

Como citar esse artigo:

Silva DO, Cruz WO, Arruda AL. PREDITORES RELACIONADOS AO DIAGNÓSTICO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS. Anais do 24º Simpósio de TCC do Centro Universitário ICESP. 2022(24); 464-473.

Dayza Oliveira Silva  
Weriton Oliveira Cruz  
Alaine Lima de Arruda

## Resumo

**Introdução:** A Síndrome de Burnout (SB) ou Síndrome do Trabalho Excessivo é caracterizada por uma experiência subjetiva constituída de cognições, emoções e atitudes inadequadas com relação ao trabalho, e com as pessoas de relacionamento diário. **Objetivo:** mostrar a importância do diagnóstico da Síndrome de Burnout no enfermeiro a partir dos diversos processos pelos quais esses profissionais são responsáveis. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, descritiva exploratória, por ser apropriada para descrever, discutir e analisar de forma ampla a literatura publicada sobre o tema, sob o ponto de vista teórico ou contextual sobre os preditores relacionados a Síndrome de Burnout em enfermeiros e seguiu cinco etapas. **Resultados:** Considerando os artigos estudados, a fim de atingir os objetivos propostos para a temática deste estudo, nesta seção foram abordados os seguintes tópicos: Síndrome de Burnout, onde foram definidas com abrangência a doença e as suas manifestações. Preditores que levam ao diagnóstico, tópico que centra o objetivo deste estudo, elaborando e expondo fatos que evidenciam as ações que influenciam para o aparecimento e manifestação da SB. E Síndrome de Burnout e as atividades ocupacionais dos enfermeiros. **Conclusão:** Por fim, este estudo evidencia a necessidade de os próprios profissionais de enfermagem se conscientizarem sobre a importância do autocuidado no ambiente de trabalho e do aprimoramento de uma política de atendimento à saúde do trabalhador, considerando as especificidades destes profissionais.

**Palavras-Chave:** 1. Síndrome de Burnout; 2. Enfermeiros; 3. Preditores; 4. diagnóstico; 5. esgotamento emocional; 6. estresse..

## Abstract

**Introduction:** Burnout Syndrome (SB) or Overwork Syndrome is characterized by a subjective experience consisting of inadequate cognitions, emotions and attitudes towards work, and with people in daily relationships. **Objective:** Show on the importance of diagnosing Burnout Syndrome in nurses based on the various processes for which these professionals are responsible. **Methodology:** The present study is an exploratory descriptive literature review, as it is appropriate to describe, discuss and broadly analyze the published literature on the subject, from a theoretical or contextual point of view on the predictors related to Down Syndrome. Burnout in nurses and followed five steps. **Results:** Considering the articles studied, in order to achieve the objectives proposed for the theme of this study in this section, the following topics were addressed: Burnout Syndrome, in which the disease and its manifestations were comprehensively defined. Predictors that lead to the diagnosis, which centers the objective of this study, elaborating and exposing facts that show the actions that influence the appearance and manifestation of BS. Burnout syndrome and nurses' occupational activities. **Conclusion:** Finally, this study highlights the need for nursing professionals themselves to become aware of the importance of self-care in the work environment and the improvement of a worker's health care policy, considering the specificities of these professionals.

**Keywords:** 1. Burnout syndrome; 2. nurses; 3. predictors; 4. diagnosis; 5. emotional exhaustion; 6. stress

**Contato:** eliaspresley2@icesp.edu.br

## Introdução

A Síndrome de Burnout (SB) ou Síndrome do Trabalho Excessivo é caracterizada por uma experiência subjetiva constituída de cognições, emoções e atitudes inadequadas com relação ao trabalho, e com as pessoas de relacionamento diário (BARBOSA *et al.*, 2017).

A SB é causada por diversos fatores e caracterizada por três componentes: a exaustão emocional, que se trata de esgotamento emocional, em que o profissional fica sem energia; a despersonalização, que está ligada a perda de interação tanto com o paciente quanto com colegas de trabalho, em que esses profissionais tendem a se isolar; e a ausência de realização profissional, que está relacionada ao sentimento de incompetência no trabalho, devido à falta de reconhecimento tanto dos seus colegas quanto do seu chefe. Destaca-se que a SB acomete com mais frequência trabalhadores com profissões que requerem muita responsabilidade e empenho (VASCONCELOS E MARTINO, 2017).

Ressalta-se resultados de pesquisas onde foram identificados indícios de Burnout em níveis diferentes em cerca de 40% dos profissionais estudados na Espanha, Portugal e Brasil, trazendo uma representação significativa de que a doença ultrapassa os limites demográficos (BORGES, 2021).

Vale reforçar que a Síndrome está diretamente ligada ao excesso de trabalho obtido através de uma carga de rotinas diárias realizadas pelo profissional, gerando um esgotamento físico e mental que no decorrer do tempo será porta de entrada para outras doenças (FERIGATO, 2021).

