



DOI: <https://doi.org/10.58871/consames.v1.11>

**A MULTIFATORIALIDADE DA SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS
DA SAÚDE**

**THE MULTIFACTORIAL NATURE OF BURNOUT SYNDROME IN HEALTH
PROFESSIONALS**

GEOVANNA GABRYELE DOS SANTOS SILVA

Acadêmica de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

MANOELE DE FATIMA DA SILVA AMARAL

Acadêmica de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

ANA CAROLINA XAVIER DA SILVA

Acadêmica de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

STEACY LINO BRANDER DE OLIVEIRA RODRIGUES

Acadêmica de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

STHEFANY ALBUQUERQUE DIAS

Acadêmica de Fonoaudiologia, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

AKAWANY VITORIA PEREIRA DA SILVA

Acadêmica de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

JULYANNE BESERRA GONÇALVES

Acadêmica de Enfermagem, Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)

CLÉRIO MOUSINHO DE LIMA JÚNIOR

Acadêmico de Psicologia, Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA)

LAYLA KATHARINE DE FREITAS FERREIRA SANTANA

Doutoranda de Ciência do Envelhecimento, University of South Florida (USF-Tampa USA)

MARIA DE FÁTIMA FERRÃO CASTELO BRANCO

Professora Efetiva do Departamento de Terapia Ocupacional na Universidade Federal de Pernambuco

RESUMO

Objetivo: Enfatizar a origem multifatorial e ocupacional da Síndrome de Burnout nos Profissionais da Saúde. **Metodologia:** O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que consistiu na busca através dos Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, bem como das bases de dados: Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO) e na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Foram utilizados para realizar a pesquisa os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Burnout”; “Profissionais da Saúde”;



unidos entre si, por meio do operador booleano “AND”, assim como "Saúde Mental" AND "Saúde do Trabalhador"; e "Terapia Ocupacional" AND "Saúde do Trabalhador". **Resultados e Discussão:** A Síndrome de Burnout é associada ao estresse ocupacional, mas também se relaciona com outros fatores, como o ambiente laboral, a profissão desempenhada, as horas de trabalho, o tempo de lazer, o tempo de descanso, a alimentação, sendo então multifatorial com relação direta entre a esfera do trabalho e do pessoal, uma vez que as questões do trabalho possivelmente repercutem na vida pessoal. Na percepção ocupacional o burnout pode ser descrito como o desequilíbrio entre as ocupações do sujeito. **Considerações Finais:** Existe uma lacuna referente à percepção ocupacional sobre o Burnout, porém a multifatorialidade se mostrou amplamente difundida na literatura, assim a Síndrome de Burnout é compreendida como algo complexo que engloba os mais amplos aspectos da vida de um indivíduo.

Palavras-chave: Saúde mental; Profissionais da saúde; Qualidade de vida.

ABSTRACT

Objective: To emphasize the multifactorial and occupational origin of Burnout Syndrome in Health Professionals. **Methodology:** This study is an integrative literature review, which consisted of a search through the Brazilian Occupational Therapy Notebooks, as well as the databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO) and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS). The Health Sciences Descriptors (DeCS): “Burnout”; “Health Professionals”; were used to conduct the research, linked together by the boolean operator “AND”, as well as “Mental Health” AND “Worker’s Health”; and “Occupational Therapy” AND “Worker’s Health”. **Results and Discussion:** Burnout Syndrome is associated with occupational stress, but it also relates to other factors, such as the work environment, the profession performed, working hours, leisure time, rest time, diet, thus being multifactorial with a direct relationship between the work and personal sphere, since work issues possibly reverberate in personal life. In occupational perception, burnout can be described as an imbalance between the subject’s occupations. **Final Considerations:** There is a gap regarding the occupational perception about Burnout, however, the multifactoriality has been widely spread in the literature, thus Burnout Syndrome is understood as something complex that encompasses the broadest aspects of an individual’s life.

Keywords: Mental health; Health professionals; Quality of life.

