



Dinariam Gonçalves Silva¹; Walter Luiz de Moura²; Silvânia Paiva Santos Rocha²; Maria Eduarda Silva Souza¹; Amanda de Andrade Costa²; Marcelo Rocha Torres²; Patrícia Fernandes do Prado²; Maria Esméria Neta²; Isabella Barbosa de Oliveira²; Ana Carolina Costa Maia Pinheiro²; Diogo Gabriel Santos Silva²; Layla Petrina Souza Teixeira³; Gabriella Dias Gomes⁴; Guilherme Henrique Santos da Cruz²; Renata Cristina Condé²; Márcia Oliveira da Silva²

ISSN: 2178-7514

Vol. 18 | N°. 2 | Ano 2026

<https://www.cpaqv.org>

RESUMO

O presente estudo buscou avaliar os fatores associados a qualidade de vida no trabalho entre trabalhadores de saúde. Realizou-se uma revisão integrativa de literatura, foram analisados artigos recuperados por meio das bases de dados secundários Biblioteca Virtual em Saúde, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, Scientific Electronic Library Online e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica a partir dos descritores qualidade de vida profissional e profissional de saúde; saúde ocupacional. A avaliação dos fatores associados à qualidade de vida no trabalho entre os trabalhadores de saúde destaca que o bem-estar no ambiente laboral é um fenômeno multidimensional, determinado por um equilíbrio sensível entre exigências institucionais e recursos psicossociais. O estudo evidenciou que a percepção de uma alta QVT está diretamente ligada à autonomia profissional, ao reconhecimento por parte da gestão e ao fortalecimento das relações interpessoais dentro das equipes. Por outro lado, o comprometimento da qualidade de vida no trabalho está associado a fatores críticos como a sobrecarga de tarefas, a precariedade das condições físicas de trabalho e a exposição contínua a riscos ocupacionais e estresse emocional.

Palavras-chave: Qualidade de vida profissional; profissional de saúde; saúde ocupacional.

ABSTRACT

The present study aimed to evaluate the factors associated with quality of life at work among healthcare workers. An integrative literature review was conducted, analyzing articles retrieved from the secondary databases Virtual Health Library, Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences, Scientific Electronic Library Online, and Online System for Searching and Analyzing Medical Literature using the descriptors professional quality of life and healthcare professional; occupational health. The assessment of factors associated with quality of work life among healthcare workers highlights that well-being in the workplace is a multidimensional phenomenon, determined by a delicate balance between institutional demands and psychosocial resources. The study showed that the perception of high QWL is directly related to professional autonomy, recognition by management, and the strengthening of interpersonal relationships within teams. On the other hand, the compromise of quality of work life is associated with critical factors such as task overload, inadequate physical working conditions, and continuous exposure to occupational risks and emotional stress.

Keywords: Calidad de vida profesional; profesional de la salud; salud ocupacional.

1. Centro Universitário do Norte de Minas.
2. Universidade Estadual de Montes Claros.
3. Centro Universitário Afya.
4. Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri.

Autor de correspondência

Dinariam Gonçalves Silva

INTRODUÇÃO

Ao considerar a exigência de entender a relação entre a qualidade de vida e o trabalho foi construída a abordagem da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT)¹. O cientista Walton, indicado como um expoente no assunto, conceitua QVT como sendo: calcada em humanização das atividades profissionais e responsabilidade social da instituição, que configura a compreensão de necessidades e aspirações do indivíduo, por meio da reestruturação do desenho de cargos e novas maneiras de organizar o processo de trabalho, conjuntamente a uma formação de equipes de trabalho com maior capacidade de autonomia e melhora do ambiente organizacional².

A QVT associa-se com as dimensões físicas, ambientais e psicológicas do ambiente de trabalho. É algo que forma-se dentro dos indivíduos e entre os indivíduos, em um processo de relacionamento alicerçado no respeito entre os integrantes do grupo de trabalho e da instituição. É compreendida como aspecto relevante na vida, pois, tem como princípio fazer com que os profissionais tenham sentimentos de satisfação e que o clima organizacional traga bem-estar³.