É inquestionável a presença da Síndrome de Burnout em todas as esferas profissionais da sociedade atual. Distribuída em áreas distintas, acomete todo e qualquer indivíduo a partir dos fatores que colaboram para o seu surgimento. Desse modo, é fundamental destacar o trabalho dos profissionais da enfermagem, que além de ser a categoria mais atingida por essa enfermidade também constitui o grupo de profissionais responsável por proporcionar formas de cuidado

aos pacientes no início do seu diagnóstico (LUZ *et al.*, 2021).

Além disso, o profissional enfermeiro é responsável por constituir os primeiros achados clínicos a partir da anamnese do paciente, identificando os fatores de risco e os fatores desencadeantes, elaborando um pré-diagnóstico relacionado ao Burnout e o encaminhando ao profissional responsável por comprovar o diagnóstico e desenvolver um plano de cuidados eficaz (CABRAL *et al.*, 2021).

À medida que a profissão de enfermagem se torna mais conhecida, entende-se cada vez mais a prática dos seus diversos agentes e as articulações existentes entre eles, bem como a organização da enfermagem com as demais práticas de saúde (TREZZA; FIGUEIREDO; LEITE, 2008).

Vale destacar que entre os principais fatores de risco que desencadeiam a síndrome de burnout nos enfermeiros, está a sobrecarga de trabalho imposta a eles que faz com que essa doença os atinja com maior incidência que a outros profissionais envolvidos na mesma área de atuação, juntamente com o estresse, esgotamento físico, depressão e interação social que se desenvolvem e crescem comprometendo cada vez mais a vida social e profissional desses indivíduos (BARROS; BARBOSA; SOARES, 2022).

O alto índice de incidência do Burnout em enfermeiros, se deu a partir da falta de cuidado do próprio profissional a frente do seu estado de saúde, acometendo mais as mulheres, já que, é o gênero predominante nessa profissão, e a realização pessoal como variável considerável nos resultados dos indivíduos estudados (SOARES *et al.*, 2022).

Cabe informar que na vivência dos trabalhadores, a falta de adaptação entre as necessidades advindas da estrutura mental e o conteúdo ergonômico da tarefa é traduzido por insatisfação, sofrimento, ou estado de ansiedade, raramente traduzidos em palavras e explicitadas pelo próprio trabalhador (BARROS; BARBOSA; SOARES, 2022).

A equipe de enfermagem, por sua própria natureza e características de seu trabalho, revela-se susceptível ao fenômeno do estresse ocupacional em decorrência da responsabilidade pela vida e a proximidade com os clientes para os quais o sofrimento é quase inevitável (MENECHINE; PAZ; LAUTERT, 2011).

Nesse sentido, exige-se destes profissionais dedicação no desempenho de suas

funções, o que aumenta a possibilidade de ocorrência de desgastes emocionais e altos níveis de estresse, tornando-os vulneráveis à cronificação do estresse ocupacional que determina a Síndrome de Burnout (LORENZ; BENATI; SABINO, 2010)

Portanto, este trabalho tem por objetivo mostrar a importância do diagnóstico da Síndrome de Burnout no enfermeiro a partir dos diversos processos pelos quais esses profissionais são responsáveis, definindo aspectos interligados ao desenvolvimento da Síndrome em profissionais de enfermagem e tratamentos adequados.

## Metodologia

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura, narrativa, exploratória, visto que esta é apropriada para descrever, discutir e analisar de forma ampla a literatura publicada sobre o tema, do ponto de vista teórico ou contextual. Neste sentido, a revisão buscou levantar os preditores relacionados a Síndrome de Burnout em enfermeiros.

O presente estudo foi dividido em cinco etapas descritas a seguir:

Primeira etapa: Foram utilizados os critérios de inclusão e exclusão de artigos, onde foram utilizadas as publicações que retratam o tema: preditores relacionados ao diagnóstico da Síndrome de Burnout em Enfermeiros. Foi realizada também uma pré-seleção de artigos com texto completo em língua portuguesa e após a seleção foram utilizados na pesquisa aqueles que retratam o tema.

Segunda etapa: seleção e revisão dos artigos encontrados em bancos de dados como Biblioteca Virtual da saúde (BVS), Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS), Bibliográficos Especializada na Área de Enfermagem do Brasil (BDENF), Bireme, e na SciELO- Cientific Eletronic Library Online, livros relacionados, Leis e Estatutos, dos últimos 15 anos. Foi realizada uma busca por artigos de modo a elaborar uma revisão de literatura de caráter descritivo e exploratório, onde foram selecionados 47 artigos, destes, 36 foram utilizados para realização deste estudo.

Terceira etapa: Seguiu todos os critérios éticos conforme as normas, artigos que atenderam aos critérios de inclusão preestabelecidos. Posteriormente, foi feita análise qualitativa e a leitura analítica do trabalho para concluir a pesquisa. Além disso, foi realizada uma análise criteriosa dos artigos por se tratar de uma revisão de literatura. Ressalta-se que também foi considerada a importância da preservação da

ideia do autor. Os critérios de exclusão foram os artigos que não abordam o tema e que não foram publicados no período definido.

Quarta etapa: Após leitura e análise dos artigos, foi elaborada a revisão da literatura e discussão sobre os preditores relacionados ao diagnóstico da Síndrome de Burnout em Enfermeiros e analisadas as bases de dados, selecionando o marco teórico para serem aprofundadas a frente da metodologia.