1. INTRODUÇÃO

Segundo o Ministério da Saúde (2023) a Síndrome de Burnout (SB) remete à exaustão emocional e física, devido ao excesso de trabalho, sendo conhecida também como Síndrome do Esgotamento Profissional. Observa-se que os agentes estressores são frequentes no cotidiano do trabalho, perturbando o equilíbrio corporal, por meio de tensões físicas, emocionais e cognitivas, repercutindo nas atividades laborais do sujeito (Souza; Helal; Paiva, 2019). Nesse cenário, os profissionais da área da saúde, devido ao seu contexto desafiador e cansativo, se mostram como um dos públicos propensos à manifestação clínica do burnout (Montandon, Pereira & Savassi, 2022).

Desse modo, evidencia-se que a persistência do estresse ocupacional ocasiona danos à esfera biopsicossocial desses trabalhadores (Jarruche; Mucci, 2021), repercutindo nas



diferentes áreas ocupacionais desses profissionais, uma vez que o seu bem-estar é comprometido, podendo repercutir no seu desempenho em âmbito profissional e pessoal (Bruno *et al.* 2021).

Com essa perspectiva, as ocupações humanas estão presentes na complexidade dessa síndrome, uma vez que o estresse ocupacional repercute nessas ocupações, sendo as ocupações citadas por Gomes, Teixeira e Ribeiro (2021) sendo: atividades de vida diária, atividades de vida diária instrumental, gestão de saúde, descanso e sono, educação, trabalho, brincar/ jogar, lazer, participação social.

O diagnóstico e o tratamento do Burnout podem ser desafiadores devido aos fatores pessoais e de trabalho influenciarem no modo como a pessoa reage e se percebe em meio às adversidades (Souza; Helal; Paiva, 2019). De acordo com Jarruche e Mucci (2021) se faz como necessário investigar as origens do Burnout, compreendendo que trabalhar os aspectos psicológicos individuais do sujeito não é suficiente para a atenção desses profissionais, uma vez que essa problemática sobrepuja muitas outras, como o ambiente e a organização laboral, cabendo à busca pela compreensão desses múltiplos fenômenos e condições inerentes a cada caso.

Assim, os prejuízos no desempenho ocupacional causados pelo esgotamento estão ligados à sua origem complexa, relacionada tanto ao ambiente laboral como ao indivíduo, e à complexidade do diagnóstico (Montandon *et al.*, 2022). Neste contexto, o propósito deste estudo é enfatizar a origem multifatorial e ocupacional da Síndrome de Burnout nos Profissionais da Saúde, por meio de uma revisão bibliográfica que, ao ajudar a identificar os fatores que contribuem para o desenvolvimento do quadro clínico da SB, pode enriquecer pesquisas futuras sobre abordagens dessa questão.