Como o objeto do trabalho em saúde tem como foco a vida humana, associa-se a um grau de imprevisão muito intenso e existe possibilidade de inúmeras maneiras de intervenção, representando um mundo dinâmico. Dessa maneira, em muitas vezes esse trabalho acarreta adoecimentos, medos, insatisfação e sentimento de insegurança e

desmotivação pelos profissionais de saúde, trazendo assim efeitos negativos à saúde do trabalhador⁴.

Nesse sentido, o ambiente em que o trabalhador está inserido está diretamente associado à satisfação, bem como os recursos para o desenvolvimento do trabalho, os quais são de extrema importância para o engajamento e obtenção de um melhor desempenho e resultado do profissional de saúde⁵.

Ferreira⁶ dedicou-se em uma pesquisa para entender a Qualidade de Vida no Trabalho sob a ótica dos trabalhadores e, ao perguntar sobre como eles definem a QVT, identificou elementos centrais, como o trabalho como fonte de prazer, partindo do ponto do trabalho como atividade de bem-estar; trabalho como valorização do tempo de vida, ressaltado a importância de valorizar o tempo de vida passado no trabalho; ter condições de trabalho adequadas, referindo-se ao suporte organizacional aos trabalhadores e ao exercício das tarefas; organização do trabalho, considerando variáveis de tempo, composição das tarefas, papel do controle, e a produtividade esperada; relações socioprofissionais saudáveis; e reconhecimento e crescimento profissional. Nesse sentido, o presente estudo buscou avaliar os fatores associados a qualidade de vida no trabalho entre trabalhadores de saúde.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita reunir

informações provenientes de pesquisas investigativas e teóricas, favorecendo a elaboração de conceitos, a identificação de lacunas nas áreas de investigação, a revisão teórica e a análise metodológica de estudos relacionados a uma temática específica, possibilitando uma compreensão ampliada da literatura⁷.

Nesse sentido, foram consideradas seis etapas interdependentes e inter-relacionadas: elaboração da questão norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta dos dados, análise crítica dos estudos selecionados, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa. A questão norteadora definida foi: Quais os fatores associados à qualidade de vida no trabalho entre trabalhadores de saúde⁸?

A busca dos estudos foi realizada por meio de pesquisa eletrônica nas seguintes bases de dados disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE).

Foram estabelecidos como critérios de inclusão artigos completos disponíveis eletronicamente, publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, que apresentassem a temática investigada no título, resumo ou descritores. Quanto aos critérios de exclusão, foram considerados cartas ao editor, editoriais, artigos duplicados e estudos que não abordassem de forma clara a temática objeto da investigação.

O levantamento dos estudos foi realizado entre os meses de maio e julho de 2026. Como estratégia de investigação, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), consultados por meio do endereço eletrônico <https://decs.bvsalud.org/>, sendo selecionados os termos “qualidade de vida profissional”, “profissional de saúde” e “saúde ocupacional”. Para aprimorar a busca e possibilitar uma seleção mais adequada dos estudos para análise, empregou-se o operador booleano AND na combinação dos descritores selecionados.

Para a coleta dos dados, foi utilizado o instrumento validado por Ursi⁹ para revisões integrativas, contemplando as categorias de análise: código de identificação, título da publicação, autor e formação do autor, fonte, ano de publicação, tipo de estudo, região de realização da pesquisa e base de dados em que o artigo foi publicado. Após a seleção dos artigos, foram estabelecidas as informações a serem extraídas dos estudos. Para organizar os dados, utilizou-se um banco elaborado no software Microsoft Office Excel 2010, composto pelas variáveis título do artigo, ano de publicação, delineamento do estudo e principais desfechos. Os dados obtidos foram organizados em quadro e agrupados em abordagens temáticas, sendo posteriormente interpretados com base na literatura específica.