Quinta etapa: O presente estudo foi desenvolvido no período de março de 2022 a novembro de 2022 e seguiu as normas do NIP (Núcleo Interdisciplinar de Pesquisa) do Centro Universitário de Brasília e da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

### Referencial teórico

Considerando os artigos estudados, a fim de atingir os objetivos propostos para a temática deste estudo nesta seção foram abordados os seguintes tópicos:

1. Síndrome de Burnout, em que foi definido com abrangência a doença e as suas manifestações.
2. Preditores que levam ao diagnóstico, o qual centra o objetivo deste estudo, elaborando e expondo fatos que evidenciam as ações que influenciam para o aparecimento e manifestação da SB.
3. Síndrome de Burnout e as atividades ocupacionais dos enfermeiros, em que discorre sobre a profissão de enfermagem, fazendo um aparato histórico sobre a sua importância e a sua relação com a Síndrome de Burnout.

Entretanto, além do dever de cuidado dos filhos para com os seus pais idosos regulamentado por lei, há também o dever moral e afetivo, que não tem sido respeitado, gerando os transtornos psíquicos e agravamento de doenças (BERTOLIN; VIECILI, 2014).

### Síndrome de Burnout (SB)

A Síndrome de Burnout tem sido relacionada a muitos sintomas, trazendo consequências danosas aos seus portadores. Isto pode ser atribuído às diferentes respostas das pessoas para com o Burnout, que devido à ambiguidade deste conceito, pode se manifestar como sofrimento psíquico, queixas somáticas, alcoolismo e abuso de drogas (FERNANDES *et al.*, 2021).

Em casos mais avançados, o corpo e mente podem apresentar sintomas mais graves, tais como: cansaço excessivo tanto físico quanto mental, dores contínuas de cabeça, alterações no apetite, insônia, falta de concentração, sentimentos emocionais de fracasso, insegurança, falta de otimismo, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares, entre outros indícios (SILVA *et al.*, 2014).

O Burnout vem sendo estudado há muitos anos, foi o médico psicanalista Herbert Freudenberger, que em 1974 a descreveu como um fenômeno de sentimento de fracasso e exaustão, causado por um excessivo desgaste de energia (MARQUES JÚNIOR *et al.*, 2018).

A partir dos seus estudos era possível perceber que os indivíduos envolvidos portavam os mesmos sintomas e centravam sempre ter boas intenções na elaboração do seu trabalho diário, fomentando ainda mais a atenção nas suas atividades (ROSA, E CARLOTT, 2005).

O que tem surgido na maioria das investigações é a definição de Burnout como um fenômeno psicossocial que ocorre como uma resposta crônica aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho. "Burnout não é um problema do indivíduo, mas do ambiente social no qual ele trabalha" (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Durante as diversas mudanças sociais decorrentes na nossa sociedade o estresse sempre esteve presente, já que é algo natural do nosso corpo e na maioria das vezes ligado as atividades do dia a dia. Partindo desse pressuposto o trabalho sempre esteve entrelaçado com esses paradigmas de descarga de energia, sendo ele uma forma de saciação humana para alcançar os seus objetivos forjando em si uma linha tênue de conquistas a serem alcançadas (CARLOTTO *et al.*, 2013).

A grande problemática acontece quando o estresse interrompe as atividades diárias do ambiente de trabalho causando ainda mais desconforto físico e emocional, uma vez que o Burnout afeta qualquer tipo de trabalhador que necessite de uma atenção centrada e focada em resultados produtivos (SILVA *et al.*, 2014).

Para diagnosticar a síndrome de burnout, o profissional de saúde, que pode ser um terapeuta ou psiquiatra, geralmente identifica os três principais sintomas (exaustão, menor identificação com o trabalho e sensação da redução de capacidade profissional) e procura saber se estão relacionados ao trabalho (RIBEIRO; ROCHA, 2018).

A partir de diversos estudos observacionais foi possível compreender que a Síndrome não se tratava apenas de um estresse passageiro, mas de uma enfermidade de interesse público, pois, já era possível notar uma grande parcela de pessoas acometidas. O conceito mais aceito atualmente é que a síndrome é uma reação à tensão emocional crônica, principalmente quando o trabalho desse profissional está relacionado com o contato direto com pessoas, fazendo com que haja uma exaustão emocional muito grande, desencadeando um esgotamento insaciável, gerando a síndrome (CARLLOTO; CÂMARA, 2008).

O Ministério da Saúde lista os principais sintomas da Síndrome de Burnout: cansaço excessivo, físico e mental; cefaleia frequente; alterações no apetite; insônia; dificuldades de concentração; sentimentos de fracasso e insegurança; negatividade constante; sentimentos de derrota e desesperança; sentimentos de incompetência; alterações repentinas de humor; isolamento; fadiga; pressão alta; dores musculares; problemas gastrointestinais; alteração nos batimentos cardíacos (BRASIL, 2001).

