

SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE DETERMINANTES, CONSEQUÊNCIAS E PREVENÇÃO

**Erika Xavier de SOUSA¹; José Francisco CRUZ¹; Wilma Alves de Lima da SILVA¹;
Daniela Maria Alves CHAUD^{2*}**

1. Graduandos em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde do IGESP – FASIG. E-mail dos autores: erikaxaviersousa@gmail.com; fasigenfermagem@gmail.com; wilmaalveslima82@gmail.com
2. Orientadora docente do curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde do IGESP – FASIG. E-mail: chaud.daniela@yahoo.com.br

RESUMO: A Síndrome de Burnout (SB) é uma condição de saúde resultante do estresse ocupacional, na qual fatores relacionados à personalidade e ao trabalho podem influenciar o seu desenvolvimento. A síndrome não é recente e já na década de 1990 chamou a atenção da comunidade científica, principalmente em estudos sobre o estresse ocupacional em profissionais da área de cuidados, como enfermeiros, médicos, assistentes sociais, professores e policiais. Objetivo: Identificar na literatura o que determina a SB entre os profissionais de enfermagem. Metodologia: Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica conduzida a partir das bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e a Scientific Electronic Library Online (SciELO), no período de janeiro a agosto de 2023. Resultados: A amostra final foi composta por uma seleção de 27 artigos. Conclusão: Dentre os principais fatores relacionados ao Burnout, destacam-se a exaustão emocional, o estresse no trabalho e a insegurança. Os sintomas físicos e as condições emocionais resultantes do Burnout são prejudiciais tanto para os profissionais quanto para os pacientes, pois interferem na capacidade do enfermeiro de desempenhar suas atividades de forma excelente e satisfatória.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermeiros; Esgotamento Psicológico; Estresse Ocupacional

INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* (SB) é uma condição de saúde resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso (World Health Organization, 2022).

A SB afeta uma ampla variedade de profissões, sendo que aquelas que envolvem lidar com o sofrimento alheio aumentam a vulnerabilidade. O estresse ocupacional interfere em diferentes aspectos da vida do indivíduo, podendo causar desequilíbrios na saúde física e mental, nas relações sociais e no ambiente, devido a falta de tempo dedicado à família e a falta de suporte e apoio quando necessário (Murofuse et al., 2015).

Esta síndrome é um conceito multidimensional que abrange três componentes principais: exaustão emocional, que se refere ao esgotamento dos recursos emocionais para lidar com as demandas diárias; despersonalização, que envolve sentimentos negativos ou a falta de emoção em relação às pessoas com as quais os

profissionais de enfermagem entram em contato; e falta de realização pessoal, que é a incapacidade de enxergar o trabalho de forma positiva (Murofuse et al., 2015).

A SB se manifesta por meio de quatro categorias sintomáticas: físicas (fadiga constante, distúrbios do sono, problemas gastrointestinais, perda de peso, distúrbios cardiovasculares e respiratórios, dores musculares e/ou nas articulações), psicológicas (falta de atenção, alterações de memória, ansiedade, impaciência, mudanças repentinas de humor, desconfiança e frustração), comportamentais (agressividade, irritabilidade, negligência no trabalho, dificuldade para relaxar, distanciamento e indiferença nos relacionamentos) e defensivas (isolamento, sentimento de superioridade, sarcasmo e atitude cínica) (Mendes; Silveira; Galvão, 2019).

Os profissionais da área da enfermagem, frequentemente estão expostos a sobrecargas físicas e mentais em seu trabalho, com jornadas extensas, trabalho em turnos e possíveis plantões. Isso acarreta problemas tanto para o profissional como

para a instituição como um todo, uma vez que a SB está associada ao absenteísmo, gerando prejuízos financeiros e organizacionais (Mendes; Silveira; Galvão, 2019).

Além de facilitar o desenvolvimento de doenças, o estresse também pode afetar negativamente a qualidade de vida e a produtividade. Os profissionais da enfermagem estão expostos a diversas situações estressantes decorrentes do contato diário com pessoas doentes ou debilitadas, além de terem que lidar com relações interpessoais e hierárquicas tensas nas instituições de saúde (Souza; Silva; Carvalho, 2020).

A realização de procedimentos complexos pela equipe, a responsabilidade na tomada de decisões, a escassez de recursos humanos, a possibilidade de acidentes de trabalho e o trabalho em turnos contribuem para o aumento da angústia e da ansiedade entre os profissionais de enfermagem, frequentemente levando a situações de estresse (Silva et al., 2017).

Diante da importância dessa problemática, este estudo se justifica ao reconhecer que os profissionais de enfermagem enfrentam desafios emocionais tanto no cuidado aos pacientes com diferentes problemas de saúde como no cuidado às suas famílias. Isso ressalta a importância de uma investigação aprofundada dos fatores que causam a SB e como ela afeta tais profissionais.

Assim, o objetivo deste trabalho foi identificar na literatura o que determina a SB entre os profissionais de enfermagem e as ações preventivas para minimizar seus sinais e sintomas.

MATERIAL E MÉTODO

Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica conduzida a partir das bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e a *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), no período de janeiro a agosto de 2023.

Para a localização dos estudos, foram

consultados os Descritores de Ciência da Saúde (Decs), sendo selecionados os seguintes termos: enfermagem, síndrome burnout, estresse e doença ocupacional, os quais foram inseridos para busca nas bases de dados previamente mencionadas.