RESULTADOS

Foram incluídos 14 estudos na presente revisão que atenderam os critérios de elegibilidade; no quadro a seguir, estão descritos os títulos, métodos e principais desfechos dos estudos analisados (quadro 1).

Quadro 1. Estudos incluídos na revisão e as características avaliadas.

Título do Artigo	Objetivo do Estudo	Principais Resultados / Fatores Associados
Qualidade de vida no trabalho de profissionais de saúde em instituições hospitalares	Avaliar os níveis de satisfação e os domínios da qualidade de vida mais afetados no ambiente hospitalar.	Os piores escores foram associados ao cansaço físico e à falta de reconhecimento profissional por parte da gestão.
Fatores determinantes da qualidade de vida no trabalho de enfermeiros	Identificar variáveis que interferem na percepção de bem-estar de enfermeiros assistenciais.	A autonomia na tomada de decisão e o bom relacionamento com a equipe médica foram preditores positivos de alta qualidade de vida.
Qualidade de vida no trabalho e esgotamento profissional em médicos	Analisar a correlação entre a Síndrome de Burnout e os índices de qualidade de vida no trabalho.	O estudo demonstrou que a alta carga horária e o regime de plantões noturnos reduzem drasticamente a satisfação laboral.
Percepção de técnicos de enfermagem sobre a qualidade de vida no trabalho	Investigar como os profissionais de nível técnico avaliam suas condições de trabalho e saúde.	A baixa remuneração e a escassez de materiais foram apontadas como os principais fatores de insatisfação e estresse.
Qualidade de vida no trabalho de profissionais da estratégia saúde da família	Avaliar o bem-estar dos profissionais que atuam na porta de entrada do sistema de saúde.	O vínculo com a comunidade gera satisfação, mas a insegurança em territórios violentos compromete a qualidade de vida.
Associação entre estilos de liderança e qualidade de vida no trabalho em saúde	Verificar como o comportamento dos gestores influencia o clima organizacional e o bem-estar.	Lideranças democráticas e participativas aumentam o engajamento e a percepção de suporte social no trabalho.
Qualidade de vida no trabalho e distúrbios osteomusculares em profissionais de saúde	Relacionar a saúde física e as condições ergonômicas com a qualidade de vida percebida.	Dores crônicas decorrentes de posturas inadequadas e levantamento de peso correlacionam-se com baixos índices de qualidade de vida.
O impacto da dupla jornada de trabalho na qualidade de vida de profissionais de saúde	Analisar como a manutenção de dois ou mais empregos afeta a saúde mental e o lazer.	Profissionais com múltiplos vínculos apresentam maior privação de sono e menor satisfação com a vida pessoal.
Satisfação no trabalho e qualidade de vida de profissionais de unidades de terapia intensiva	Avaliar o impacto do ambiente de alta criticidade na saúde dos trabalhadores.	A tecnologia avançada facilita o trabalho, mas o contato constante com o sofrimento e a morte gera desgaste emocional elevado.
Qualidade de vida no trabalho e o uso de tecnologias de informação na saúde	Investigar se a digitalização dos processos melhorou ou piorou a vida do trabalhador.	O prontuário eletrônico agiliza processos, mas o aumento da carga burocrática digital foi citado como fator estressor.