Partindo desses pressupostos a Organização Mundial da Saúde (OMS), no ano de 2022 classificou a Síndrome como uma doença ocupacional, ou seja, uma enfermidade ocasionada a partir do exercício do trabalho em determinada atividade. Seria essa uma última definição dada a doença, obviamente ao ganhar essa classificação a mesma começa a ter uma atenção médica e conseqüentemente abre um leque muito grande para se prevenir e evitar o acometimento em mais pessoas (SILVA *et al.*, 2014).

O estresse que provoca a síndrome pode estar diretamente relacionado ao seu trabalho, mas outros traços de personalidade ou estilo de vida podem contribuir. Perfeccionismo e pessimismo, por exemplo, podem agravar o quadro. Além disso, a maioria das pessoas no Brasil passa a maior parte do tempo trabalhando. Se esse é o seu caso e, ainda por cima, você não gosta do que faz, seu trabalho pode acabar custando muito caro para a sua saúde (RIBEIRO; ROCHA, 2018).

Assim, é importante perceber que o Burnout é derivado de estresse, mas que não se fixa isoladamente a isso. Entender as diversas relações que desencadeiam a síndrome é essencial para se propor um cuidado frente às inúmeras situações presentes no dia a dia, garantindo a saúde e mantendo uma boa efetivação das atividades exercidas pelo trabalhador (ANDOLHE *et al.*, 2021).

## Preditores que levam ao diagnóstico de SB

Os preditores associados à Síndrome de Burnout estão diretamente inseridos no dia a dia do profissional enfermeiro, fazendo com que esses fatores passem despercebidos, dificultando o seu pré-diagnóstico. Ainda que os sintomas sejam tão acentuados para os profissionais de saúde, a invisibilidade desse fator está associada a um processo divisor de conflitos internos e externos diretamente relacionados à profissão (VIDOTTI *et al.*, 2018).

Diante disso, é notória a ausência dos enfermeiros em garantir o seu próprio cuidado decorrente do estresse exorbitante presente no seu ambiente de trabalho (SILVA; GUERRA; PESSINI, 2014). Desse modo os diversos antecessores ligados a Síndrome de Burnout vão se enraizando e ganhando cada vez mais força na forma de estresse ocupacional, podendo se manter inativa por muitos anos, tornando o indivíduo exaurido, para só depois realmente se tornar o transtorno em toda a sua problemática (ESTEVES; LEÃO; ALVES, 2019).

O profissional enfermeiro tem sobre si demandas que requerem autonomia e responsabilidade, competindo-lhe funções como, planejar, organizar, coordenar e executar os serviços assistenciais de enfermagem. Doenças relacionadas ao ambiente de trabalho, como é o caso da Síndrome de Burnout, influenciam diretamente na qualidade do serviço prestado e na enfermagem isso pode significar riscos graves aos clientes/pacientes, já que lidam diretamente com a vida (RIBEIRO; ROCHA, 2018).

Concomitante a este cenário, unem-se características da própria organização trabalhista, como atendimentos realizados com tempo limitado, a urgência de atendimento, em alguns casos, falta de privacidade e barulho em muitas das unidades, conflitos em relação às escalas, cobrança de chefes/superiores, dentre outros (DE ANDRADE *et al.*, 2020).

Nesse contexto, saber controlar corpo e mente a fim de evitar o estresse laboral interligado a jornada de trabalho exaustiva, baixa remuneração, conflitos com colegas, complexidade dos procedimentos, vivências com dor, tristeza e morte de pacientes, falta de recursos pessoais e materiais, aos quais devem ser bem administrados com intuito de preservar a sua própria saúde, evitando que com o passar do tempo possa desencadear a Síndrome de Burnout, assim como outros transtornos mentais (VASCONCELOS; MARTINO, 2017).

As diversas transformações sociais influenciam diretamente na vida do profissional enfermeiro, as evoluções que permeiam nossos arredores trazem novos desafios a serem superados, e saber “matar um leão” a cada dia se torna um desafio ainda maior para uma equipe rodeada de inúmeras outras preocupações. É necessário compreender o novo e buscar inovações que beneficiem a classe desses profissionais proporcionando mudanças significativas e reais (REICHEMBACH; PONTES, 2020).

As atividades de trabalho e as exigências do profissional de enfermagem, a priori podem prejudicar sua saúde mental em nível individual e constituem um grupo propenso ao esgotamento por ser uma ocupação que exige contato próximo com pacientes e familiares, o que exige investimento de tempo, mas que muitas vezes ocorre em condições de trabalho fisicamente deficientes (TEIXEIRA, 2021).

Muitas vezes este profissional possui jornada de trabalho dupla ou tripla, fazendo proveito da escala 12x36 a fim de obter renda extra que lhe garanta o mantimento de seus compromissos financeiros, já que a renda que este recebe, não supre tais necessidades. Dessa forma, isso acaba sendo fator negativo e consequentemente um preditor para o acometimento da SB (BALDOINO; SANTOS, 2020).

Sob essa perspectiva, diversos estudos têm demonstrado que a idade do profissional, bem como os anos de serviço, são importantes preditores do desenvolvimento da SB. Uma experiência profissional insuficiente e a falta de controle técnico sobre as funções correspondem a déficits emocionais, resultando em enfermeiros enfrentando inúmeros e múltiplos estressores em suas atividades profissionais, além disso, os enfermeiros vivenciam mudanças nas relações familiares que reduzem sua satisfação no trabalho e os levam a um aumento do fluxo e término de sua carreira (BORGES E SOUSA, 2021).