Os critérios de inclusão dos estudos foram: artigos primários publicados em periódicos nacionais e internacionais, em língua portuguesa, no período de 2014 a 2023, disponíveis eletronicamente e na íntegra, cuja amostra contenha, ao menos parcialmente, profissionais atuantes no Brasil, tanto no caso de artigos originais ou nos estudos de revisão incluídos.

Os critérios de exclusão foram artigos que não aderiram ao tema e artigos não disponíveis gratuitamente na íntegra nas plataformas digitais.

A análise dos artigos selecionados foi realizada por meio da leitura exploratória dos títulos e resumos e, posteriormente, na íntegra daqueles que possuíram adesão à proposta deste estudo.

RESULTADOS

Inicialmente, foram identificados 84 artigos provenientes de diferentes bases de dados. Esses artigos foram submetidos a uma avaliação e triagem criteriosa. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão pré-definidos, a amostra final deste estudo foi composta por 27 artigos selecionados, os quais estão apresentados no Quadro 1.

Dos estudos selecionados, 19 têm delineamento transversal, 6 são revisões de literatura e 2 são estudos de caso.

Em relação ao local de trabalho, 17 estudos foram realizados com profissionais do ramo hospitalar; 1 estudo com profissionais somente da atenção primária; 1 estudo com profissionais de uma clínica de tratamento renal substitutivo; 1 estudo somente com profissionais de universidades e 9 estudos em áreas diversificadas.

Quanto à temática principal, 13 estudos tiveram foco nos fatores de risco da SB; 7 com foco em prevalência; 3 se

concentram nas dimensões da SB; 4 discorrem principalmente sobre fatores ambientais e 5 sobre as consequências ou associações com outras comorbidades.

Ao menos 14 estudos foram realizados no período da pandemia de COVID-19.

DISCUSSÃO

VISÃO GERAL DOS ESTUDOS

Observou-se um aumento significativo de artigos sobre a Síndrome de Burnout, especialmente nos últimos dois anos. Esse aumento pode ser atribuído, em parte, às complexidades relacionadas à pandemia de COVID-19, que afetou o mundo nesse período.

Além disso, é importante ressaltar que a Síndrome de Burnout foi oficialmente reconhecida como uma síndrome ocupacional crônica na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) (World Health Organization, 2022). Isso ocorreu devido ao seu caráter laboral, uma vez que a SB está diretamente relacionada ao ambiente de trabalho e aos estressores ocupacionais (Galvão; Ricarte, 2021).

Dos estudos incluídos, em grande parte foi utilizado o instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI) para identificar presença de *burnout*. Trata-se de um instrumento autoaplicativo em escala de frequência, sobre aspectos relacionados às relações e condições de trabalho, que avalia as três dimensões da SB: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional (Maslach; Jackson, 1997).

De modo geral, diversos estudos destacam os fatores relacionados ao trabalho que estão associados ao desenvolvimento da SB, como sobrecarga de trabalho, à falta de suporte, aos conflitos interpessoais, ao contato com a morte e pacientes terminais e à preparação inadequada dos profissionais de enfermagem, bem como a alta demanda, hostilidade de pacientes e acompanhantes, pela estrutura organizacional precária e incertezas inerentes à profissão (Paiva et al.,

2019; Vasconcelos; De Martino, 2017).

Sanchez e Oliveira (2016) apontam que os desencadeadores e mediadores da SB podem ser divididos em três grupos de características pessoais, do trabalho e organizacionais e sociais.

PRINCIPAIS FATORES DE RISCO IDENTIFICADOS NOS ESTUDOS

Caracterização socioeconômica dos profissionais

Os estudos revelam em unanimidade a participação majoritária do gênero feminino, sendo esta uma característica histórica da profissão. Esse fator pode ser um componente de susceptibilidade ao desenvolvimento da SB, uma vez que, para além da profissão, há um acúmulo de atribuições domésticas e a maternidade, papéis que também exigem alto grau de comprometimento. Quando não há rede de apoio, tais compromissos podem gerar sobrecarga e estresse adicionais (Barros et al., 2017; Freitas; Freire, 2020; Sanchez; Oliveira, 2016).

Em relação ao estado civil dos profissionais avaliados, no estudo de Freitas e Freire (2020), a maioria possuía cônjuge. Dados da literatura apontam que uma relação conjugal estável pode ser um fator de proteção contra a SB, visto que se trata de uma fonte de apoio emocional e pessoal, contribuindo para o enfrentamento das dificuldades (Barros et al., 2017; Freitas; Freire, 2020; Sanchez; Oliveira, 2016; Fernandes; Nitsche; Godoy, 2018).

Quanto à escolaridade, nota-se que profissionais com graus maiores, como especialização, podem possuir risco maior para o desenvolvimento de SB, já que o alto investimento na formação pode gerar expectativas não alcançadas em relação à prática (Freitas; Freire, 2020; Sanchez; Oliveira, 2016).

Quadro 1 - Artigos selecionados sobre a temática: As consequências da Síndrome de *Burnout* nos profissionais de enfermagem, 2023.