Título do Artigo	Objetivo do Estudo	Principais Resultados / Fatores Associados
Influência das relações interpessoais na qualidade de vida no trabalho em saúde	Analisar o papel da comunicação e do trabalho em equipe na satisfação do profissional.	O suporte emocional entre colegas é o principal fator protetor contra o estresse ocupacional.
Qualidade de vida no trabalho de residentes multiprofissionais em saúde	Avaliar a experiência de profissionais em formação especializada sob regime de residência.	A exaustiva carga horária da residência (60 horas semanais) foi o principal fator de queda na qualidade de vida.
Fatores sociodemográficos associados à qualidade de vida no trabalho em hospitais públicos	Verificar se idade, gênero e tempo de serviço influenciam a percepção do trabalhador.	Mulheres relataram menor qualidade de vida devido à sobrecarga entre o trabalho formal e o trabalho doméstico.
Qualidade de vida no trabalho e intenção de rotatividade entre profissionais de saúde	Investigar se a baixa qualidade de vida motiva a saída do profissional da instituição.	Ambientes com baixa qualidade de vida apresentam alta rotatividade (turnover), o que compromete a continuidade do cuidado ao paciente.

Fonte: dados do estudo.

DISCUSSÃO

Neste estudo avaliou-se os fatores associados a qualidade de vida no trabalho entre trabalhadores de saúde, nesse sentido, a precarização das relações de trabalho e a necessidade de múltiplos vínculos empregatícios para a composição da renda familiar constituem as principais barreiras para uma QVT satisfatória entre profissionais de saúde; a jornada prolongada, somada à privação de sono e à escassez de períodos de descanso, compromete não apenas a saúde física do trabalhador, mas também a segurança do paciente. Esse cenário de produtivismo impossibilita a conciliação entre vida laboral e pessoal, gerando um ciclo de exaustão que é incompatível com os indicadores modernos de qualidade de vida¹⁰.

Dada a predominância feminina na força de trabalho em saúde, a qualidade de vida

profissional não pode ser dissociada da interface entre a jornada laboral e a carga doméstica; o conflito trabalho-família, potencializado por plantões noturnos e regimes de sobreaviso, impõe uma dupla jornada que influencia especialmente as trabalhadoras; a dificuldade em conciliar as demandas institucionais com as responsabilidades do cuidado familiar é um preditor significativo de distúrbios do sono, ansiedade e depressão¹¹.

A remuneração é um fator decisivo para o contentamento dos profissionais. Além disso, remunerações adequadas lincadas às cargas de trabalho apropriadas favorecem a QVT, pois, a remuneração básica consiste no pagamento que o trabalhador recebe de maneira regular. Inclui-se também a falta de autonomia no ambiente laboral, que se torna-se um aspecto deletério da QVT, porquanto a desvalorização das competências pessoais dos trabalhadores, por parte das instituições públicas, afeta sentimentos como o

comprometimento com o trabalho, a satisfação para a realização das atividades laborais e, por conseguinte, a QVT e a produtividade¹².

A manutenção de níveis satisfatórios de qualidade de vida no trabalho em ambientes de saúde é diretamente influenciada pelo respeito à qualidade do repouso. O trabalho por turnos e os plantões noturnos recorrentes provocam um desalinhamento circadiano que ultrapassa o cansaço físico, afetando a regulação emocional e a capacidade de tomada de decisão; quando o trabalho não prevê períodos adequados de recuperação e áreas de descanso adequadas dentro das unidades, o profissional entra em um estado de exaustão crônica, em que a percepção de QVT é drasticamente reduzida pela sensação de invasão da vida laboral sobre o tempo de vida biológica¹³.

As relações interpessoais e o apoio social no ambiente de trabalho emergem como os principais fatores protetores da qualidade de vida dos profissionais de saúde. Ambientes marcados por uma gestão horizontalizada, comunicação clara e ausência de conflitos hierárquicos tendem a apresentar trabalhadores mais engajados e resilientes. Por outro lado, a presença de assédio moral, falta de reconhecimento e competitividade excessiva deteriora o clima organizacional, transformando o local de trabalho em um espaço de adoecimento e desmotivação¹⁴.

