabalho sob essas condições cria um peso expressivo sobre o corpo e a mente dos profissionais, refletindo em cansaço extremo, esgotamento emocional, irritabilidade, dificuldades de concentração e, em alguns casos, no desenvolvimento de transtornos mentais.

Entre as limitações identificadas, ressaltou-se o número reduzido de participantes, bem como a realização da coleta em uma única instituição, condição que limitou a abrangência e a representatividade dos resultados.

Percebeu-se que um dos motivos evidentes que levava esses profissionais a manter mais de um vínculo estava relacionado à busca por estabilidade financeira e melhores condições de vida, demonstrando uma contradição entre segurança econômica e bem-estar. Assim, o acúmulo de vínculos surgiu como uma alternativa necessária, porém marcada por altos custos físicos, psicológicos e sociais.

Adicionalmente, a pesquisa apontou sinais e sintomas de adoecimento relatados pelos profissionais, como ansiedade, insônia, dores físicas e exaustão emocional. A maioria dos enfermeiros relatou não receber acompanhamento psicológico ou ações de promoção de saúde mental nos locais de trabalho, o que reforçou a desvalorização do cuidado ao profissional. Como consequência, manteve-se um ciclo de sofrimento silencioso, de maneira que o enfermeiro, profissional responsável pelo cuidado do outro, permaneceu desamparado e vulnerável.

Diante desse cenário, tornou-se crucial a necessidade de repensar as condições de trabalho, com fim de implementar políticas públicas que assegurassem não apenas remuneração justa, mas também qualidade de vida. A aprovação da PEC 19/2024, que propôs a jornada máxima de 30 horas semanais e o fortalecimento do piso salarial da categoria, poderia reduzir consideravelmente a sobrecarga física e mental enfrentada pelos profissionais, impulsionando a construção de um ambiente laboral mais humano e equilibrado.

Conclui-se, portanto, que as instituições precisaram reconhecer o bem-estar do enfermeiro como elemento essencial para uma assistência segura. Nesse

sentido, investir em apoio psicológico e políticas de valorização profissional que promovessem o autocuidado foi fundamental para a sustentabilidade do próprio sistema de saúde, promovendo melhores condições de trabalho, remuneração justa e incentivo à saúde mental.

Enquanto contribuição científica, este estudo ampliou a compreensão sobre como a multiplicidade de vínculos laborais impactou a saúde mental dos enfermeiros, fornecendo evidências que reforçaram a necessidade de discutir o modelo de organização do trabalho na enfermagem e suas repercussões na qualidade de vida profissional.

Os dados apresentados colaboraram para o avanço das discussões sobre precarização, sobrecarga e adoecimento, oferecendo subsídios para pesquisas e intervenções na área públicas destinadas à promoção da saúde mental dos enfermeiros, favorecendo para uma prática integrada e consciente.

5 REFERÊNCIAS

BARBOSA, I. S. et al. Avaliação dos distúrbios do sono de pacientes admitidos à polissonografia. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 1, p. e40110111738, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11738/10662>. Acesso em: 23 out. 2025.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARROS, K. C. S.; NUNES, L. M. C.; KURASSAKI, M. A. S. C.; PENHA, M. M. Saúde mental dos enfermeiros que atuam nas unidades de terapia intensiva (UTI): uma revisão da literatura. **Psicologia**, Várzea Grande, v. 1, n. 9, 2021. Disponível em: <https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1465>. Acesso em: 13 out. 2025.

BIFF, D. et al. Cargas de trabalho de enfermeiros: luzes e sombras na Estratégia Saúde da Família. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 1, p. 147–158, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/GRyVBGTqC6GfcpnHTVf9RVr/?lang=pt>. Acesso em: 9 out. 2025.

BRASIL. Senado Federal. **PEC 19/2024**. 2024. Disponível em: <https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/163673>. Acesso em: 13 out. 2025.

CAMPOS, R. C. de A.; OLIVEIRA, R. A. A percepção da saúde, espiritualidade e religiosidade em enfermeiros de um hospital-escola. **Ciências Médicas**, v. 31, p. 1–10, 2022. Disponível em: <https://seer.sis.puc-campinas.edu.br/cienciasmedicas/article/view/5221>. Acesso em: 26 nov. 2025.

CARNEIRO, Élide M. et al. Religiosidade/espiritualidade, indicadores de saúde mental e parâmetros hematológicos de profissionais de enfermagem. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 8, n. 4, p. 632–649, 2020. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/3796>. Acesso em: 26 nov. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Enfermagem: realidade de superexploração**. Brasília: COFEN, 2024. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/enfermagem-realidade-de-superexploracao>. Acesso em: 9 out. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Quantitativo de profissionais por regional**. Disponível em: https://descentralizacao.cofen.gov.br/sistema_SC/grid_resumo_quantitativo_profissional_externo/grid_resumo_quantitativo_profissional_externo.php. Acesso em: 17 jun. 2025.

ESPERIDIÃO, E.; SAIDEL, M. G. B.; RODRIGUES, J. Mental health: focusing on health professionals. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e73supl01, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/Pb9ydVgY43nrP36qNW9wKGh/?format=html&lang=en>. Acesso em: 24 jun. 2025.

FERREIRA, T. A.; APERIBENSE, P. G. G. S.; SANTOS, F. B. O.; PERES, M. A. A. Enfermagem como opção de profissão feminina na Universidade do Brasil. **História da Enfermagem: Revista Eletrônica (HERE)**, [S. l.], v. 14, p. e08, 2023. DOI: <https://doi.org/10.51234/here.2023.v14.e08>. Disponível em:

<https://periodicos.abennacional.org.br/here/article/view/143>. Acesso em: 9 out. 2025.

GALON, T.; NAVARRO, V. L. “Somos seres humanos, también enfermamos”: presentismo en trabajadores de enfermería en contexto de pandemia. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, p. e4052, jan. 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/crZRWRXVcgDpxVrVwcPdD8G/?lang=en>. Acesso em: 23 out. 2025.

GOMES, K. A. L. et al. Religiosidade/Espiritualidade na prática em enfermagem: revisão integrativa. **Psicologia e Saúde em Debate**, v. 8, n. 2, p. 188–202, 2022. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/6098/609872801010/>. Acesso em: 26 nov. 2025.

LOPES, J.; PATRÍCIO, A.; LOPES, D.; DUARTE, M.; GOMES, J. Estratégias de prevenção do burnout nos enfermeiros: revisão da literatura. **Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional Online**, v. 13, p. 122-130, 2022. DOI: 10.31252/RPSO.04.06.2022. Disponível em: <https://www.rpso.pt/estrategias-de-prevencao-do-burnout-nos-enfermeiros-revisao-da-literatura/>. Acesso em: 23 out. 2025.

MARCUCCI, L. R.; AZEVEDO, M. J.; COSTA, G. P.; ANDRELLA, J. L.; LIZZI, E. A. S.; TRAPÉ, Á. A. Associação entre prática de atividade física com a saúde mental e a percepção da qualidade de vida em profissionais de enfermagem de Ribeirão Preto e região durante a pandemia da COVID-19. **Medicina (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 56, n. 2, p. e197591, 2023. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2023.197591>. Disponível em:

<https://revistas.usp.br/rmrp/article/view/197591>. Acesso em: 23 out. 2025.

MELLO, P. B.; RODRIGUES, L. S.; TAVARES, M. M.; SILVA, E. A.; SILVA, T. A. Desafio do egresso de enfermagem para inserção no mercado de trabalho. **Revista Pró-Universus**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 5–10, 2021. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/2683>. Acesso em: 9 nov. 2025.

MICHEL, M. H. **Metodologia e pesquisa científica em ciências sociais: um guia prático para acompanhamento da disciplina e elaboração de trabalhos monográficos**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2015.

MORAES, A. O. N. et al. Saúde ocupacional de profissionais de enfermagem e a depressão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e55810716831,

2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16831>. Acesso em: 17 jun. 2025.

MOTA, J. S. Utilização do Google Forms na pesquisa acadêmica. **Humanidades & Inovação**, v. 6, n. 12, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1106>. Acesso em: 13 out. 2025.

NASCIMENTO, A. T. P.; GRASSI, J. F. O estresse ocupacional da enfermagem na unidade de pronto atendimento (UPA) no município de Senhor do Bonfim/BA: uma análise. **Revista Saúde.Com**, v. 19, n. 3, 2023. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/rsc/article/view/16446/9905>. Acesso em: 15 out. 2025.

OLIVEIRA, D. J. B. O. et al. Garantias basilares à saúde mental em cenário pandêmico: reflexões sobre as implicações psicológicas nos profissionais de saúde. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 11, p. e596101119566, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/19566>. Acesso em: 13 out. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **A situação da enfermagem no mundo**. 2020. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/relatorio-da-oms-destaca-papel-da-enfermagem-no-mundo/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

PAPPA, S. et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Brain, Behavior, and Immunity**, v. 88, p. 901–907, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.026>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S088915912030845X?via%3Dihub>. Acesso em: 23 out. 2025.

PEREIRA, A. A. C. et al. Impacts of the labor reform on nursing work. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 26, e1439, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/39242/30811>. Acesso em: 9 jul. 2025.

RAHMAN, M. S. The advantages and disadvantages of using qualitative and quantitative approaches and methods in language testing and assessment research: a literature review. **Journal of Education and Learning**, v. 6, n. 1, p. 102–112, 2017. DOI: <https://doi.org/10.5539/jel.v6n1p102>. Disponível em: <https://www.ccsenet.org/journal/index.php/jel/article/view/64330>. Acesso em: 13 out. 2025.

SILVA, D. B. et al. Benefícios do uso da melatonina no tratamento da insônia e qualidade do sono. **CuidArte Enfermagem**, p. 75–80, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1119594>. Acesso em: 23 out. 2025.

SOUZA, A. B.; MELLO, D. R. R.; GUIDORENI, C. G.; PALMEIRA, O. A. O uso de substâncias psicotrópicas entre profissionais de enfermagem. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 6–13, 2020. DOI:

<https://doi.org/10.25118/2236-918X-10-1-1>. Disponível em:
<https://revistardp.org.br/revista/article/view/40>. Acesso em: 9 nov. 2025.

SOUZA, D. O. et al. O trabalho de enfermagem a partir da experiência de enfermeiras da linha de frente contra a Covid-19: na trilha da precarização. DOI: <https://doi.org/10.1590/interface.230021>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/icse/a/YKhsW8s3sqCcSYxdVXhCnBz/abstract/?lang=pt>.
Interface - Comunicação, Saúde, Educação, v. 27, p. e230021, 2023. Acesso em: 9 out. 2025.

THIENGO, P. C. S. et al. Espiritualidade e religiosidade no cuidado em saúde: revisão integrativa. **Cogitare Enfermagem**, v. 24, p. e58692, 2019 (atualizado e amplamente citado em estudos de 2020–2024). Disponível em:
<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/58692>. Acesso em: 26 nov. 2025.

APÊNDICE 1**QUESTIONÁRIO ONLINE (GOOGLE FORMS)**

Perfil sociodemográfico:

Sexo:

Idade:

Estado civil:

1. Atualmente, quantos vínculos empregatícios você possui na área de enfermagem?

2 Vínculos

3 Vínculos

4 Vínculos ou mais

2. Quais são os formatos de contratação dos seus vínculos (marque todos que se aplicam)?

Carteira Assinada (CLT)

Estatutário

Pessoa Jurídica (PJ)

Autônomo (RPA)

3. Quais os impactos você percebe ao manter múltiplos vínculos (marque todos que se aplicam)?

Variedade de experiências

Oportunidade de crescimento

Segurança financeira

Cansaço físico

Problemas com saúde mental

Falta de tempo com a família

Dificuldade em manter uma qualidade de vida

Outros. Quais? _____

4. Você sente que a qualidade de vida pessoal e familiar é impactada devido ao acúmulo de vínculos?

Sim, negativamente Sim, positivamente Não afetam

5. Você já foi diagnosticado(a) com algum transtorno mental? Se sim, associa esse transtorno ao acúmulo de vínculos?

Sim, associa ao acúmulo de vínculos

Sim, não associa ao acúmulo de vínculos

Não

Prefiro não informar

6. Você faz uso de medicamentos para tratar transtornos mentais?

Sim, com prescrição médica

Sim, sem prescrição médica

Não

7. Você tem apresentado algum dos seguintes sinais ou sintomas desde que começou a atuar com múltiplos vínculos de trabalho? (Marque todos que se aplicam)

Cansaço excessivo ou sensação constante de exaustão

- Dificuldade para dormir ou insônia
- Irritabilidade ou alterações de humor
- Dores frequentes (ex.: Cefaleia, lombalgia ou dores musculares)
- Falta de motivação para trabalhar
- Ansiedade ou crises de ansiedade
- Sensação de esgotamento mental ou emocional
- Problemas de concentração
- Uso excessivo de ansiolíticos
- Nenhum sintoma percebido
- Outros: R. _____

8. Você utiliza estratégias para lidar com estresse relacionado ao trabalho como atividades físicas ou apoio psicológico?

- Sim
- Não

Se sim, Quais? R. _____

9. Você sente que as instituições oferecem suporte adequado para lidar com a saúde mental dos enfermeiros(as)?

- Sim. Não. Prefiro não informar.

APÊNDICE 2

PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO

Venho por meio deste, solicitar autorização para realizar a pesquisa: "IMPACTOS DOS MÚLTIPLOS VÍNCULOS NA SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS" sob minha responsabilidade, conforme folha de rosto para apresentação ao Comitê de Ética em Pesquisas do Hospital Municipal Dr Munir Rafful. Os objetivos da pesquisa são: apontar os impactos dos múltiplos vínculos empregatícios na saúde mental de enfermeiros atuantes em diferentes instituições de saúde; compreender como os enfermeiros percebem a relação entre carga de trabalho e saúde mental; levantar sinais ou sintomas de adoecimento relatados por enfermeiros com múltiplos vínculos de trabalho.

O estudo será desenvolvido no Hospital São João Batista, no Município de Volta Redonda (RJ). A coleta de dados será através de um questionário pelo Google Forms contendo 2 perguntas híbridas e 09 perguntas fechadas.

Atenciosamente



Pesquisador Responsável

De acordo, em 11/07/2025



Carlos Marcelo Balbino
Coordenador CAEP
CONEXÃO 112091
HSJB

(Nome, cargo/carimbo)

APÊNDICE 3

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE) Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos – CoEPSH

1-Identificação do responsável pela execução da pesquisa:

Título do Projeto: Impactos dos Múltiplos Vínculos na Saúde Mental dos Enfermeiros.

Coordenadores do Projeto: Márcia Figueira Canavez.

Endereço: Avenida 17 de Julho, nº 371, Bairro: Aterrado. Volta Redonda. CEP. 27.213.200

Telefone de contato do Coordenador do Projeto: (24) 99966-5074.

E-mail de contato do Coordenador do Projeto: marciaf.monlevad@gmail.com

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa: Hospital Municipal Dr Munir Rafful: Avenida Jaraguá, nº 1084, Retiro, Volta Redonda, RJ. CEP: 27277-130.

Telefone de contato do CEP: (24)3344-1862.

E-mail de contato do CEP: cep@voltaredonda.rj.gov.br.

2- Informações ao participante ou responsável:

a) Papel do Comitê de Ética em Pesquisa: O Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) é um órgão independente e responsável por avaliar e acompanhar os aspectos éticos da pesquisa, garantindo a proteção e os direitos dos participantes. Ele assegura que a pesquisa respeite os princípios de autonomia, beneficência, não maleficência e justiça.

b) Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que tem como objetivos:

- Apontar os impactos dos múltiplos vínculos empregatícios na saúde mental de enfermeiros atuantes em diferentes instituições de saúde.
- Compreender como os enfermeiros percebem a relação entre carga de trabalho e saúde mental.
- Levantar sinais ou sintomas de adoecimento relatados por enfermeiros com múltiplos vínculos de trabalho.

c) A coleta de dados será realizada por meio de um questionário online, contendo 2 perguntas híbridas e 9 fechadas relacionadas a carga de trabalho, vínculos empregatícios e percepções sobre a saúde mental. O tempo médio para preenchimento é de aproximadamente 5 a 10 minutos.

d) Antes de aceitar participar da pesquisa, leia atentamente as explicações abaixo que informam sobre sua participação nesta pesquisa.

e) Sua participação é totalmente voluntária. Você poderá recusar a participar da pesquisa e poderá abandonar o questionário online a qualquer momento, sem nenhuma penalização ou prejuízo. Durante o preenchimento do questionário online, você poderá recusar a responder qualquer pergunta que por ventura lhe causar algum constrangimento ou que não lhe deixe a vontade para responder.

