

## CAPÍTULO 04

DOI: <https://doi.org/10.58871/conimaps24.c04.ed05>

### **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: ETIOLOGIA E CONSEQUÊNCIAS**

### **BURNOUT SYNDROME IN HEALTHCARE PROFESSIONALS: ETIOLOGY AND CONSEQUENCES**

**MARIA EMÍLIA DANTAS OLIVEIRA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

**ALYNE MARIA LIMA FREIRE**

Fisioterapeuta, Pós-graduada em Terapia Intensiva pela Faculdade Anhanguera

**BEATRIZ DE SOUSA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí - UFPI

**EDUARDO RENAN NEVES COELHO**

Graduando em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará - UEPA

**DAIANE MENDES RIBEIRO**

Enfermeira, Mestra em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Londrina - UEL

**KEYLA LIANA BEZERRA MACHADO**

Farmacêutica, Mestranda em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Piauí - UFPI

**INGRID DE PINHO TEIXEIRA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estácio de Sá - UNESA

**LAISA MARIA DE ARAÚJO SOARES**

Nutricionista, Pós-Graduada em Nutrição Clínica e Funcional pela Faculdade de Empreendedorismo e Ciências Humanas - FAECH

**MARIA EDUARDA PEREIRA JUSCELINO**

Graduanda do curso de medicina pela Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP

**VALESKA SILVA SOUZA SANTOS**

Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

### **RESUMO**

**Objetivo:** Analisar quais são os impactos da Síndrome de Burnout para a qualidade de vida dos profissionais de saúde. **Metodologia:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, para a realização das buscas foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde “*Burnout*”, “*psychological*” e “*Health personnel*” nas bases de dados SciELO e LILACS. Foram utilizados

como critérios de inclusão: artigos em português e inglês, publicados entre 2019 e 2024, com texto completo disponível gratuitamente. Foram excluídas as publicações que não se relacionavam à temática do estudo, estudos incompletos e que apresentassem duplicidade. Foram selecionados 11 estudos para a composição final da amostra. **Resultados e Discussão:** Analisou-se a incidência da síndrome de burnout em enfermeiros e técnicos de enfermagem, observando que, dentre esses profissionais, a baixa produtividade, a despersonalização e a exaustão emocional são comuns. Indicando, assim, que esse grupo possui grande probabilidade de desenvolver o burnout devido ao seu ambiente de trabalho. Além disso, notou-se que essa síndrome é mais comum em profissionais do sexo feminino, em profissionais com pouca experiência e é maior em enfermeiros em relação a técnicos de enfermagem. Esses achados se justificam devido à carga horária extensa, à cobrança excessiva e à alta exigência de conhecimento técnico associados à falta de adequação pessoal, ocasionando um estresse ocupacional nos profissionais de enfermagem. **Considerações Finais:** Os estudos apontam uma alta prevalência de burnout entre profissionais que atuam em UTIs, com uma incidência maior entre mulheres e aqueles que trabalham em turnos noturnos. A sobrecarga de trabalho e a falta de suporte emocional são fatores fundamentais para o desenvolvimento da síndrome, que foram agravados na pandemia de COVID-19. Nessa perspectiva, urge o desenvolvimento de estratégias mais eficazes para prevenir e tratar o burnout, melhorando a saúde dos profissionais e a qualidade do atendimento prestado.

**Palavras-chave:** Burnout; Síndrome do Esgotamento; Profissional de Saúde.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze the impacts of Burnout Syndrome on the quality of life of healthcare professionals. **Methodology:** This is an Integrative Literature Review. The following Health Sciences Descriptors “Burnout, psychological” and “Health personnel” were used for the searches in the SciELO and LILACS databases. Inclusion criteria were: articles in Portuguese and English, published between 2019 and 2024, with full text freely available. Publications not related to the study theme, incomplete studies, and duplicate articles were excluded. Eleven studies were selected for the final sample composition. **Results and Discussion:** The incidence of burnout syndrome in nurses and nursing technicians was analyzed, observing that among these professionals, low productivity, depersonalization, and emotional exhaustion are common. This indicates that this group has a high probability of developing burnout due to their work environment. Additionally, it was noted that this syndrome is more common in female professionals, in professionals with little experience, and is higher in nurses compared to nursing technicians. These findings are justified due to the extensive working hours, excessive demands, and high requirement for technical knowledge associated with a lack of personal adequacy, causing occupational stress in nursing professionals. **Final Considerations:** Studies point to a high prevalence of burnout among professionals working in ICUs, with a higher incidence among women and those working night shifts. Work overload and lack of emotional support are key factors for the development of the syndrome, which were exacerbated during the COVID-19 pandemic. From this perspective, there is an urgent need to develop more effective strategies to prevent and treat burnout, improving the health of professionals and the quality of care provided.

