

ENTRE A FORMAÇÃO E A EXAUSTÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A VIVÊNCIA DE RESIDENTES MULTIPROFISSIONAIS DIANTE DA JORNADA DE 60 HORAS SEMANAIS

Residência multiprofissional em saúde;; Esgotamento Psicológico;; Saúde Mental.

Introdução

A Residência Multiprofissional em Saúde constitui uma modalidade de pós-graduação lato sensu desenvolvida em serviço, destinada à formação de profissionais de diferentes áreas para atuação no Sistema Único de Saúde (SUS). Regulamentada com carga horária semanal de 60 horas, promove a integração entre teoria e prática, favorecendo o desenvolvimento de competências técnicas, científicas e éticas, além do fortalecimento do trabalho interprofissional. Entretanto, a elevada carga horária, associada às atividades teóricas e às demandas acadêmicas, pode repercutir na saúde física e mental dos residentes, influenciando sua qualidade de vida e seu processo de aprendizagem. Nesse contexto, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de residentes multiprofissionais, refletindo sobre os impactos da jornada semanal de 60 horas na formação e no bem-estar.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e reflexivo, elaborado a partir da vivência da autora durante a Residência Multiprofissional em Saúde. As reflexões foram construídas com base nas experiências desenvolvidas nos cenários de prática da ênfase em Vigilância em Saúde, nas atividades teóricas e nas demandas acadêmicas exigidas pelo programa, considerando as repercussões da carga horária sobre o processo formativo e a saúde dos residentes.

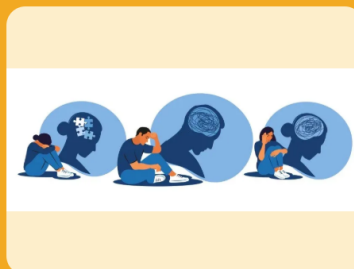
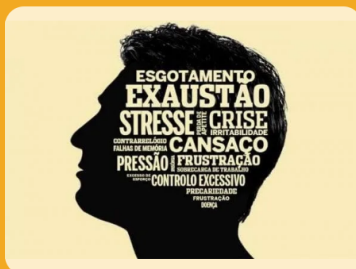
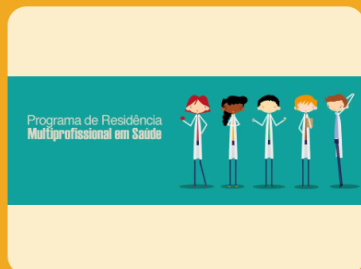
Resultados / Discussão

A experiência evidenciou que a jornada semanal de 60 horas, associada às exigências acadêmicas, favorece o surgimento de cansaço físico e emocional, sensação de exaustão e dificuldades para conciliar vida pessoal, estudos e trabalho, além de reduzir o tempo destinado ao descanso, ao lazer e ao autocuidado. Em diversos momentos, o cumprimento de prazos para atividades científicas após longas jornadas intensificou a percepção de sobrecarga e dificultou a recuperação física e emocional. Apesar desses desafios, a residência mostrou-se fundamental para o desenvolvimento de competências profissionais, o fortalecimento do trabalho em equipe e a compreensão ampliada das necessidades de saúde da população. Contudo, observou-se que a intensidade da carga horária pode limitar momentos de estudo, reflexão crítica e cuidado com a saúde dos residentes, evidenciando a necessidade de discutir as condições objetivas da formação em serviço e seus impactos sobre a aprendizagem, a qualidade de vida e o bem-estar.

Considerações Finais

Conclui-se que a Residência Multiprofissional em Saúde representa uma importante estratégia de qualificação profissional para o SUS, proporcionando experiências essenciais para uma formação crítica, integrada e comprometida com as necessidades da população. Entretanto, a organização da jornada semanal de 60 horas impõe desafios que repercutem na saúde física, mental e na qualidade de vida dos residentes. Assim, torna-se fundamental ampliar o debate sobre estratégias institucionais que promovam ambientes formativos mais saudáveis, conciliando a excelência da formação profissional com a valorização e o cuidado aos residentes, reconhecendo que a qualidade da atuação também depende das condições oferecidas àqueles que estão em processo de formação.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde; Ministério da Educação. Portaria Interministerial MS/MEC nº 8.995, de 28 de novembro de 2025. Institui a Política Nacional de Residências em Saúde (PNRS). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 2025.