f) A sua participação como voluntário não proporcionará nenhum privilégio, seja ele de caráter financeiro ou de qualquer natureza, podendo se retirar do projeto em qualquer momento sem prejuízo a V.Sa.

g) Vale destacar, que assim como todo tipo de pesquisa, mesmo uma pesquisa online também apresenta risco. Apesar de ser uma pesquisa classificada como baixo risco, podem ocorrer desconfortos emocionais aos participantes ao revelarem suas experiências relacionadas a impactos em seus comportamentos dentro do ambiente hospitalar. Como forma de minimizar tais riscos, serão garantidos sigilo e o anonimato para cada participante conforme as diretrizes éticas da pesquisa com seres humanos.

h) Garantimos que a pesquisa seguirá os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 e Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, garantindo seus direitos enquanto participante.

i) Na apresentação dos resultados, não serão divulgados nomes ou quaisquer dados que possam identificar os participantes.

j) Os dados coletados serão utilizados exclusivamente para os fins desta pesquisa e serão mantidos em arquivo seguro pelo prazo mínimo de 5 anos após o término do estudo, respeitando sua confidencialidade, e posteriormente descartados de forma segura.

k) Você poderá solicitar o acesso aos resultados gerais da pesquisa, caso deseje, entrando em contato com a coordenadora do projeto por meio dos contatos disponibilizados neste termo.

l) Caso você venha a sofrer qualquer tipo de dano imaterial decorrente da participação nesta pesquisa, garantimos que será oferecida a assistência necessária para minimizar tais efeitos, em conformidade com as normas éticas vigentes.

Confirmo ter conhecimento do conteúdo deste termo. A minha assinatura abaixo indica que concordo em participar desta pesquisa e por isso dou meu consentimento.

Volta Redonda, ____ de _____ de 2025

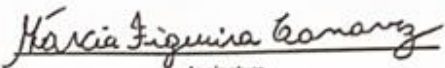
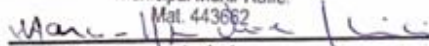
Participante:

ANEXO 1



MINISTÉRIO DA SAÚDE - Conselho Nacional de Saúde - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa - CONEP

FOLHA DE ROSTRO PARA PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS

1. Projeto de Pesquisa: IMPACTOS DOS MÚLTIPLOS VÍNCULOS NA SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS			
2. Número de Participantes da Pesquisa: 35			
3. Área Temática:			
4. Área do Conhecimento: Grande Área 4. Ciências da Saúde			
PESQUISADOR			
5. Nome: Márcia Figueira Canavez			
6. CPF: 926.680.207-78		7. Endereço (Rua, n.º): DEZESSETE DE JULHO ATERRADO 371 VOLTA REDONDA RIO DE JANEIRO 27213200	
8. Nacionalidade: BRASILEIRO		9. Telefone: 24999865075	11. Email: marclaf.monlevad@gmail.com
<p>Termo de Compromisso: Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares. Comprometo-me a utilizar os materiais e dados coletados exclusivamente para os fins previstos no protocolo e a publicar os resultados sejam eles favoráveis ou não. Aceito as responsabilidades pela condução científica do projeto acima. Tenho ciência que essa folha será anexada ao projeto devidamente assinada por todos os responsáveis e fará parte integrante da documentação do mesmo.</p>			
Data: <u>11 / 07 / 2025</u>		 Assinatura	
INSTITUIÇÃO PROPONENTE			
12. Nome: Hospital Municipal Dr. Munir Rafful / RJ		13. CNPJ: 03.272.699/0001-37	14. Unidade/Órgão:
15. Telefone: (24) 3339-9393		16. Outro Telefone:	
<p>Termo de Compromisso (do responsável pela Instituição): Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas Complementares e como esta instituição tem condições para o desenvolvimento deste projeto, autorizo sua execução.</p>			
Responsável: <u>Marcia Lysia V. Cury Inac</u>		CPF: <u>692.940.977-49</u>	
Cargo/Função: <u>Diretora Geral</u>		<u>Marcia L. V. Cury Inac</u> Diretora Geral do Hospital Municipal Munir Rafful Mat. 443662  Assinatura	
Data: <u>14 / 07 / 2025</u>			
PATROCINADOR PRINCIPAL			
Não se aplica.			