FONTE	LOCAL / ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	AMOSTRA	CONCLUSÃO
Oliveira; Araújo	Rio de Janeiro, 2016	Identificar dimensões sintomatológicas da SB em profissionais de enfermagem que atuam em um pronto socorro e acolhimento	Estudo transversal	A amostra foi composta por 27 enfermeiros de um hospital público de médio porte	Concluiu-se que as informações coletadas podem ajudar a compreender este fenômeno, principalmente quando é levado em consideração o perfil, a rotina e as condições de trabalho da emergência somado à exposição contínua e prolongada aos referidos estressores aos profissionais da enfermagem
Gasparino et al.	São Paulo, 2015	Avaliar o ambiente da prática profissional do enfermeiro, sua relação com a SB e diferenças entre três hospitais, sendo dois de nível terciário e um de nível secundário	Estudo transversal	A amostra do estudo foi composta por 278 enfermeiros que responderam aos instrumentos do Nursing Work Index Revised	Concluiu-se que os enfermeiros do Hospital C relataram a presença de características favoráveis à prática profissional de enfermagem e apresentaram níveis mais baixos de burnout. Esses achados podem estar relacionados ao fato de o Hospital C ser de nível secundário, o que pode facilitar o gerenciamento do ambiente de trabalho
Oliveira et al.	São Paulo, 2017	Analisar as dimensões envolvidas na SB em enfermeiros de um serviço de emergência	Estudo transversal	Pesquisa realizada com 37 enfermeiros de um serviço de emergência situado no município do Rio de Janeiro, em 2014	A avaliação das dimensões da SB é de extrema relevância, uma vez que seu desenvolvimento está associado ao adoecimento e a queda na produtividade dos profissionais de enfermagem. Os resultados do estudo revelaram escores elevados nas subescalas de exaustão emocional e despersonalização em uma parcela significativa da amostra

Lima et al.	Manaus, 2021	Explorar as consequências da SB nos enfermeiros que atuam no setor de urgência e emergência	Estudo de revisão integrativa	Foram selecionados 14 artigos, das bases de dados Scielo, LILACS e BDEF	Os enfermeiros, são amplamente afetados pela SB. O ambiente de urgência hospitalar é propenso ao desenvolvimento de doenças psicossomáticas devido à exigência de habilidades, raciocínio rápido e conhecimento de tecnologias
Borges et al.	Ribeirão Preto, 2021	Identificar e comparar os níveis de SB entre enfermeiros portugueses, espanhóis e brasileiros	Estudo multicêntrico quantitativo, descritivo, correlacional, comparativo e transversal	Estudo realizado com 1.052 enfermeiros em hospitais e unidades básicas de saúde	Aproximadamente 40% dos enfermeiros obtiveram algum nível de <i>burnout</i> em cada país. Portanto, é importante preparar o enfermeiro para identificar os riscos de desenvolver <i>burnout</i> e ajudá-lo a encontrar recursos na família, na comunidade e na organização para melhorar o seu bem-estar
Santos et al.	Bahia, 2021	Explorar à luz da literatura os determinantes da SB em enfermeiros que atuam no setor da emergência hospitalar	Estudo de revisão integrativa a partir das bases: Scielo, Pubmed, Medline, BDEenf e LILACS	Foram incluídos 12 estudos	Com base na suscetibilidade da profissão de enfermagem à síndrome de <i>burnout</i> , é de suma importância que os gestores reconheçam, divulguem e implementem estratégias eficazes para reduzir os índices dessa síndrome a médio e longo prazo. Isso pode envolver a criação de um ambiente de trabalho saudável e favorável, com carga horária adequada, apoio emocional e psicológico, políticas de prevenção do estresse, programas de autocuidado e suporte profissional
Oliveira Moreira; Honório	Belo Horizonte, 2021	Descrever e analisar o trabalho dos enfermeiros que atuam nos serviços de urgência e emergência de um hospital público de Belo Horizonte	Estudo de caso descritivo e qualitativo	Estudo de caso realizado com 10 enfermeiros emergencistas de um hospital público	A inclusão de profissionais de enfermagem que atuam em ambientes distintos, como UTI (pediátrica e adulta) e Politraumatismo, no estudo é importante para compreender as diferentes demandas emocionais e de comprometimento presentes em cada área e desenvolver estratégias específicas de prevenção e manejo da síndrome de <i>burnout</i>

Silva et al.	São Paulo, 2021	Identificar as possíveis causas que levam os profissionais da equipe de enfermagem a desenvolver o SB	Estudo de revisão integrativa	Foram incluídos 11 estudos, das bases de dados LILACS, Medline e BDNF	Os resultados desta pesquisa evidenciam que a SB em profissionais de Enfermagem é influenciada por ambientes de trabalho desgastantes, onde há falta de oportunidades de crescimento e reconhecimento, jornadas exaustivas e excesso de trabalho, além de disparidades salariais em relação às responsabilidades desempenhadas
Mascarenhas et al.	Rio de Janeiro, 2022	Identificar nos profissionais de enfermagem a prevalência da SB, suas dimensões e analisar os fatores associados	Estudo transversal	Conduzido no ano de 2020, o estudo envolveu uma amostra de 171 enfermeiros, todos vinculados a um hospital público	Os resultados obtidos revelaram uma alta prevalência da síndrome de burnout (62,6%), destacando a necessidade de implementação de ações preventivas e de diagnóstico precoce. É crucial adotar medidas que visem preservar a saúde física e mental desses profissionais de enfermagem, o que, por sua vez, contribuirá para a melhoria da qualidade da assistência prestada
Pauliceia et al.	São Paulo, 2021	Identificar, por meio da literatura brasileira, fatores relacionados à SB em enfermeiros que trabalham na emergência	Estudo de Revisão de Literatura	Foram selecionados 23 artigos sobre fatores que desencadeiam a SB em enfermeiros da emergência	A pesquisa revelou que a SB é uma temática pouco discutida, porém com uma alta prevalência entre os profissionais da enfermagem, que atuam em urgência e emergência. Diversos estudos destacam que a exaustão emocional, o estresse no trabalho e a sensação de insegurança são fatores frequentemente associados à SB nesse grupo profissional. Esses achados ressaltam a importância de se compreender e abordar esses elementos desencadeadores da síndrome, a fim de promover a saúde e o bem-estar dos enfermeiros e melhorar a qualidade do cuidado prestado
Reis et al.	São Paulo, 2022	Verificar a ocorrência epidemiológica da SB em enfermeiros intensivistas durante o período pandêmico da Covid-19	Estudo transversal de caráter descritivo	Este estudo foi conduzido a partir de artigos já publicados nas principais bases de dados e levantamento de dados através do Ministério da Saúde e Datasus. Foram selecionados 4 artigos ao final	Neste estudo, foi evidenciado um aumento significativo da SB na enfermagem, o qual pode ser atribuído à exposição contínua e direta ao sofrimento alheio, bem como às condições precárias de trabalho. Além disso, verificou-se um incremento significativo da SB durante o período de pandemia

Reese; Linden; Martins	São Paulo, 2021	Pesquisar na literatura científica os fatores de risco associados ao surgimento da SB em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID19	Estudo de revisão integrativa	Foram selecionados 10 artigos, disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde	Entre os profissionais de enfermagem, os sintomas mais evidentes foram a depressão e a angústia, resultantes do constante enfrentamento das exigências dos pacientes, que muitas vezes apresentam quadros complexos e graves. Além disso, fatores como falta de recursos humanos, de estrutura física e de valorização por parte dos gestores e empregadores também foram preditores de SB
Barros et al.	Patos (PB), 2017	Analisar e comparar a prevalência da SB em enfermeiros atuantes na atenção primária à saúde e na terciária	Estudo descritivo com abordagem quantitativa.	29 enfermeiros da atenção primária e 49 da terciária	Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas na comparação dos profissionais enfermeiros acometidos pelo Burnout na atenção primária e terciária. Percebeu-se que os profissionais da atenção primária são menos realizados profissionalmente quando comparados aos da terciária
Rezer; Faustino	Mato Grosso, 2022	Avaliar os fatores de risco para o desenvolvimento da SB em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19	Estudo transversal, exploratório e quantitativo	27 enfermeiros, atuantes de unidades básicas de saúde, unidade hospitalar e uma universidade	Tanto enfermeiros da unidade hospitalar como docentes aumentaram a exaustão emocional e despersonalização, com redução da realização profissional, indicativo de SB. Os enfermeiros da Atenção Básica tiveram acréscimo na despersonalização
Freitas; Freire	Natal (RN), 2020	Avaliar a prevalência da Síndrome de Burnout (SB) em enfermeiros de um hospital público	Estudo quantitativo, transversal e analítico, de caráter prospectivo	80 enfermeiros	Houve correlação positiva entre carga laboral elevada e a prevalência de SB em enfermeiros. Há a necessidade de estudos que indiquem uma melhor condição de trabalho para os enfermeiros, buscando estratégias focadas na prevenção do estresse laboral

Sanchez; Oliveira	Jundiaí (SP), 2016	Abordar a gênese dos aspectos mediadores e desencadeadores da síndrome de Burnout em enfermeiros	Estudo de revisão, qualitativo, baseado em dados da literatura científica publicados no período de 1999 a 2011	Foram incluídos 18 estudos das principais bases de dados	Dados científicos revelam que as características pessoais, de trabalho e as organizacionais influenciam no desenvolvimento da síndrome. A personalidade, estratégias de coping e características do trabalho como clima organizacional, têm-se demonstrado como mediadoras ou desencadeadoras para o surgimento desse distúrbio em enfermeiros. Na prevenção e tratamento da síndrome a abordagem deve ser compreendida como um problema coletivo e organizacional e não somente visto e tratado como um problema individual. É essencial investir no aperfeiçoamento profissional e oferecer suporte social às equipes de trabalho na enfermagem
Baldonado- Mosteiro et al.	São Paulo, Brasil e Espanha, 2019	Analisar os escores das dimensões do burnout em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis	Estudo multicêntrico de abordagem quantitativa, transversal e comparativo	589 trabalhadores de enfermagem (enfermeiros, auxiliares/técnicos de enfermagem), de quatro instituições públicas hospitalares e uma pré-hospitalar do litoral norte de São Paulo, Brasil e, em seis hospitais e seis instituições pré-hospitalares de uma Província do norte de Espanha	Apesar dos trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis pontuarem níveis baixos de Despersonalização e elevados de Realização Profissional, verifica-se níveis médios de Exaustão Emocional, indicando um fator preventivo importante a ser trabalhado, uma vez que a Exaustão Emocional é considerada o primeiro estágio do <i>burnout</i>
Fernandes; Nitsche; Godoy	Botucatu (SP), 2018	Verificar a presença da SB entre profissionais da área de Enfermagem, nas Unidades de Terapia Intensiva de um Hospital Universitário, e a existência de associação entre consumo de álcool e tabaco	Estudo de abordagem quantitativa	160 profissionais de Enfermagem de 04 Unidades de Terapia Intensiva (Adulto, Coronariana, Neonatal e Pediátrica)	Houve associação positiva da Síndrome com tabagismo em 01 UTI. Os serviços de Terapia Intensiva do hospital necessitam de intervenções dos gestores dos serviços, com a finalidade de cuidar da saúde dos seus cuidadores

Santos; Boas; Miranda	Recife (PE), 2019	Conhecer os fatores de risco aos enfermeiros e técnicos de enfermagem no ambiente de trabalho que possibilite ocorrência de Síndrome de Burnout	Estudo analítico, observacional, com corte transversal, quantitativo	24 enfermeiros e técnicos de enfermagem de um hospital público	O desafio da promoção da saúde no trabalho e da prevenção do <i>burnout</i> torna-se ainda maior na medida em que é exigido um diálogo permanente entre o planejamento, a execução e gestão
Moreno; Cardoso; Moura	Fortaleza (CE), 2018	Identificar os riscos da Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas	Estudo qualitativo, descritivo	13 enfermeiros nefrologistas de clínicas de tratamento renal substitutivo	Há existência de sinais e sintomas da SB e fatores de estresse nas enfermeiras nefrologistas entrevistadas apresentando, principalmente, fatores estressores como tensão, medo e cansaço. Observou-se que esses fatores são decorrentes da sobrecarga de trabalho e da convivência diária com situações conflituosas
Camargo; Saidel; Monteiro	São Carlos (SP), 2020	Identificar, analisar e compreender as representações sociais dos profissionais de enfermagem sobre a SB	Estudo exploratório, descritivo, transversal, com delineamento de natureza qualitativa	Duas enfermeiras e cinco técnicas de enfermagem que atuavam diretamente com pacientes oncológicos	Os profissionais de enfermagem representaram socialmente a SB como estresse e fizeram reflexões importantes sobre a temática no contexto de trabalho cotidiano. Conceitos que determinam o comportamento dos profissionais foram percebidos enquanto mecanismos de enfrentamento. Na visão desse grupo social, a espiritualidade revelou-se como estratégia terapêutica
Ribeiro et al.	Campina Grande (PB), 2020	Estimar a prevalência e fatores associados à síndrome de burnout e qualidade de vida entre profissionais de enfermagem	Estudo transversal, analítico	83 profissionais nas unidades de pronto atendimento	A SB apresenta influência no desfecho de qualidade de vida de profissionais da enfermagem, sendo mais prevalente entre profissionais com idade mais avançada, renda elevada e entre enfermeiros
Galdino et al.	Brasil, 2021	Verificar a associação do <i>burnout</i> com <i>workaholism</i> e qualidade de vida entre docentes de mestrado e/ou doutorado em enfermagem	Estudo transversal multicêntrico	368 docentes de enfermagem de 47 universidades públicas das cinco regiões do Brasil	A SB foi associada aos professores de mestrado e/ou doutorado com <i>workaholism</i> e que consideravam ter uma baixa qualidade de vida

Patricio et al.	Campina Grande (PB), 2020	Analisar possível associação entre <i>burnout</i> e tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem de um hospital	Estudo quantitativo-correlacional	220 profissionais de enfermagem	Os dados oferecem forte sugestão de que elevados níveis de exaustão emocional influenciam a depressão, sendo imprescindível enfrentá-los e oferecer suporte psicológico, educativo e material para a recomposição da energia física e mental sugada pela sobrecarga laboral
Tavares et al.	Brasil, 2022	Identificar as alterações psíquicas em profissionais da enfermagem pertencentes e não pertencentes ao grupo de risco para complicações da COVID-19	Estudo transversal multicêntrico	845 profissionais de enfermagem de quatro hospitais do Sul do Brasil, sendo 214 pertencentes ao grupo de risco	O grupo de risco apresentou maior exposição a alterações psíquicas. O modelo de regressão não identificou diferença entre ser ou não do grupo de risco quanto à SB. O estudo contribui no planejamento de intervenções laborais protetivas no âmbito das instituições e das políticas públicas de saúde, visando diminuir possíveis fatores relacionados ao acometimento da Síndrome de Burnout e dos Distúrbios Psíquicos Menores
Almeida; Miclos	São Paulo (SP), 2022	Verificar a associação entre liderança autêntica e SB em profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde e analisar a relação entre capital psicológico positivo e SB em profissionais de enfermagem liderados	Estudo de campo, descritivo-exploratório, transversal, de abordagem quantitativa	12 enfermeiros seniores, correspondendo ao time de líderes; e os liderados foram representados por 62 enfermeiros plenos assistenciais e 118 auxiliares de enfermagem, totalizando 192 profissionais, de unidades básicas de saúde	Na enfermagem, o <i>burnout</i> está associado com liderança autêntica e capital psicológico
Villagran et al.	Rio Grande do Sul, 2023	Analisar a associação entre sofrimento moral e SB em enfermeiros de hospital universitário	Estudo descritivo-analítico	269 enfermeiros atuantes em um hospital universitário	Evidenciou-se a associação entre sofrimento moral e SB bem como entre suas dimensões. Os resultados sinalizam a necessidade de investigar intervenções urgentes para amenizar as situações e as manifestações do sofrimento moral e a SB, elaborando estratégias para a saúde dos trabalhadores

Fonte: Dados da pesquisa

A renda familiar também é um fator importante, pois verifica-se que, devido a remuneração incompatível com suas atividades, muitos profissionais assumem duplo ou triplo vínculo com o objetivo de suprir suas necessidades financeiras. Entretanto, tal movimento afasta o profissional do convívio social e familiar, do descanso e do lazer, aspectos essenciais para a manutenção de mecanismos de enfrentamento do estresse (Barros et al., 2017; Sanchez; Oliveira, 2016).

Em relação à idade e experiência dos profissionais, os estudos divergiram; na maioria, enfermeiros mais jovens e/ou menos experientes eram mais propensos ao desenvolvimento de SB, enquanto em alguns, os mais atingidos eram mais velhos, maiores de 40 anos. O maior tempo de experiência foi visto como um fator que auxiliou no desenvolvimento de mecanismos para administração do estresse, porém o acúmulo de responsabilidades devido ao tempo de trabalho pode se tornar um fator de esgotamento emocional (Sanchez; Oliveira, 2016; Fernandes; Nitsche; Godoy, 2018; Baldonado-Mosteiro, 2019).

Aspectos inerentes à profissão

As análises iniciais realizadas em enfermeiros têm evidenciado que a Síndrome de Burnout (SB) está diretamente relacionada à quantidade de tempo que os profissionais de enfermagem passam cuidando de pacientes, levando em consideração as exigências emocionais intensas e o cuidado de pacientes com mau prognóstico. Oliveira Moreira e Honório (2017) apontam que a alta incidência de esgotamento em trabalhadores da área da enfermagem ocorre devido à exposição constante aos problemas e preocupações daqueles a quem atendem (Mascarenhas, 2022).

O trabalho em regimes de turnos constitui uma prática frequente e necessária nos hospitais para que possam funcionar 24 horas ininterruptas. Os estudos mostram que profissionais do período diurno são mais exigidos, pois durante o dia os pacientes

necessitam de mais horas de cuidados da enfermagem do que à noite (Patricio et al., 2022).

Os enfermeiros que atuam em emergência e UTI, em particular, apresentam maior sobrecarga de trabalho devido à rotina estressante, à exposição a atividades laborais complexas e intensivas e à necessidade de vigilância constante no cuidado aos pacientes. Além disso, eles enfrentam o sofrimento dos familiares, a falta de profissionais, a escassez de recursos e insumos hospitalares, o que leva a um desgaste físico e mental mais significativo (Patricio et al., 2022).

Consequências da Síndrome de *Burnout*

Observa-se que a SB acarreta inúmeras consequências aos profissionais de saúde nos âmbitos físico, psicológico e mental, ocasionando sequelas secundárias aos ambientes profissional e social (Batista et al., 2019).

Atualmente, a SB é considerada uma doença ocupacional que leva muitos profissionais de enfermagem a abandonarem seus locais de trabalho.

Tal cenário resulta em diversos prejuízos, tanto para os empregadores quanto para a economia e os cofres públicos (Pauliceia et al., 2021). Não obstante, compromete também a qualidade da assistência e a segurança do paciente (Lima Dantas et al., 2021).

A sobrecarga em trabalhadores com mais de 30 horas semanais pode levar à diminuição da capacidade para o trabalho, a vulnerabilidade aos acidentes, desordens psicológicas e insatisfação laboral (Sanchez; Oliveira, 2016).

Isso ressalta a necessidade de diagnósticos precisos e precoces, como a estimativa detalhada da prevalência de SB, além da implementação de políticas públicas de forma mais eficaz e responsável por parte das autoridades de saúde e dos empregadores. (Pauliceia et al., 2021; (Batista et al., 2019).

AÇÕES PREVENTIVAS

Conforme discutido, entende-se que alguns fatores não podem ser modificados ou evitados, já que constituem em aspectos essenciais da atuação profissional; porém, os estudos sugerem várias medidas para atenuar o desgaste causado por tais fatores. Com relação às estratégias de enfrentamento, parece haver um desconhecimento por parte das instituições sobre as amplas atividades que podem ser desenvolvidas visando administrar os agentes estressores (Batista et al., 2019).

A identificação precoce desses fatores e a adoção de medidas preventivas são consideradas essenciais (Borges et al., 2021). Para tanto, é necessário estabelecer metas de prevenção dos agravos à saúde, escolhendo as medidas preventivas adequadas e fornecendo os recursos necessários para sua implementação.

Lima (2021) destaca a importância de ouvir o próprio corpo para garantir a saúde com qualidade, uma vez que os limites entre saúde e doença são tênues, e ressalta que fatores como condições de trabalho, jornada, satisfação profissional, relações interpessoais e nível diário de estresse podem contribuir para o adoecimento.

O estudo de Reis (2022) destaca que as intervenções na enfermagem relacionadas à SB ainda estão em estágios iniciais, e as práticas empregadas nem sempre buscam alterações na organização ou no contexto do trabalho em si para evitar a síndrome.

Nos estudos, foram verificadas diversas propostas de intervenção. Observa-se que o cuidado e prevenção do *burnout* se torna mais palpável quando é tido como uma responsabilidade compartilhada a todos os níveis: do indivíduo, da equipe, da organização e do estado.

Dessa forma, as propostas de intervenção são multisetoriais, e foram sintetizadas como:

Estruturação do tempo de lazer. É importante reservar tempo para atividades que tragam prazer e satisfação pessoal, ajudando a restaurar o equilíbrio emocional (Ferreira et al., 2015). Para que se consiga tempo suficiente para combinar tais

atividades com o trabalho, se faz necessária a redução da carga horária laboral (Sanchez; Oliveira, 2016).

- Avaliação periódica da qualidade de vida individual. Considerar aspectos como saúde física, emocional, social e profissional, pode auxiliar na identificação de problemas e na busca por soluções. Conhecer os fatores que impactam a vida pessoal e profissional, como problemas financeiros, sociais e de saúde, pode ajudar a buscar recursos e suporte adequados para lidar com essas questões (Reis et al. 2022).
- Avaliação do limite individual da capacidade de lidar com as demandas do trabalho. É importante conhecer esses limites pessoais e estabelecer um equilíbrio (Reis et al. 2022).
- Busca de convivência menos conflituosa com pares e grupos, ao promover relações interpessoais saudáveis, momentos de descontração e formas de lidar com conflitos de forma construtiva, pode contribuir para reduzir o estresse no ambiente de trabalho. A criação de espaços de discussão e reflexão poderia ajudar no sentido de identificar as necessidades e expectativas dos profissionais e buscar soluções para os conflitos (Ferreira et al., 2015).
- Otimizar o trabalho em equipe, ao promover ações que melhorem as condições de trabalho, como a distribuição adequada de tarefas, o apoio emocional e o reconhecimento dos profissionais. A flexibilidade entre os membros da equipe também é importante, com a possibilidade de troca de plantões e rodízio entre os setores de maiores e menores demandas (Ferreira et al., 2015).
- A liderança deve estar preparada para recompensar os profissionais quando estes se destacarem pelas suas atividades, além de propiciar condições de repouso e alimentação

adequadas aos setores (Ferreira et al., 2015; Patricio et al, 2022). Líderes com maiores índices de autoconsciência e processamento equilibrado, quando analisa todas as partes antes de tomar decisões, impactam a redução dos índices de exaustão emocional dos liderados. É por meio da liderança autêntica que se aumenta a motivação e engajamento dos profissionais, resultando em melhor desempenho e maior segurança do paciente (Almeida; Miclos, 2022).

- Implementação de programas de apoio psicossociológico aos profissionais (Patricio et al, 2022).
- Cursos de aperfeiçoamento ajudam a incorporar conhecimentos e realizar uma pausa nas atividades diárias, além de propiciar capacitação dos Procedimentos Operacionais Padrão específicos (Ferreira et al., 2015; Patricio et al, 2022).

Ao tomar medidas de prevenção ou tratamento da SB, é essencial compreender os conceitos desses estados em sua essência, a fim de evitar distorções comuns, como confundir *Burnout* com estresse. A SB não é apenas uma resposta ao estresse agudo, mas sim uma condição resultante de estresse crônico e prolongado.

CONCLUSÃO

A pesquisa corrobora a alta prevalência de SB entre os profissionais de enfermagem. Dentre os principais fatores relacionados, destacam-se a exaustão emocional, o estresse no trabalho e a insegurança.

Os sintomas físicos e as condições emocionais resultantes do *Burnout* são prejudiciais tanto para os profissionais de enfermagem quanto para os pacientes, pois interferem na capacidade do enfermeiro de desempenhar suas atividades de forma excelente e satisfatória.

Trata-se de um grave problema de saúde pública que deve ser reconhecido pelas instituições, uma vez que seus efeitos representam um desafio significativo em termos de prevenção e mitigação, devido à exposição contínua dos profissionais de enfermagem a fatores estressantes.

As unidades de saúde devem adotar estratégias que promovam condições mais favoráveis para o desempenho das atividades de enfermagem em serviços de urgência e emergência. O treinamento e a educação continuada são ferramentas essenciais na prevenção e conscientização dos profissionais em relação ao *Burnout*.

BURNOUT SYNDROME IN NURSING PROFESSIONALS: A LITERATURE REVIEW ON DETERMINANTS, CONSEQUENCES AND PREVENTION

ABSTRACT: Introduction: Burnout Syndrome (BS) is a health condition resulting from occupational stress, in which factors related to personality and work can influence its development. The syndrome is not new and already in the 1990s it drew the attention of the scientific community, mainly in studies on occupational stress in care professionals, such as nurses, doctors, social workers, teachers and police officers. Objective: To identify in the literature what determines BS among nursing professionals. Methodology: This study consists of a bibliographic review conducted from the Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (Lilacs) and Scientific Electronic Library Online (SciELO) databases, from January to August 2023. Results: The final sample consisted of a selection of 27 articles. Conclusion: Among the main factors related to Burnout, emotional exhaustion, stress at work and insecurity stand out. The physical symptoms and emotional conditions resulting from Burnout are harmful for both professionals and patients, as they interfere with nurses' ability to perform their activities in an excellent and satisfactory manner.

KEYWORDS: Nurses; Burnout; Occupational Stress.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, D. P. D. S; MICLOS, P. V. Enfermagem na Atenção Primária à Saúde: associação entre liderança, capital psicológico e implicações no burnout. **Rev Bras Enferm.**, v. 75(Suppl 3), e20210942, 2022.
- BALDONEDO-MOSTEIRO, M. et al. Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis. **Rev Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, e3192, 2019.
- BARROS, H. R. P. et al. Síndrome de Burnout entre enfermeiros da atenção primária e terciária: um estudo comparativo. **Arq Ciências da Saúde**, v. 24, n. 1, p. 23-28, 2017.
- BATISTA, K. O. B. et al. Síndrome de burnout em enfermeiros: consequências na atividade profissional. **ReBIS**, v. 1, n. 4, p. 61-65, 2019.
- BORGES, E. M. N. et al. Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo. **Rev Latino-Americana de Enfermagem**, v. 1, n. 2, p. 29-31, 2021.
- CAMARGO, G. G.; SAIDEL, M. G. B.; MONTEIRO, M. I. Esgotamento psicológico de profissionais de enfermagem que cuidam de pacientes com neoplasias. **Rev Bras Enferm.**, v. 74 (Suppl 3), e20200441, 2021.
- FERNANDES, L. S.; NITSCHKE, M. J. T.; GODOY, I. D. Associação entre Síndrome de burnout, uso prejudicial de álcool e tabagismo na Enfermagem nas UTIs de um hospital universitário. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 203-214, 2018.
- FERREIRA, T. C. R. et al. Prevalência de Burnout em enfermeiros do hospital metropolitano de urgência e emergência, por meio do questionário Maslach. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 13, n. 1, p. 175-185, 2015.
- FREITAS, C. C.; FREIRE, M. A. M. Síndrome de burnout em enfermeiros de uma unidade hospitalar do estado do Rio Grande do Norte. **Rev Cienc Saude**, v. 10, n. 2, p.5-12, 2020.
- GALDINO, M. J. Q. et al. Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. **Acta Paul Enferm**, v. 34, eAPE00451, 2021.
- GALVÃO, M. C. B.; RICARTE, I. L. M. A. Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11): características, inovações e desafios para implementação. **Asklepion: Informação em Saúde**, v.1, n.1 p. 104-118, 2021.
- GASPARINO, R. C. et al. Ambiente da prática profissional e burnout em enfermeiros. **Rev. Rene**, v. 16, n. 1, p; 90-96, 2015.
- LIMA, D. C. et al. O impacto da Síndrome de Burnout em enfermeiros do setor de urgência e emergência: Uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4., p. 39-42, 2021.
- LIMA DANTAS, H. L. et al. Relação entre Burnout em enfermeiros e segurança do paciente: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.10, n. 8, e35110815932-e35110815932, 2021.

MASCARENHAS, T. S. Prevalência da síndrome de Burnout em enfermeiros de um hospital público. **Rev Enfermagem UERJ**, v. 30, n.1, p.66860, 2022.

MASLACH, C.; JACKSON, S.E. **MBI- Inventário “Burnout” de Maslach**. Madrid: TEA Ediciones; 1997.

MENDES, K. S.; SILVEIRA, R. C.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método da pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto enferm**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2019.

MORENO, J. K. et al. Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. **Rev. enferm. UFPE on-line**, p. 865-871, 2018.

MUROFUSE, N. T. et al. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 13, p. 255-261, 2015.

OLIVEIRA, E. B. et al. Estresse ocupacional e burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho. **Rev. enferm. UERJ**, v. 2, n. 1, p. 78-82, 2017.

OLIVEIRA, L. P. S.; ARAÚJO, G. F. Características da síndrome de burnout em enfermeiros da emergência de um hospital público. **Rev. enfermagem contemporânea**, v. 5, n. 1, p. 34-42, 2016.

OLIVEIRA MOREIRA, P.; HONÓRIO, L. C. BURNOUT: avaliação da propensão à síndrome em enfermeiros que atuam nos serviços de urgência e emergência de um hospital público de Belo Horizonte. **Braz. Journ. of Dev.**, v. 7, n. 4., p. 40555-40577, 2021.

PAIVA, J. D. M. et al. Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. **Rev. Enferm. UFPE**, v. 1, n. 1, p. 483-490, 2019.

PATRÍCIO, D. F et al. **Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar**. Cad Saúde Coletiva, v. 29, p. 575-584, 2022.

PAULICEIA, E. P. C. et al. Fatores que desencadeiam a síndrome de burnout em enfermeiros da emergência. **Pesquisa & Educação à Distância**, v. 1, n. 19, p. 34-45, 2021.

REESE, M. F. A.; LINDEN, A. E. K; MARTINS, W. A síndrome de Burnout em enfermeiros frente a pandemia: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, p. 99-101, 2021.

REIS, B. S. et al. Ocorrência da Síndrome de Burnout em enfermeiros intensivistas durante o período pandêmico da Covid-19. **Rev Latino-Americana de Enfermagem**, v. 10, n. 12, p. 22-29, 2022.

REZER, F.; FAUSTINO, W. R. Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19/Burnout syndrome in nurses before and during the COVID-19 pandemic/Síndrome de burnout en enfermeros antes y durante la pandemia de COVID-19. **Journal Health NPEPS**, v. 7, n. 2, 2022.

RIBEIRO, E. K. D. A et al. Influência da síndrome de burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo. **Rev Bras Enferm.** v. 74 (Suppl 3), e20200298, 2021.

SANCHEZ, F. F. S; OLIVEIRA, R. Aspectos mediadores e desencadeadores da síndrome de burnout nos enfermeiros. **Cuid Enferm.** v. 10. n. 1, p. 61-67, 2016.

SANTOS, E. N.; BOAS, L. L.V.; MIRANDA, A. P. **Saúde do trabalhador no ambiente hospitalar: fatores de risco para síndrome de burnout.** Nursing (São Paulo), v. 22, n. 248, p. 2572-2576, 2019.

SANTOS, J. M. et al. Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros emergencialistas. **Rev Latino-Americana de Enfermagem**, v. 10, n. 15, p. 22-29, 2021.

SILVA, A. C. M. et al. **As razões para o desenvolvimento da SB em enfermeiros: uma revisão integrativa.** Cad Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde, v. 7, n. 1, p. 57-57, 2021.

SILVA, J. L. L. et al. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **Aquichan**, v. 12, n. 2, p. 144-59, 2017.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, p. 102-106, 2020.

TAVARES, J. P. et al. Alterações psíquicas em profissionais da enfermagem pertencentes ao grupo de risco para complicações da COVID-19. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 31, e20220449, 2022.

VASCONCELOS, E. M.; DE MARTINO, M. M. F. Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. **Rev Gaúcha Enferm.** v. 38, n. 4, e65354, 2017.

VILLAGRAN, C. A. Asociación del Sufrimiento Moral y Síndrome de Burnout en enfermeros de un hospital universitario. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 31, e3748, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF).** Disponível em <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#129180281>. Acesso em 04. Mar. 2024.