2. METODOLOGIA

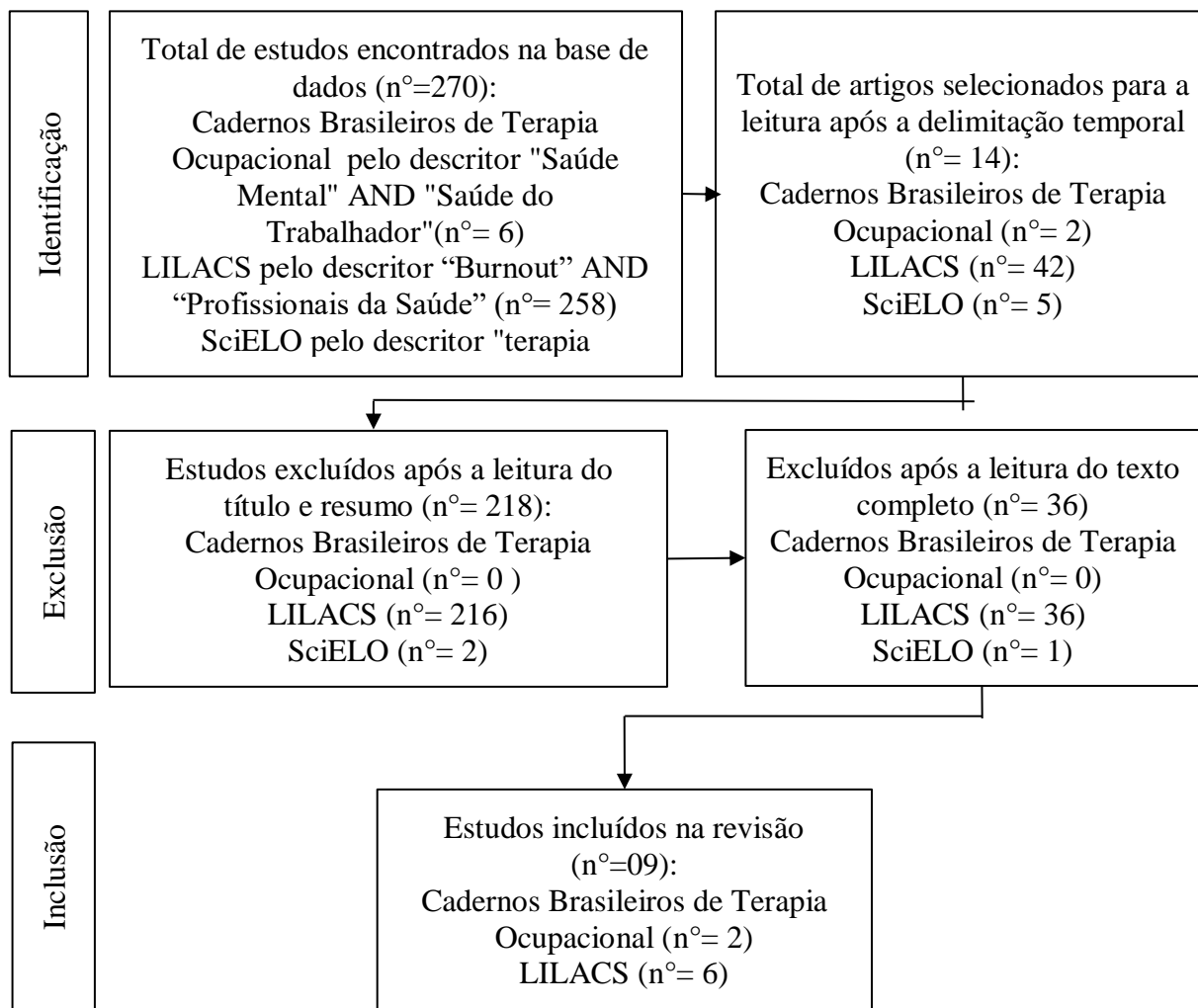
O presente estudo se trata de uma revisão de literatura que buscou responder a seguinte pergunta norteadora: “Quais os impactos ocupacionais da Síndrome de Burnout nos profissionais da saúde?”. A partir dela, foi realizada uma busca nas seguintes bases de dados: Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO) e na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), usando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Burnout”; “Profissionais da Saúde”; unidos entre si, por meio do operador booleano “AND”, assim como "Saúde Mental" AND "Saúde do Trabalhador"; e "Terapia Ocupacional" AND "Saúde do Trabalhador".

Foram localizados 258 artigos na LILACS, 18 artigos na SciELO e 6 artigos nos



Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. Estes artigos foram avaliados conforme critérios de inclusão, tais como ser um artigo publicado nos últimos cinco anos (2019-2024), estar redigido em língua portuguesa e possuir diferentes desenhos metodológicos. Foram excluídos resumos, monografias, teses e dissertações, além de artigos cujos objetivos não eram considerados pertinentes para a temática. Após essa triagem, nove artigos foram selecionados para compor esta revisão.

Figura 1: Fluxograma do processo de inclusão e exclusão de artigos para este estudo.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2024).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, os artigos selecionados para esta revisão foram apresentados em formato de tabela, por ordem alfabética, contendo: autores e ano de produção, tipos das produções, base de dados e o objetivo central de cada estudo.

Tabela 1: Informações dos artigos selecionados para a revisão.

Autores e ano	Tipos das	Base de	Objetivo central
---------------	-----------	---------	------------------



de produção	produções	dados	
Bruno et al. (2021)	Artigo de Estudo transversal	LILACS	Analisa os elementos que influenciam o bem-estar subjetivo em profissionais que atuam na Atenção Primária à Saúde.
Costa; Borsa & Damásio (2020)	Artigo de Estudo Correlacional	LILACS	Explorar a conexão entre características sociodemográficas, traços de personalidade conforme o modelo dos Cinco Grandes Fatores e o desfecho da síndrome.
Geraldi et al. (2022)	Artigo Original	SciELO	Identificar as habilidades profissionais necessárias para cuidar da saúde dos trabalhadores no ambiente da Atenção Primária à Saúde (APS).
Jarruche & Mucci (2021)	Artigo de Revisão Integrativa	LILACS	Foi conduzida uma revisão integrativa da literatura focada no campo de pesquisas brasileiras sobre o tema, com a seleção de 35 artigos publicados entre 2014 e 2019.
Julio et al. (2022)	Artigo Original	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	Analisar a frequência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde.
Montandon et al. (2022)	Artigo de Revisão Narrativa da Literatura	LILACS	Revisar a literatura na busca por publicações relacionadas à síndrome de burnout em médicos da atenção primária à saúde e analisá-las, sistematizando as áreas de interesse.
Muniz et al. (2023)	Artigo de Revisão Integrativa	LILACS	Explorar com base nas evidências da literatura os níveis de estresse e fatores correlacionados em profissionais de saúde que trabalham na Atenção Primária à Saúde.
Rodrigues (2023)	Artigo de Reflexão/	SciELO	Aborda as potenciais intervenções da terapia ocupacional no contexto do trabalho durante a



	Ensaio		pandemia, e também destaca os desafios e perspectivas para atuações após esse período.
Rohwedder et al. (2023)	Artigo de Estudo de Transversal	LILACS	Investigar a incidência de comportamentos ofensivos no ambiente de trabalho, suas características e relação com o sexo, níveis de estresse, burnout e depressão em trabalhadores da área da saúde.
Souza, Helal & Paiva (2019)	Artigo Original	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	Analisar o fenômeno do burnout investigando a realização profissional, exaustão emocional e despersonalização no ambiente de trabalho de jovens profissionais.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2024).

O levantamento realizado por Damásio, Borsa e Costa (2020) aponta a importância da carga horária laboral como um elemento influente no surgimento do Burnout. Foi salientado pelos autores que a incidência de problemas de saúde relacionados ao trabalho é quase inevitável em locais que demandam longas jornadas e que a gestão não se preocupa em mitigar os impactos negativos na qualidade de vida dos empregados.

Seguindo essa linha de raciocínio, Jarruche e Mucci (2021) destacam que a exaustão profissional está intimamente associada ao estresse no trabalho, o qual, semelhante ao estresse convencional, tem como fator central o ambiente profissional, configurando-se quando o trabalhador não consegue lidar com os desencadeadores. Dessa maneira, com base nas circunstâncias, a capacidade de adaptação é comprometida, resultando na deterioração ou esgotamento do organismo.

A sobrecarga associada à falta de autonomia aumenta o risco de burnout, pois quando o sujeito não consegue expressar os sentimentos causados pelo sofrimento no trabalho, acaba reprimindo-os, resultando no processo de "desgaste". Esse cenário propicia o surgimento de sintomas como depressão e ansiedade, bem como a ocorrência de outros distúrbios mentais, impactando negativamente na qualidade de vida do indivíduo (Jarruche; Mucci, 2021). Julio *et al.* (2022) complementa essa perspectiva ao destacar que os altos índices de depressão entre os profissionais de saúde estão relacionados às condições de trabalho desses colaboradores, incluindo a estrutura física precária do ambiente, a carga excessiva de trabalho e a ausência de suporte social e emocional.



Os desgastes enfrentados pelos profissionais variam de acordo com cada categoria, influenciados pela capacidade individual de resiliência, sendo mais comuns casos de ansiedade e depressão entre aqueles insatisfeitos com a profissão e os que consideram desistir dela (Julio *et al.*, 2021). A falta de satisfação no trabalho constitui um desafio significativo, afetando todos os participantes devido ao seu reflexo na performance do colaborador, urgindo um suporte psicológico para aprimorar suas habilidades de lidar com contextos de descontentamento e estresse emocional (Costa; Borsa; Damásio, 2020). Destacando-se a importância da intervenção da gestão no ambiente laboral como uma medida de promoção da saúde, englobando questões pessoais, ocupacionais e organizacionais (Jarruche; Mucci, 2021).