Em síntese, a enfermagem vem sendo motivo de alerta, devido ao alto nível de exposição a fatores de risco, relacionados ao acometimento da Síndrome de Burnout, já que a forma de atividade laboral favorece o adoecimento profissional, seja psíquico, físico ou emocional. Deixando evidente que, a manutenção da qualidade de vida no ambiente de trabalho, é imprescindível para que se tenha um bom desempenho da saúde no aspecto profissional (VIEIRA, 2014).

## **Síndrome de Burnout e as atividades ocupacionais do enfermeiro**

A profissão de enfermagem desde o princípio enfrenta grandes desafios, por ser uma profissão marginalizada nos seus primórdios, chegou a ser considerada castigo para aqueles que nasceram com a “vocação” do cuidado. Atualmente, mais de 150 anos depois da implantação da profissão, o profissional enfermeiro vem tentando se firmar na sua área de atuação, sem contar com apoio e compreensão de outros profissionais e não é à toa que foi classificada pela Health Education Authority, como a quarta profissão mais estressante no setor público (GASPARINDO, DE BRITO, 2015).

Em comparação com outros profissionais de saúde e até mesmo outras profissões, a enfermagem é uma das profissões mais sobrecarregadas, em consequência disso, se torna mais desgastante. Sempre trabalhando para garantir o bem-estar do paciente, orientar e prestar assistência eficaz, bem como administrar medicamentos, além de ser o principal elo de comunicação entre o paciente e a sua família e com outros profissionais de saúde, ou seja, fazem muito além do que dispõe o cargo para prestar uma assistência de qualidade, muitas vezes se excedendo em muitas horas extras resultando num cansaço extremo (GASPARINO; DE BRITO, 2015).

A Enfermagem concentra sua área de prestação de serviços em ambientes considerados desgastantes, os profissionais de saúde durante a execução das suas funções são responsáveis pela vida ou morte das pessoas e por isso eles próprios podem sofrer consequências na sua saúde derivadas desta exposição (BAMONDE *et al.*, 2020).

Observando a prática, a presença de risco ocupacional no desempenho das atividades laborais do profissional de enfermagem apresenta uma visibilidade multifatorial, devido à diversidade dos fatores de risco a que estão expostos, dependendo da atividade realizada. Nessa vertente, verifica-se a importância da análise destes riscos para os profissionais (DUARTE, 2010).

A avaliação de riscos não é uma atividade estática, e deve ser uma ação dinâmica e contínua, acompanhando as modificações das condições de trabalho. Mas podemos observar fatores de risco que se alinham em todos os setores de atuação, como, padrão de sono prejudicado, insatisfação salarial, relações interpessoais em desequilíbrio e a carga horária de trabalho excessiva (SIMÕES *et al.*, 2022).

Diante disso, podemos citar que os elementos que desencadeiam doenças como a SB, influenciam diretamente no comportamento pessoal e profissional e conseqüentemente afeta a qualidade do serviço prestado (MACIEL; GONÇALVES, 2020).

O local de trabalho é o ambiente propício para a evolução do quadro de estresse de qualquer indivíduo, pois esse ambiente é composto por tensão laboral ocasionada por inúmeras situações do cotidiano, que irão se repetir por inúmeras vezes, fazendo com que o trabalhador encare o estresse como algo corriqueiro, elevando ainda mais os graus de exposição a doenças ocupacionais, alcançado assim um estresse crônico, definido como síndrome de burnout (SALVADOR DE AQUINO; SANTOS; MARTINS, 2021).

Diversos estudos já apontaram uma linha correlacionada entre a enfermagem e o Burnout, fazendo com que fosse desenvolvido um sistema de identificação de fatores que gerasse ou subsidiasse a síndrome. O ambiente de trabalho, a autonomia do profissional, controle sobre a área física e o suporte organizacional, dado a esses profissionais, se destacam como fatores que podem influenciar no surgimento ou agravamento da doença (NOGUEIRA *et al.*, 2018).

É notório que quanto maior o nível de complexidade da unidade, maiores serão os níveis de estresse, desse modo a enfermagem deve estar entrelaçada a um ambiente que permita um pleno desenvolvimento dos seus conhecimentos técnico Científicos, para isso são necessárias contribuições benéficas as suas atividades assistenciais e gerenciais, estimulando o seguimento da carreira e abandono do sentimento de desistência (GASPARINO; DE BRITO, 2015).

Outra preocupação constante também se refere à falta de reconhecimento sobre a profissão. Existem características semelhantes de suscetibilidade em relação a outras profissões, o que desencadeia a sensação de fracasso em sua carreira, tornando o indivíduo propício à síndrome antes mesmo de estar atuando na área da enfermagem, estando ainda na graduação (TAVARES *et al.*, 2014).