**Keywords:** Burnout; Burnout Syndrome; Health Professional.

## 1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB), descrita como síndrome do esgotamento profissional, foi apontada pela primeira vez pelo psicólogo Herbert Freudenberger em 1974. É caracterizada como consequência da sobrecarga excessiva de trabalho (Tibola *et al.*, 2023). Atualmente, Burnout consiste na união de aspectos como exaustão emocional, distanciamento emotivo do trabalho e baixa realização pessoal. Essas manifestações estão presentes principalmente em profissionais da área da saúde, interferindo na sua qualidade de vida.

A SB apresenta-se como um problema grave para profissionais da área da saúde. Além de provocar estresse emocional e desgaste físico, resulta em um sentimento de incompetência, insuficiência no trabalho e frustração por não possuírem disposição para atender os pacientes como faziam anteriormente. É possível observar que os profissionais de saúde estão mais suscetíveis a desenvolver esta síndrome, visto que lidar com intensas emoções, medo, morte e sofrimento faz parte do seu cotidiano no ambiente hospitalar, o que os torna cada vez mais vulneráveis a um elevado estágio de estresse (Tibola *et al.*, 2023).

Hoje, devido à sua incidência significativamente crescente, atingindo profissionais em todo o mundo, a Síndrome de Burnout é reconhecida como um problema de saúde pública. Nesse contexto, faz-se necessário maior atenção, suporte social e desenvolvimento profissional, a fim de lidar com os excessos da carga horária de trabalho e preservar a saúde e o bem-estar geral dos profissionais de saúde. Ademais, o impacto na qualidade de vida desses trabalhadores acarreta também na tomada de decisões e na qualidade dos serviços prestados, afetando diretamente seus resultados, o que, por conseguinte, provoca aumento nos custos para o sistema de saúde, aumento do número de acidentes, conflitos e novos processos de contratação (Tibola *et al.*, 2023).

Diante do exposto, busca-se descrever as complicações e etiologia da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, a fim de estabelecer informações precisas que contribuam para a disseminação de informações sobre o tema. Dessa forma, o presente artigo possui como objetivo analisar quais são os impactos da Síndrome de Burnout para a qualidade de vida dos profissionais de saúde.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL) desenvolvida com busca realizada no mês de julho de 2024, através da seguinte questão norteadora: “Qual a etiologia da Síndrome de Burnout e os impactos gerados para a qualidade de vida dos profissionais de

saúde?”.

Para a realização das buscas foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “*Burnout, psychological*” e “*Health personnel*” combinados entre si com o operador booleano “AND”. A pesquisa foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Na qual foram utilizados como critérios de inclusão: artigos em português e inglês, publicados nos últimos cinco anos (2019 – 2024), com texto completo disponível gratuitamente. Foram excluídas as publicações que não se relacionavam à temática do estudo, estudos incompletos e que apresentassem duplicidade.

Durante a busca foram encontrados 127 estudos, sendo 64 na base de dados SciELO e 63 na plataforma LILACS. Posterior a coleta de dados, foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão, restando 25 estudos para análise. Assim, mediante a leitura do título e resumo, selecionou-se 17 estudos para a leitura na íntegra. Desses, foram selecionados 11 estudos para a composição final da amostra.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de facilitar a análise e síntese dos achados, realizou-se a construção de um quadro (QUADRO 1), com as informações categorizadas em: número, título, autor, ano e principais resultados encontrados.