Sendo assim, a influência do ambiente de trabalho e das relações humanas entre os profissionais de saúde é um elemento chave que impacta diretamente na saúde mental e no bem-estar desses colaboradores. Conforme destacado por Muniz *et al.* (2023), a comunicação ineficaz entre os membros da equipe pode resultar em desalinhamento no serviço prestado, levando a níveis elevados de estresse e exaustão profissional.

Sob essa lógica, outro fator que contribui para esse ambiente se tornar hostil e degradante é a violência. Tal violência pode ser praticada tanto pela equipe médica quanto, principalmente, pelos pacientes, que, em estado de vulnerabilidade e diante de uma estrutura e investimento, limitados no sistema de saúde, acabam cometendo agressões físicas, psicológicas ou verbais contra o trabalhador (Rohwedder *et al.*, 2023).

Os estudos de Souza, Helal e Paiva (2019) e Costa, Borsa e Damásio (2020) destacam a importância das variáveis individuais na suscetibilidade à Síndrome de Burnout. Questões como gênero, idade, nível de escolaridade e estado civil podem induzir a manifestação dos sintomas característicos, tais como falta de energia, distúrbios do sono e oscilações de humor. Pessoas com maiores responsabilidades no trabalho e aquelas mais propensas ao estresse crônico tendem a apresentar maiores riscos de desenvolver essa síndrome, devido à sobrecarga e exaustão emocional relacionada às suas atividades profissionais.

O excesso de trabalho implica nas questões que permeiam o dia a dia laboral (Muniz *et al.*, 2023). Nesse contexto, evidencia-se a relevância do Terapeuta Ocupacional na prevenção e cuidado aos profissionais afetados pela Síndrome de Burnout, visto que este especialista incorpora em sua formação conhecimentos centrados nas ocupações humanas.

Dito isso, as descobertas de Geraldí *et al.* (2022) sobre as disciplinas nos programas de estudo de sete cursos no Brasil em 2021 permitiram uma análise específica em relação à formação em Terapia Ocupacional no país. Destaca-se a inclusão do ensino de diversos aspectos relacionados ao trabalho, bem como a interação entre esse âmbito e a vida pessoal, preparando



esses estudantes para a implementação de abordagens que visam promover a saúde integral do indivíduo. Isso significa considerar o contexto de vida da pessoa e preservar suas ocupações significativas.

Conforme abordado por Rodrigues (2023), o atual cenário de emergência em saúde pública, influenciado pelos impactos da pandemia e a persistente pressão sobre os leitos hospitalares, além das questões sociais, destacadamente a falta de proteção de direitos, ressalta a urgência de intervenções de saúde direcionadas à população do país, agravando a carga de trabalho dos profissionais. O foco nas capacidades e incapacidades laborais, juntamente com a participação no processo de reintegração ao trabalho, são elementos cruciais para a atuação do terapeuta ocupacional nesse cenário, colaborando com uma equipe interdisciplinar que envolve diversos atores, instituições, serviços e associações profissionais, a fim de ampliar as iniciativas e estabelecer uma rede de cuidados integrada para a saúde do trabalhador.

Compreende-se que a Síndrome de Burnout é um fenômeno complexo e multifatorial, como apontado por Bruno *et al.* (2021). Além dos aspectos individuais, como distúrbios de humor e transtornos emocionais, diversos elementos ambientais e organizacionais também desempenham papéis significativos para seu desenvolvimento. Assim, a noção da multiplicidade de fatores etiológicos desse quadro é essencial para a prevenção e o enfrentamento eficaz da Síndrome de Burnout.

A Síndrome de Burnout impacta de forma direta o bem-estar dos profissionais, afetando a prestação de cuidados de saúde e/ou os serviços realizados por esses profissionais, resultando em uma diminuição na qualidade, devido à dificuldade de se estabelecer uma conexão empática com o paciente (Bruno *et al.*, 2021). Assim, o entendimento da correlação entre o bem-estar dos profissionais e a qualidade da assistência é fundamental para abordar as ramificações do Burnout no setor da saúde e promover um ambiente laboral mais saudável e produtivo.

Contudo, no cenário atual persistem deficiências na abordagem da saúde do trabalhador. De acordo com Geraldi *et al.* (2022), há uma lacuna fundamental na preparação dos profissionais da área da saúde, resultando em uma educação subdesenvolvida nesse domínio e em suas competências específicas.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo focou especialmente na análise das condições e experiências dos profissionais da área da saúde, o que limita a generalização dos resultados para as realidades de outras classes de trabalhadores. No entanto, os achados demonstram a complexidade da Síndrome de Burnout, destacando aspectos importantes sobre os efeitos e interferências do



Burnout na qualidade de vida global, produtividade e assistência em saúde, podendo assim contribuir para incentivar a criação de políticas e intervenções que previnam o surgimento desse quadro ou amparem o profissional já afetado. Estimulando também, a continuidade desse debate em outros contextos, especialmente ao considerar as ocupações intrínsecas a todos os indivíduos. Ademais, observou-se a ausência de estudos voltados para a análise dos impactos de tal síndrome em ocupações significativas, ressaltando a necessidade de se realizar mais pesquisas do gênero.

REFERÊNCIAS

BRUNO, V. H. T.; BETETO, I. S.; HABIMORAD, P. H. L.; NUNES, H. R. C.; PATRÍCIO, K. P. Fatores associados ao bem-estar em profissionais da atenção primária. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [S. l.], v. 34, 2021. DOI:

10.5020/18061230.2021.11878. Disponível em:

<https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/11878>. Acesso em: 24 jun. 2024.

COSTA, V. H. L. B.; BORSA, J. C.; DAMÁSIO, B. F.. Relações entre Burnout, Traços de Personalidade e Variáveis Sociodemográficas em Trabalhadores Brasileiros. **Psico-USF**, v. 25, n. 3, p. 439–450, jul. 2020.

GERALDI, L. et al.. Competências profissionais para a atenção à saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 2, p. e071, 2022.

GOMES, D., TEIXEIRA, L., & RIBEIRO, J. (2021). Enquadramento da Prática da Terapia Ocupacional: Domínio & Processo 4ª Edição. Versão Portuguesa de Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process 4th Edition (AOTA - 2020). Politécnico de Leiria

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S.. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, v. 29, n. 1, p. 162–173, jan. 2021.

JULIO, R. de S.; LOURENÇÃO, L. G.; OLIVEIRA, S. M. de; FARIAS, D. H. R.; GAZETTA, C. E. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, [S. l.], v. 30, p. e2997, 2022. Disponível em:

<https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/2997>. Acesso em: 24 jun. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BRASIL). Síndrome de Burnout, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/b/burnout>. Acesso em: 24 jun. 2024.

MONTANDON, F. A. F.; PEREIRA, R. P. A.; SAVASSI, L. C. M. Análise da produção científica sobre a síndrome de burnout em médicos da atenção primária: uma revisão narrativa com busca sistematizada. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 44, p. 2937, 2022. DOI: 10.5712/rbmfc17(44)2937. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2937>. Acesso em: 24 jun. 2024.



MUNIZ, A. DOS S.; CUNHA, K. R. F.; NASCIMENTO, F. DA C.; MORIMITZU, I. V.; NETO, W. E. B.; FROTA, M. E. S.; MELO, J. O.; BARBOSA, N. S. Stress levels and related factors in primary care health professionals: an integrative review. **HSJ**, v. 13, n. 1, p. 26-34, 30 Mar. 2023.

RODRIGUES, D. DA S.. Terapia ocupacional e trabalho: desafios e perspectivas de uma prática emergente durante e após a pandemia da Covid-19. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 31, p. e3337, 2023.

ROHWEDDER, L. S. et al.. Asociación entre comportamientos ofensivos y riesgo de burnout y depresión en trabajadores de la salud. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, p. e3986, jan. 2023.

SOUZA, M. B. C. A. DE .; HELAL, D. H.; PAIVA, K. C. M. DE .. Análise descritiva das dimensões do burnout: um estudo com jovens trabalhadores. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 27, n. 4, p. 817–827, out. 2019.