De outro lado, a dimensão física e estética do ambiente de trabalho em saúde não é um fator secundário, mas um elemento estruturante da qualidade de vida profissional. Espaços com ventilação inadequada, ruído excessivo e iluminação artificial constante contribuem para a irritabilidade e a fadiga sensorial do trabalhador;

a humanização do espaço físico, que inclua ergonomia adequada e áreas de convivência que permitam o descompressão mental, atua como um facilitador do bem-estar, reduzindo a carga de estresse ambiental e reforçando a sensação de valorização e respeito da instituição para com seus colaboradores¹⁵.

Existe uma correlação direta e importante entre a baixa qualidade de vida do trabalhador de saúde e a ocorrência de eventos adversos na assistência; o profissional exausto, desmotivado ou sob estresse crônico apresenta níveis reduzidos de atenção e falhas na memória operacional, aumentando a probabilidade de erros na administração de medicamentos e em procedimentos invasivos. Portanto, investir na QVT não é apenas uma medida de saúde ocupacional, mas uma estratégia de segurança do paciente; o bem-estar de quem cuida é o pré-requisito técnico para a segurança de quem é cuidado¹⁶.

Em síntese, os fatores associados à qualidade de vida no trabalho em saúde formam uma rede complexa em que as condições materiais se fundem às necessidades subjetivas; avançar na promoção da QVT implica reconhecer que o bem-estar do trabalhador é o alicerce da segurança do paciente. Portanto, as intervenções devem ser multidimensionais, abrangendo desde a melhoria salarial e de infraestrutura até a implementação de programas de suporte psicológico e de valorização das relações humanas no ambiente laboral¹⁷.

Por fim, garantir a qualidade de vida de quem cuida não é apenas uma meta administrativa, mas um imperativo da gestão em saúde; não se pode exigir empatia e excelência técnica de um profissional submetido à precarização e à

exaustão. A saúde do trabalhador é a base sobre a qual se constrói qualquer sistema de saúde sustentável e humano, assim, a promoção da QVT deve ser tida como premissa da saúde do trabalhador, destaca-se que a saúde mental do trabalhador de saúde não deve ser tratada como uma variável isolada, mas como o indicador mais sensível da ética da gestão institucional¹⁸.

CONCLUSÃO

A avaliação dos fatores associados à qualidade de vida no trabalho entre os trabalhadores de saúde permite concluir que o bem-estar no ambiente laboral é um fenômeno multidimensional, determinado por um equilíbrio sensível entre exigências institucionais e recursos psicossociais. O estudo evidenciou que a percepção de uma alta QVT está diretamente ligada à autonomia profissional, ao reconhecimento por parte da gestão e ao fortalecimento das relações interpessoais dentro das equipes. Por outro lado, o comprometimento da QVT está associado a fatores críticos como a sobrecarga de tarefas, a precariedade das condições físicas de trabalho e a exposição contínua a riscos ocupacionais e estresse emocional. Tais elementos, quando não gerenciados, atuam como preditores para o absenteísmo, o presenteísmo e o desenvolvimento da síndrome de burnout, gerando um ciclo que prejudica tanto o profissional quanto a segurança do paciente.

Em última análise, a promoção da QVT em

instituições de saúde não deve ser vista apenas como um benefício individual, mas como uma estratégia de gestão fundamental para a sustentabilidade do sistema de saúde. É imperativo que as organizações transitem de modelos puramente produtivistas para políticas de valorização do trabalhador, que incluam planos de carreira, programas de saúde ocupacional, canais de comunicação participativos e infraestrutura adequada.