É nítido que o cenário de saúde mudou no mundo, e, diante da COVID-19, e como os profissionais da área da saúde também foram acometidos por doenças, especialmente a equipe de enfermagem. Os enfermeiros, auxiliares e técnicos sempre estiveram na linha de frente de atendimento, ajudando, acolhendo e cuidando das pessoas positivas e que estavam sofrendo com os sintomas da COVID-19 (BORGES E SOUSA,

2021).

Essa prática no período pandêmico, se tornou ainda mais estressante, visto que a equipe de enfermagem se dedicou completamente a cuidar desses pacientes, uma vez que em detrimento aos cuidados com a saúde dos pacientes, a rotina hospitalar, e o grande número de pacientes internados e apresentando sintomas graves, não tiram tempo para cuidar de si e acabam por negligenciar a própria saúde mental. Vale destacar que durante o cenário pandêmico essa situação piorou, pois estes arriscam a vida na linha de frente no combate à essa doença (BORGES E SOUSA, 2021).

A fim de evitar essa problemática se faz necessária uma revisão do plano de carreira do profissional, assim como salários compatíveis, comunicação entre profissionais, boa relação entre família e trabalho, dentre outras decisões que podem amenizar o acometimento dos profissionais de enfermagem vulneráveis a essa patologia (BARROS; BARBOSA; SOARES, 2022).

Nesse contexto, a enfermagem mantém uma relação intrínseca com a síndrome, visto que esta está inserida em situações que favorecem o seu acometimento. A Síndrome de Burnout desencadeia inúmeras alterações no profissional que a medida em que é atingido se torna inoperante na profissão, esses fatores dificultam a capacidade do enfermeiro de enfrentar esses problemas, interferindo diretamente na sua qualidade de vida (MACIEL; GONÇALVES, 2020).

Entender essas evoluções traz à tona a importância do profissional se atentar a constante exposição ao estresse no trabalho, levando-o para a elaboração de estratégias que garantam a prevenção a fim de evitar a instalação da síndrome (DA SILVA, 2020).

É evidente que os trabalhadores que são afetados por essa síndrome envolvem-se com seus clientes, comumente, carregam suas reações e emoções o que contribui para o acúmulo do estresse e até mesmo uma espécie de estresse crônico, tornando o dia de trabalho em sacrifício, que envolve sofrimento psicológico e esgotamento profissional (RIBEIRO, EKA *et al.* 2021).

## Considerações Finais

O presente estudo buscou explorar nos artigos analisados a discussão sobre a Síndrome de Burnout na sociedade entre os profissionais de enfermagem, uma vez que se relaciona diretamente com a prestação de cuidados e afeta

a qualidade do serviço oferecido aos seus clientes/pacientes e influência no seu bem-estar.

Os estudos abordados revelam uma evidente associação entre o trabalho do profissional de enfermagem e a Síndrome de Burnout, que estão diretamente relacionados ao desenvolvimento de doenças ocupacionais que interferem em todo seu contexto de vida. Muitos profissionais de enfermagem afetados por essa síndrome, passam por uma fase difícil, que vai desde a procura pelo diagnóstico, que pode acarretar uma depressão, ou outras complicações, e afeta diretamente a qualidade de vida dessa pessoa.

Reitera-se que os profissionais de enfermagem, diante da alta demanda a que está sujeito, acabam sobrecarregados devido ao excesso de trabalho, responsabilidades e compromisso com a vida do paciente e ficam mais suscetíveis a adquirir uma Síndrome de Burnout.

Nesse sentido o profissional de enfermagem precisa manter o controle das suas ações, bem como buscar ajuda profissional sempre que apresentar estresse e cansaço diante das atividades no seu local de trabalho, ressaltando também que estes devem ser tratados com mais atenção e respeito diante das alterações no ambiente de trabalho.

Destaca-se que os resultados encontrados instigam os acadêmicos e profissionais enfermeiros à reflexão sobre a importância da saúde ocupacional, servindo como um incentivo para a realização de programas e campanhas para prevenção e detecção precoce do Burnout entre os enfermeiros.

Por fim, os estudos analisados mostrou a necessidade de os próprios profissionais de enfermagem se conscientizarem sobre a importância do autocuidado no ambiente de trabalho e do aprimoramento de uma política de atendimento à saúde do trabalhador, considerando as especificidades destes profissionais, visto que eles estão expostos às condições de vulnerabilidade e a fim de aprimorar os conhecimentos dos profissionais de enfermagem sobre o tema abordado, ressalta-se a necessidade de novos estudos para discutir a forma de prevenção, diagnóstico e tratamento da Síndrome de Burnout.

## **Agradecimentos**

Durante todo o nosso percurso acadêmico, tivemos plena consciência que este momento chegaria, pois foi algo que sonhamos e buscamos realizar dia após dia.

Agradecemos a Deus por nos acompanhar na trajetória desse trabalho e por nos ajudar a vencer todos os obstáculos encontrados ao longo da graduação.

Agradecemos a nossas famílias, que são nossa maior motivação e aos amigos que estiveram conosco em momentos difíceis, incentivando, oferecendo amor e muito carinho.

A nossa orientadora Alaine Arruda e a Professora Márcia Nogueira pelo suporte, compreensão, amizade e ensinamentos, que permitiram apresentar grande conhecimento no nosso processo de formação profissional e na construção deste trabalho.

## Referências:

ANDOLHE, R. et al. Estresse e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Cirurgia Geral. **Avances en Enfermería**. <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v40n1.88412> [S. l.], v. 40, n. 1, 2021. Acesso em: 10 de abril de 2022.

BALDOINO, E.S., SANTOS, M.C. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem com dupla jornada de trabalho: revisão de literatura. **Repositório Acadêmico da Graduação (RAG)**. 2020. <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/1340> Acesso em 07 de maio de 2022.

BAMONDE, J., PINTO, C., SANTOS, P., & COUTO, G. O Impacto do trabalho por turnos na saúde dos enfermeiros: revisão integrativa. **Revista De Investigação & Inovação Em Saúde**, 3(2), 101–110, 2020. <https://doi.org/10.37914/riis.v3i2.85> Acesso em; 16 de maio de 2022.

BARBOSA. L. et al. **Cartilha sobre a síndrome de Burnout**. Recife, 2017. Acesso em 02 de novembro de 2022.

BARROS, E., BARBOSA, VL., SOARES, R. A relação da Síndrome de Burnout com a ausência de qualidade de vida no trabalho de enfermagem. **Rev. Acervo Saúde**.v. 15, n. 2, p. e9483, 5 fev. 2022. <https://doi.org/10.25248/reas.e9483.2022> Acesso em: 16 de maio de 2022

BORGES E SOUSA. Fatores de risco para a síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de covid 19. **Revista de Enfermagem**, 2021. Acesso em 06 de novembro de 2022.

BORGES E.M., et al. Burnout among nurses: a multicentric comparative study. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 29:3432. 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>. Acesso em: 09 de maio de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: **Ministério da Saúde**; 2001. cap. 10. p. 191-4. Acesso em 05 de novembro de 2022.

CABRAL, L.F., et al. BURNOUT SYNDROME: THREAT TO WORKERS HEALTH. Rev: **Expressão da Estácio**, V. 5(1), 70-92, 2021. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/REDE/article/view/44>. Acesso em: 12 nov. 2022.

CARLLOTO, M. S., & CÂMARA, S. G. (2008). Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, 39(2). <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/1461> Acesso em 10 de abril de 2022.

CARLOTTO, Mary Sandra; Pizzinato, Adolfo; Fontana, Claudia; Dresch, Maribel Avaliação e Interpretação do Mal-estar Docente: Um Estudo Qualitativo sobre a Síndrome de Burnout **Revista Subjetividades**, vol. 13, núm. 1-2, marzo-junio, 2013, pp. 195-220 Universidade de Fortaleza, Brasil. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=527568873007> Acesso em 15 de novembro de 2022.

DA SILVA J. F. et al. Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem no contexto da Atenção Básica **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 39, p. e2320, 7 fev. 2020. <https://doi.org/10.25248/reas.e2320.2020> Acesso em: 20 de abril de 2022.

DE ANDRADE, L. et al. Conflito trabalho-família em profissionais do contexto hospitalar: análise de Preditores. **Revista de psicologia (PUCP)**. 2020, vol.38, n.2. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.202002.004> Acesso em: 10 de maio de 2022.

DUARTE, N.C. Fatores de risco no ambiente do trabalho de enfermagem em um hospital universitário. 2010. 152 f. **Dissertação (Mestrado em Enfermagem)** - Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2010. <http://www.btdt.uerj.br/handle/1/11243> Acesso em 02 de maio de 2022.

ESTEVEES, G.G., LEÃO, AA., ALVES, E. Fadiga e Estresse como preditores do Burnout em Profissionais da Saúde. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 19, n. 3, p. 695-702, set. 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.3.16943>. Acesso em 02 de maio de 2022.

FERIGATO, E. a síndrome de burnout: sofrimento psíquico nos profissionais de recursos humanos. **Revista científica acertte** - issn 2763-8928, [S. l.], v. 1, n. 2, p. e127, 2021. DOI: 10.47820/acertte.v1i2.7. Disponível em: <https://acertte.org/index.php/acertte/article/view/7> . Acesso em: 18 de abril de 2022.

FERNANDES, B.C. et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações na vida dos profissionais de saúde. **Pub Saúde**, 5, 132, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.31533/pubsau5.a132> Acesso em 15 de abril de 2022

GASPARINO, RC., DE BRITO E. Ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros. **Rev Rene**.16(1), 90-96. ISSN: 1517-3852. 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=324036185011>. Acesso em 21 de abril de 2022. <https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540>. Acesso em: 5 nov. 2022.

LORENZ, V. R.; BENATTI, M.C.C.; SABINO, M. O. Burnout e Estresse em Enfermeiros de um Hospital Universitário de Alta Complexidade. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. São Paulo, 2010. Acesso em 06 de novembro de 2022.

LUZ, D. C., et al. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID -19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing (São Paulo)**, v. 24(276), 5714-5725,

MACIEL, N., & GONÇALVES, J. R. INCIDÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT NA ENFERMAGEM. **Revista JRG De Estudos Acadêmicos**, 3(6), 96–109, 2020. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4292365> Acesso em: 15 de abril de 2022.

MARQUES JUNIOR, N. et al. estudo sobre Burnout em alunos do curso de educação física da faculdade de educação física e fisioterapia- feff da universidade federal do amazonas- ufam. **Bius - boletim informativo unimotricidade em sociogerontologia**, Amazonas, v.10, n.2, p. 01-93, 19 dez, 2018. <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/BIUS/article/view/5024> Acesso em: 22 de maio de 2022.

MENEZHINE, F.; PAZ, A.; LAURTERT, L.; Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto contexto Enferm**, Florianópolis, 2011. Acesso em 05 de novembro de 2022.

NOGUEIRA LS., et al. Burnout and nursing work environment in public health institutions. **Rev Bras Enferm**.71(2):336-42. 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0524>. Acesso em 15 de março de 2022.

REICHEMBACH, MT., PONTES, L. Pesquisas inovadoras na enfermagem: uma mudança necessária. **Rev Bras Enferm**.73(4): e2020n4. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020730401>. Acesso em 05 de maio de 2022.

RIBEIRO, A., ROCHA, R.P., ROCHA, R.A. Fatores do estresse ocupacional na equipe de enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev connection line**. n.19, 01-16. ISSN: 1980-7341. 2018. DOI: 10.18312/connectionline.v0i19.1198 Acesso em: 15 de março de 2022.

RIBEIRO, EKA., et al. Influência da síndrome de Burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo. **Revista brasileira de enfermagem**. 74 (Suppl 3): e20200298. 2021. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0298>. Acesso em: 01 de março de 2022.

ROSA, E CARLOTTO. S. Síndrome de Burnout e satisfação no trabalho em profissionais de uma instituição hospitalar. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, 8(2), 1-15, 2005. Acesso em 07 de novembro de 2022.

SALVADOR DE AQUINO, L.; SANTOS RIBEIRO, L.; MARTINS, W. Síndrome de Burnout: Repercussões de enfermagem. **Boletim de conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v.6, n. 16, p. 44-57, 2021. Doi: 10.5281/zenodo.4699080. disponível em: <http://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/312>. Acesso em 02 de abril de 2022.

SILVA, T. GUERRA, GM., PESSINI L. Caracterização do autocuidado do profissional de enfermagem e reflexões à luz da bioética. **Rev. Bio & Thikos.** v.8(1), 61-74. 2014. DOI: <https://saocamilo-sp.br/assets/artigo/bioethikos/155560/a5.pdf> . Acesso em: 02 de maio de 2022.

SIMÕES FONSECA, M. A., Rocha Itacarambi, L., de Amorim Lino, A. I., Ramos de Andrade Antunes Gomes, J., Silva Matos, R., Monteiro de Araújo, K. ., Silva Ramos, A. S. . Almeida Felix, C., Meirelles Barbosa, H., Sabino da Silva, G. ., Costa Quirino, G. M. ., & da Silva Mendes, M. . (2022). Análise dos fatores de risco para desenvolvimento da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem de um centro cirúrgico. **Health Residencies Journal - HRJ**, 3(14), 282–293. DOI: <https://doi.org/10.51723/hrj.v3i14.376>. Acesso em: 15 de novembro de 2022.

SOARES JP., et al. Burnout-related factors in health professionals during the Covid-19 pandemic: an integrative review. **Rev. Saúde debate.** V.46(1), 385-398. 2022. <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E126>.

TAVARES KF., et al. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. **Rev Acta Paulista de Enfermagem.** 27(3), 01-06. 2014. Disponível em : <https://doi.org/10.1590/1982-0194201400044>. Acesso em 21 de abril de 2022.

TEIXEIRA, S. **Stress e resiliência nos enfermeiros: um estudo comparativo entre Portugal e Alemanha.** Orientador: Dr. Cristina Queirós. 2021. 55 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia: Psicologia das Organizações, Social e Trabalho, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal, 2021. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/134773/3/482366.1.pdf>. Acesso em: 09 de maio de 2022.

TREZZA, Maria Cristina A. Figueiredo, Santos, Regina Maria dos e Leite, Joséte Luzia Enfermagem como prática social: um exercício de reflexão. Revista Brasileira de Enfermagem [online]. 2008, v. 61, n. 6, pp. 904-908. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672008000600019>. Acesso em: 15 novembro 2022

VASCONCELOS, E., MARTINO, M.M. Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. **Rev Gaúcha Enferm.** 38(4): e 65354.2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.65354> . Acesso em: 09 de maio de 2022.

VIDOTTI V., et al. Burnout Syndrome and shift work among the nursing staff. **Rev. Latino-Am. Enfermagem.** 26:3022. 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.2550.3022>. Acesso em: 09 de maio de 2022.

VIEIRA, M.I. **A presença da síndrome de burnout entre enfermeiros da região do vale de São Patrício.** Orientador: Dr. Nelson Bezerra Barbosa. 2014. 97 F. Dissertação (Mestrado) - Curso de sociedade, tecnologia e meio ambiente, Centro Universitário de Anápolis- UNIEVANGÉLICA, Goiás, 2014. <http://repositorio.aee.edu.br/jspui/handle/aee/264>. Acesso em: 22 de maio de 2022.