**QUADRO 1. Descrição metodológica dos estudos selecionados para a RIL**

Nº	TÍTULO	AUTOR/ANO	PRINCIPAIS RESULTADOS
1	Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal.	CASTRO, C. S. A. A. <i>et al.</i> , 2020.	A frequência de burnout grave foi de 34,3%, e não se identificaram diferenças entre os grupos profissionais ou locais de trabalho. A frequência de casos graves ou muito graves de depressão, ansiedade ou estresse foi de 12,9%, 11,4% e 10,5%, respectivamente. O escore mediano observado pelo questionário Gallup foi 41, e não se observaram diferenças entre os grupos profissionais ou locais de trabalho. Houve correlação negativa entre burnout e engajamento com o trabalho.
2	Influência da síndrome de burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo.	RIBEIRO, E. K. A. <i>et al.</i> , 2021.	A maioria dos profissionais apresentou baixa eficácia profissional, média despersonalização e média exaustão emocional. Houve diferença estatística entre os escores da síndrome e da dor, vitalidade e aspecto social; correlação significativa entre a síndrome e a vitalidade, saúde mental e



			qualidade de vida geral.
3	Variáveis interventoras do burnout em profissionais de saúde dos serviços emergenciais.	PEREIRA, S. S. <i>et al.</i> , 2021.	Houve evidência estatística de associação entre Burnout e escolaridade, estresse precoce, estresse, transtornos mentais comuns, estilo de vida, ansiedade e depressão. A análise de regressão evidencia que as variáveis que influenciam no Burnout são: tipo de serviço, escolaridade, percepção de estresse e reajustamento social.
4	Fatores associados ao burnout em equipe multidisciplinar de um hospital oncológico.	SAURA, A. P. N. S. <i>et al.</i> , 2022.	Participaram do estudo 442 profissionais da equipe multidisciplinar. Os que apresentaram maiores fatores associados ao burnout foram aqueles que presenciaram maior número de óbitos, conflitos no seu ambiente de trabalho, trabalhavam no turno noturno, usavam fármacos e não praticavam a crença religiosa, entre outros.
5	Prevalência de burnout entre trabalhadores da saúde em seis hospitais públicos de referência no nordeste do Brasil durante a pandemia de COVID-19: um estudo transversal.	MEDEIROS, A. I. C. <i>et al.</i> , 2022	Um total de 62 médicos, 65 enfermeiros, 58 tecnólogos em enfermagem e 80 fisioterapeutas completaram o questionário. Quase metade dos participantes apresentou altos níveis de exaustão emocional, e quase um terço deles teve altos níveis de despersonalização. Baixos níveis de eficácia profissional foram observados em 18,1% da amostra. Os determinantes independentes do burnout por despersonalização foram idade < 33 anos e gênero feminino. A carga de trabalho aumentada estava associada tanto à despersonalização quanto à exaustão emocional.
6	Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional.	ALVARES, M. E. M. <i>et al.</i> , 2020.	A prevalência da síndrome de burnout foi de 0,41% segundo Maslach e 36,9% segundo Grunfeld. Os profissionais das unidades de atendimento pediátrico tiveram maior probabilidade de desenvolver exaustão emocional. Aqueles com idade superior a 35 anos tiveram menos propensão a desenvolver exaustão emocional e despersonalização. Dentre os enfermeiros, os homens foram mais propensos à diminuição da realização profissional, e a ausência da prática de atividades físicas regulares associou-se com mais exaustão emocional e menos despersonalização. Dentre os médicos, o trabalho nas unidades de terapia intensiva pediátrica e cardiológica os tornou menos propensos a perceberem menor realização pessoal.
7	Estresse ocupacional e burnout em profissionais de saúde de unidades de perioperatório.	MUNHOZ, O. L. <i>et al.</i> , 2020.	Quanto ao estresse ocupacional, constatou-se que 93 profissionais de saúde encontravam-se com altas demandas psicológicas e 83 estavam com baixo controle sobre o trabalho. Observou-se que 15 profissionais apresentaram burnout. Houve associação estatisticamente significativa entre alta demanda psicológica e alto desgaste emocional e,

			entre alta demanda psicológica e alta despersonalização. Evidenciou-se associação estatisticamente significativa entre presença de burnout e altas demandas psicológicas.
8	Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde.	RAMOS, C. E. B. <i>et al.</i> , 2019.	13,5% das profissionais estudadas manifestaram características relacionadas à SB e 30,8% apresentaram predisposição para o desenvolvimento da mesma.
9	Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família.	TOMAZ, H. C. <i>et al.</i> , 2020	A prevalência de burnout foi de 38,3%; sendo 59,6% para exaustão e 47,9% para distanciamento. Os resultados mostram elevados níveis de burnout, moderada pontuação nos fatores que compõem a resiliência e baixa eficiência no uso de estratégias de combate aos estressores.
10	Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes na atenção básica: um estudo transversal.	FROTA, S. C. M. <i>et al.</i> , 2021.	A maioria dos profissionais era do sexo feminino e possuíam idade $\leq 35$ anos. Na aplicação do JSS, 7 apresentaram alta demanda e 6 baixa demanda; 8 autocontrole e 5 baixo controle; 9 alto apoio social e 4 baixo apoio social. No MBI, 10 profissionais apresentaram elevado nível de exaustão emocional. Apesar disso, 11 profissionais mostraram-se realizados profissionalmente e todos os entrevistados obtiveram baixa despersonalização.
11	Prevalência da síndrome de burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.	BUFFON, V. A. <i>et al.</i> , 2023.	A amostra foi composta por 89 profissionais de saúde. Evidenciou-se uma prevalência de 48,31% de Síndrome de Burnout. Não foram encontrados resultados estatisticamente significantes ao analisar diferentes categorias profissionais e setores de atuação. A mudança de setor durante a pandemia foi fato estatisticamente significativo, assim como a busca por apoio emocional/psiquiátrico/psicológico e a relevância acerca do uso de medicação durante a pandemia.

Fonte: Autores, 2024.

Ribeiro *et al.* (2021), analisou a incidência da síndrome de burnout em enfermeiros e técnicos de enfermagem, observando que, dentre esses profissionais, a baixa produtividade, a despersonalização e a exaustão emocional são comuns. Indicando, assim, que esse grupo possui grande probabilidade de desenvolver o burnout devido ao seu ambiente de trabalho. Além disso, notou-se que essa síndrome é mais comum em profissionais do sexo feminino, em profissionais com pouca experiência e é maior em enfermeiros em relação a técnicos de enfermagem. Esses

achados se justificam devido à carga horária extensa, à cobrança excessiva e à alta exigência de conhecimento técnico associados à falta de adequação pessoal, ocasionando um estresse ocupacional nos profissionais de enfermagem. Nesse estudo, ressalta-se ainda as consequências na qualidade de vida das pessoas acometidas por essa síndrome, uma vez que podem ocorrer sintomas comportamentais, como mau humor, irritabilidade e baixa produtividade, além de sintomas fisiológicos, como cefaleia e fadiga.

Pereira *et al.* (2021), investigou a prevalência de burnout em profissionais da saúde que trabalham em serviços de emergência. Nesse estudo, constatou-se associação do burnout com fatores pessoais, como a capacidade de adaptação, a presença de ansiedade ou depressão e os hábitos de vida, mas também com fatores do ambiente social, incluindo o tipo de serviço e relações interpessoais. Analisou-se que o estresse crônico é o principal desencadeador do burnout e pode ser melhor caracterizado através das fases do estresse e da percepção do indivíduo acometido. Além disso, associou o burnout ao estresse precoce, em que eventos traumáticos na infância comprometem o desenvolvimento da capacidade de adaptação emocional e cognitiva do indivíduo ao meio que está inserido, incluindo o trabalho, aumentando, assim, a probabilidade de desenvolver burnout.

O estudo de Munhoz *et al.* (2020) analisou a relação entre estresse ocupacional e burnout em profissionais de saúde de unidades de perioperatório em um hospital-escola na região central do Rio Grande do Sul, indicando que 64,5% dos profissionais apresentaram altas demandas psicológicas e 57,3% tinham baixo controle sobre o trabalho, com 10,3% sofrendo da SB. Houve uma associação significativa entre alta demanda psicológica e alto desgaste emocional, bem como entre alta demanda psicológica e alta despersonalização, mas não entre demanda psicológica e realização profissional, nem entre controle sobre o trabalho e burnout. Esses achados revelam que os profissionais das unidades de perioperatório enfrentam altos níveis de estresse devido à complexidade e quantidade de procedimentos, rotatividade de pacientes e exigências de autonomia e competência, contribuindo para o desenvolvimento de burnout. Assim, a implementação de estratégias institucionais para melhorar o enfrentamento dos estressores e aumentar o controle dos profissionais sobre suas demandas é fundamental para promover a saúde dos trabalhadores e a segurança dos pacientes.

Ramos *et al.* (2019), afirmam que os profissionais da saúde, especialmente da equipe de enfermagem, enfrentam diariamente fatores estressores em seu ambiente de trabalho, tanto na assistência direta ao paciente quanto na área administrativa. Parte significativa da população pesquisada manifestou sinais e sintomas da Síndrome de Burnout ou está em risco de desenvolvê-la. Cerca de 13,5% das profissionais apresentaram pelo menos duas das três

dimensões (exaustão emocional, despersonalização e realização profissional) alteradas da SB, sendo a maioria enfermeiras e técnicas de enfermagem.

Complementando essa análise, Tomaz *et al.* (2020), afirmam que o burnout não afeta de forma homogênea todos os profissionais, mas tende a impactar mais intensamente certos grupos. A maioria dos afetados é do sexo feminino, com altos índices de exaustão (59,6%) e distanciamento (47,9%), predominando entre aqueles que não praticam atividade física e não têm hobbies. A ausência de práticas de autocuidado, como a atividade física, pode estar exacerbando a sensação de esgotamento e distanciamento do trabalho. Além disso, o estudo evidenciou que as estratégias de enfrentamento mais comuns entre os profissionais são aquelas focadas no problema e na emoção. Isso indica que, apesar da prevalência significativa da síndrome, os profissionais recorrem a métodos que tentam lidar diretamente com as questões e com as emoções envolvidas. No entanto, a eficácia dessas estratégias pode ser limitada se não forem acompanhadas por mudanças nas condições de trabalho e suporte adequado.

Em uma pesquisa conduzida na UTI e na USI de um hospital privado de ensino em São Paulo (SP), a maioria dos participantes era do sexo feminino, casados, pós-graduados e não exerciam atividades em outra instituição. A frequência da síndrome de burnout grave na coorte foi de 34,3% em ambos os setores, sem tanta diferença em relação ao grupo profissional, sendo 34,1% entre fisioterapeutas, 33,9% entre enfermeiros e 35,3% entre médicos. A maioria dos participantes demonstrou nível moderado de exaustão emocional (50,2%), nível elevado de despersonalização (67,3%) e baixo nível de realização pessoal (94,5%). Tal fato pode estar associado à elevada carga de trabalho, desequilíbrio entre a capacidade técnica e relacionamentos interpessoais e ainda à organização do processo de trabalho. Outros fatores podem estar atrelados ao aumento do risco de burnout, como carga de trabalho exaustiva, falta de suporte dos profissionais, baixo controle sobre o trabalho, baixo nível de reconhecimento e falta de consonância entre valores éticos e morais com a instituição (Castro *et al.*, 2020; Alvares *et al.*, 2020).

Segundo Castro *et al.* (2020) e Alvares *et al.* (2020), os profissionais atuantes na UTI tiveram frequência mais alta de casos graves ou muito graves para depressão e estresse, sendo identificada entre os enfermeiros uma frequência maior de casos muito graves de ansiedade. Em conformidade, alguns estudos apontam que os médicos e enfermeiros da UTI têm maior risco de desenvolver burnout grave. Contudo, há poucos achados disponíveis que abordam a frequência de burnout grave em outros profissionais de saúde.

Ademais, em concordância aos estudos anteriores, no estudo de Saura *et al.* (2022), houve predominância do sexo feminino (83,7%), com idades entre 36 anos ou mais (52,71%) e

sentem mais exaustão pela quantidade de trabalho em comparação aos homens. Corroborando com estudos que apontam os profissionais de UTI com idade, gênero, estado civil, entre outras variáveis, estão associadas ao burnout. Como também os profissionais que trabalham nos períodos noturnos manifestam maior percentual de burnout quando comparados aos que trabalham em períodos diurnos, estando associados ao ambiente de trabalho e à carga horária.

Em contrapartida, em pesquisa realizada por Medeiros *et al.* (2022), observou-se que o esgotamento por despersonalização entre os homens foi maior do que entre as mulheres ( $p=0,01$ ). A associação do nível baixo de esgotamento por despersonalização entre as mulheres em um período pandêmico pode ser explicada pelo equilíbrio burnout/resiliência, pois há evidências de que as mulheres são mais resilientes e têm melhores habilidades de enfrentamento. Observa-se que a resiliência é um fator potencialmente protetor contra o burnout. Conforme estudos anteriores, Medeiros *et al.* (2022) corrobora a correlação entre a carga de trabalho elevada e a despersonalização e exaustão emocional. Evidencia-se o excesso de trabalho como um dos fatores de risco para burnout entre os profissionais de saúde, podendo levar às manifestações clínicas.

Fatores que podem levar o indivíduo a desenvolver a síndrome de burnout estão relacionados ao excesso de demandas exigidas no trabalho e é comumente encontrado em profissionais que atuam diariamente sob pressão e com responsabilidades constantes, entre eles os profissionais da área da saúde, que atuaram na linha de frente durante o período da pandemia do COVID-19 (Medeiros *et al.*, 2022).

As evidências levantadas por Buffon *et al.* (2023), são pautadas nas três dimensões do MBI e somadas a outra fonte de dado complementar, a escala JSS. Sua avaliação esteve diretamente ligada aos profissionais que estavam desempenhando cuidados aos pacientes doentes, desde profissionais atuantes em hospitais de campanha até os que exerciam atividades de atenção especializada nos setores de alta complexidade. Os questionários desenvolvidos eram pontuados em três esferas de âmbito pessoal, profissional e condições desenvolvidas para lidar com a situação da pandemia e práticas na rotina para mitigar os efeitos da situação quanto ao COVID-19.

Buffon *et al.* (2023), obteve 162 respostas que apontavam que mais da metade dos profissionais eram mulheres acima de 30 anos que viviam em ambiente familiar com seus cônjuges, onde mais da metade não possuía filhos e, apesar da situação instaurada, permaneceram em seus lares. Quanto às questões profissionais, a maior parte dos profissionais de saúde atuou desde o início da pandemia e já possuía experiência superior a dez anos. No entanto, o dado que chama a atenção é que o maior número de profissionais que responderam

à pesquisa atuava em UTI e mais de 50% dos entrevistados apontaram que realizaram mudança de setor.

Complementando a estatística, os últimos dados apontam que os profissionais não moravam com pessoas em critério de risco, porém mais de 70% precisou se retirar temporariamente de suas atribuições por suspeita de contágio. Apenas metade do grupo total de participantes contraiu COVID-19, mas mais de 60% deles perderam amigos ou colegas de profissão. A informação a destacar é que mais de 75% dos profissionais não contavam com nenhum tipo de suporte emocional, e que, após a pandemia, esse número cresceu. Diante dos fatos, pode-se constatar que as primeiras evidências de prejuízos atribuídos aos profissionais de saúde atuantes contra a COVID-19 foi a opção pelo remanejamento de área, fato que pode ter ocorrido devido à incerteza e insegurança. Pois, mesmo sendo a grande maioria profissionais experientes, lidar com uma situação de calamidade é um fator extremamente estressor (Buffon *et al.*, 2023).

Adicionado a isso, a perda de pessoas que faziam parte do convívio social desses indivíduos acarreta um elevado comprometimento emocional. Um dado positivo e benéfico foi a percepção do indivíduo – provavelmente por reconhecer suas limitações em alcançar o equilíbrio emocional e a importância do cuidado com sua saúde mental – em buscar apoio emocional através da psicoterapia e da medicina psiquiátrica, podendo envolver medicamentos psicotrópicos (Buffon *et al.*, 2023).

Sob o olhar de Frota *et al.* (2021), seus estudos foram mais reduzidos, em termos quantitativos na coleta de dados quanto à vertente da Atenção Básica de Saúde, porém bastante consideráveis para uma análise simplificada de como os profissionais que também atuam nas UBS estão sujeitos a desenvolver a Síndrome de Burnout. Dentro do perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa, notou-se que grande parte dos profissionais executava atividades físicas, sendo mais de 50% com frequência igual ou superior a 3 vezes por semana. Um dado excelente, tendo em vista os benefícios da prática esportiva, pois colaboram na liberação de hormônios da felicidade, gerando uma sensação de bem-estar e reduzindo sintomas que podem desencadear a Síndrome de Burnout.

Neste caso, Frota *et al.* (2021) demonstrou valores bem desfavoráveis quanto às tomadas de decisão, com um dado expressivo superior a 60%, o que exige do profissional uma alta capacidade de energia e um controle emocional excessivo para que suas ações sejam assertivas, eficazes e bem-sucedidas. O segundo destaque de sua análise se restringe às questões de apoio social, que apresentou um nível elevado próximo a 70%. Isso demonstra que as relações interpessoais são prejudicadas, onde provavelmente não exista um vínculo social no ambiente

de trabalho amigável, tornando o local conflituoso e possivelmente tóxico, prejudicando a boa execução das tarefas e a dificuldade de união entre a equipe. Apesar de um quantitativo reduzido de participantes, o aprofundamento da pesquisa, a fim de aprimorar os dados e ampliar o conhecimento, permitirá compreender melhor como os fatores estressores no ambiente de trabalho podem favorecer o esgotamento, descontentamento e, conseqüentemente, a perda de interesse e do significado do trabalho, o que pode ser prejudicial tanto para a saúde do profissional quanto para a saúde das organizações como um todo.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este trabalho ressalta a prevalência significativa da síndrome de burnout entre os profissionais de saúde, em especial, os enfermeiros e técnicos de enfermagem. Fatores como alta carga horária, exigências de conhecimento técnico e a ausência de apoio institucional contribuem para o esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização pessoal. Além disso, a incidência de burnout é alta entre mulheres, profissionais com menos experiência e aqueles que não praticam atividades de autocuidado, como exercícios físicos.

Os estudos apontam uma alta prevalência de burnout entre profissionais que atuam em UTIs, com uma incidência maior entre mulheres e aqueles que trabalham em turnos noturnos. A sobrecarga de trabalho e a falta de suporte emocional são fatores fundamentais para o desenvolvimento da síndrome, que foram agravados na pandemia de COVID-19. Nessa perspectiva, as limitações do estudo incluem amostras restritas, ausência de dados longitudinais e foco em médicos e enfermeiros, excluindo outros profissionais, que permitiriam uma análise mais aprofundada da progressão do burnout ao longo do tempo.

Além disso, pesquisas futuras poderiam explorar intervenções específicas com o objetivo de reduzir o estresse ocupacional e melhorar o suporte institucional. Aliado a isso, seria importante investigar o impacto de fatores culturais e organizacionais na prevalência deste transtorno. Outrossim, faz-se necessário examinar de que forma diferentes estratégias de enfrentamento podem ser otimizadas para melhor atender às necessidades dos profissionais de saúde. Para tanto, urge o desenvolvimento de estratégias mais eficazes para prevenir e tratar o burnout, melhorando a saúde dos profissionais e a qualidade do atendimento prestado.

#### **REFERÊNCIAS**

ALVARES, M. E. M. *et al.* Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. **Rev Bras Ter Intensiva**. v. 32, n. 2, p. 251-260, 2020.

BUFFON, V. A. *et al.* Prevalência da síndrome de burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. **BioSCIENCE**. v. 81, n. 2, p. 10-16, 2023.

CASTRO, C. S. A. A. *et al.* Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. *Rev Bras Ter Intensiva*. v. 32, n. 3, p. 381-390, 2020.

FROTA, S. C. M. *et al.* Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes na atenção básica: um estudo transversal. **Rev Pesqui Fisioter**. v. 11, n. 1, p. 32-39, 2021.

MEDEIROS, A. I. C. DE M. *et al.* Prevalence of burnout among healthcare workers in six public referral hospitals in northeastern Brazil during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. **São Paulo Med**. v. 140, n. 4, p. 553-558, 2022.

MUNHOZ, O. L. *et al.* Estresse ocupacional e burnout em profissionais de saúde de unidades de perioperatório. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. 1-7, 2020.

PEREIRA, S. DE S. *et al.* Intervening variables of burnout in health professionals of emergency services. **Texto & Contexto Enfermagem**. v. 30, p. 1-15, 2021.

RAMOS, C. E. B. *et al.* Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **Rev. bras. ciênc. saúde**. v. 23, n. 3, p. 285-296, 2019.

RIBEIRO, E. K. DO A. *et al.* Influence of burnout syndrome on the quality of life of nursing professionals: quantitative study. **Rev Bras Enferm**. v. 74, n. 3, p. 1-7, 2021.

SAURA, A. P. N. S. *et al.* Factors associated with burnout in a multidisciplinary team of an oncology hospital. **Rev Esc Enferm USP**. v. 56, p. 1-10, 2022.

TIBOLA, A. J. *et al.* Síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, p. 162-173, 2023.

TOMAZ, H. C. *et al.* Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, n. 1, p. 1-15, 2020.