REFERÊNCIAS

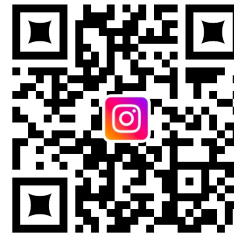
1. . Bittencourt SM, Calvo MC, Goulart Filho A, Regis I. Qualidade de vida no trabalho em serviços públicos de saúde – um estudo de caso. *Rev Fac Odontol UPF*. 2007;12(1):21-6.
2. Walton RE. Quality of working life: what is it? *Sloan Manage Rev*. 1973;15(1):11-21. [Nota: Volume e edição ajustados conforme registro histórico].
3. Ribeiro LA, Santana LC. Qualidade de vida no trabalho: fator decisivo para o sucesso organizacional. *Rev Iniciação Científica Centro Univ Newton Paiva*. 2015;2(2):75-96.
4. Batista CB, Campos AS, Reis JC, Schall VT. Violência no trabalho em saúde: análise em unidades básicas de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Trab Educ Saude*. 2011;9(2):295-317.
5. Santos RR, Paiva MCMS, Spiri WC. Associação entre qualidade de vida e ambiente de trabalho de enfermeiros. *Acta Paul Enferm*. 2018;31(5):472-9. [Nota: Número da edição incluído para precisão].
6. Ferreira MC. Qualidade de vida no trabalho: uma abordagem centrada no olhar dos trabalhadores. Brasília: Edições Ler, Pensar, Agir; 2021.
7. Ercole FF, Melo LS, Alcoforado CLGC. Revisão integrativa versus revisão sistemática. *Rev Min Enferm*. 2014;18(1):1-11.
8. Souza MT, Silva MD, Carvalho RC. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*. 2010; 8(1): 102-8.
9. Ursi ES. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. Dissertação. Escola de Enfermagem. Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2005; 130 p.
10. Mota CM, Alvarenga AS, Amorim VPSC, Ferreira EF, Cavalcante RB. Qualidade de vida no trabalho de profissionais de saúde em unidades de pronto atendimento. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2021;29:e3387.
11. Fernandes JS, Miranzi SSC, Iwamoto HH, Tavares DMS, Santos CB. Qualidade de vida relacionada à saúde de profissionais de equipes de saúde da família. *Rev Saude Publica*. 2010;44(4):713-20.
12. Macedo RMF, Silva LA, Terra FS, Santos SMV, Miranda RRP, Sá MD. Satisfaction level of nurses acting in family health strategy. *J Nurs UFPE on line*. 2015;9(11):9671-8.
13. Mota CM, Alvarenga AS, Amorim VPSC, Ferreira EF, Cavalcante RB. Qualidade de vida no trabalho de profissionais de saúde em unidades de pronto atendimento. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2021;29:e3387.

14. Fernandes JS, Miranzi SSC, Iwamoto HH, Tavares DMS, Santos CB. Qualidade de vida relacionada à saúde de profissionais de equipes de saúde da família. Rev Saude Publica. 2010;44(4):713-20.
15. Santos RR, Paiva MCMS, Spiri WC. Associação entre qualidade de vida e ambiente de trabalho de enfermeiros. Acta Paul Enferm. 2018;31(5):472-9.
16. Ribeiro RP, Marziale MHP, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro PHV. Qualidade de vida no trabalho de equipes de enfermagem atuantes em oncologia. Rev Esc Enferm USP. 2017;51:e03290.
17. García-Arroyo J, Osca A. Estresse e qualidade de vida no trabalho: uma perspectiva comparativa em profissionais de saúde. Psicol Saude Doenças. 2019;20(2):415-28.
18. Silva AA, Souza AA, Lima AS, Cavalcante RB. Qualidade de vida no trabalho e satisfação profissional de enfermeiros na atenção primária. Rev Enferm Centro-Oeste Min. 2020;10:e3542.

Observação:

- 1) Os/(as) autores/(as) declaram não existir conflitos de interesses de qualquer natureza.
- 2) Os autores declaram, se for o caso, estarem de acordo com as políticas de uso ético da Inteligência Artificial, reportando o mesmo nos agradecimentos ou nos métodos do artigo, em consonância com as normativas da WAME (World Association Medical Editors).

Nosso Instagram



<https://www.instagram.com/revistacpaqv>



International Society of Human Movement Sciences - ISHMS

<https://www.ishms.net/>



Center of Advanced Researches in Quality of Life - CPAQV

<https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV>