

## SÍNDROME DE BURNOUT: O ESTRESSE OCUPACIONAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Eder Filipe Pereira de Araujo<sup>1</sup>  
Deziany da Silva Ferreira<sup>2</sup>  
Hélio Marco Pereira Lopes Júnior<sup>3</sup>

**RESUMO:** A Síndrome de Burnout, também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio psicológico que afeta principalmente indivíduos que enfrentam altos níveis de estresse crônico em seus ambientes de trabalho. A presente pesquisa investiga os fatores que conduzem os profissionais de enfermagem, sobretudo aqueles que atuam em unidades de emergência, ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Destarte, o objetivo geral foi discutir sobre os fatores que podem levar o profissional de enfermagem, em especial os que trabalham em unidades de emergência, a adquirirem a síndrome de Burnout, considerando o estresse que envolve a profissão. O método de pesquisa utilizado foi a revisão integrativa, com abordagem do tipo qualitativa. Os resultados demonstram que a Síndrome de Burnout representa uma preocupação significativa na enfermagem, afetando o bem-estar dos profissionais, e também a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. Este estudo ressalta a necessidade de estratégias de prevenção e intervenção para garantir a saúde dos enfermeiros e a eficácia do sistema de saúde como um todo.

**Palavra-chave:** Síndrome de Burnout. Enfermagem. Estresse ocupacional. Esgotamento profissional.

1420

**ABSTRACT:** Burnout Syndrome, also known as professional exhaustion syndrome, is a psychological disorder that mainly affects individuals who face high levels of chronic stress in their work environments. This research investigates the factors that lead nursing professionals, especially those who work in emergency units, to the development of Burnout Syndrome. Therefore, the general objective was to discuss the factors that can lead nursing professionals, especially those who work in emergency units, to acquire Burnout syndrome, considering the stress that involves the profession. The research method used was the integrative review, with a qualitative approach. The results demonstrate that Burnout Syndrome represents a significant concern in nursing, affecting the well-being of professionals, and also the quality of care provided to patients. This study highlights the need for prevention and intervention strategies to ensure the health of nurses and the effectiveness of the health system as a whole.

**Keyword:** Burnout Syndrome. Nursing. Occupational stress. Professional burnout.

<sup>1</sup>Acadêmico de Enfermagem pela Faculdade MAUÁ — Go.

<sup>2</sup>Agrônoma, Doutora, Universidade de Brasília.

<sup>3</sup>Enfermeiro, Mestre, Universidade de Brasília.

## INTRODUÇÃO

O estresse é uma resposta complexa do organismo a estímulos que são percebidos como ameaçadores ou desafiadores, que pode ter tanto efeitos negativos quanto positivos na saúde física e mental das pessoas. Segundo Lipp e Rocha (2018, p. 17), o estresse é um “processo psicobiológico que envolve interações complexas entre o ambiente, o indivíduo e sua percepção subjetiva dos eventos”.

No começo do século XX, foram iniciados os estudos acerca dos fenômenos psicossociais, que posteriormente geraram importantes pesquisas sobre temas como a satisfação no trabalho, o estresse, a qualidade de vida, o bem-estar, o Burnout e a saúde do trabalhador. Essas investigações foram fundamentais para o avanço do conhecimento nessa área e continuam sendo objeto de estudo e análise até os dias atuais (Guedes, 2015).

Alguns autores sustentam o uso do termo estresse, mas para diferenciá-lo, o nomearam de estresse ocupacional. outros afirmam que é típico de algumas profissões em que existe um contato mais próximo com as pessoas que recebem o trabalho que realizam, denominam assim o burnout como estresse ocupacional assistencial (Benevides-Pereira, 2014).

A Síndrome de Burnout é um tipo de estresse ocupacional crônico que afeta profissionais de diversas áreas, incluindo a enfermagem. Essa síndrome é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho (Sá; Silva; Funchal, 2014).

Segundo Silva, Dias e Teixeira (2016, p. 11) “trata-se de um problema que se caracteriza pelo esgotamento físico e emocional, associado a sentimentos de despersonalização e baixa realização profissional”, o que pode levar a um comprometimento na qualidade do trabalho e na saúde do trabalhador.

Batista (2015) alerta que, no caso dos profissionais de enfermagem, a Síndrome de Burnout pode ter consequências significativas na saúde e no bem-estar desses profissionais, bem como na qualidade do atendimento aos pacientes. O enfermeiro é responsável pelo cuidado direto ao paciente e enfrenta uma série de desafios estressantes em seu cotidiano, como excesso de trabalho, fadiga intensa, cuidados com pacientes grávidas, falta de recursos, pressão dos gestores, baixa remuneração e conflitos de valores pessoais e institucionais. Devido a essa exposição, o profissional pode desenvolver exaustão emocional e profissional, sentir-se incompetente e subordinado ao ambiente de trabalho, o que leva à diminuição da dedicação e do

esforço no trabalho. É necessário que os enfermeiros se adaptem diariamente para prestar um atendimento adequado, o que pode gerar frustração (Valeretto; Alves, 2013).

Corroborando com essa ideia, Oliveira (2013, p. 27). afirma que nos casos de profissionais da área de saúde, “o acúmulo de trabalho gera sobrecarga profissional, fazendo que o profissional se submeta a execução do trabalho diante de cansaço e esgotamento físico e mental”. As consequências vão além do prejuízo para o profissional de enfermagem, envolvem também o cliente e para a empresa empregatícia, levando a complicações indesejáveis no ambiente de trabalho, desde o atendimento ineficaz ao afastamento do profissional (Sousa; Souza, 2020).

Diante do exposto, esta pesquisa pretende responder a seguinte questão: quais fatores podem levar o profissional de enfermagem, em especial os que trabalham em unidades de emergência, a adquirirem a síndrome de Burnout, considerando o estresse que envolve a profissão?

Destarte, o objetivo geral foi discutir sobre os fatores que podem levar o profissional de enfermagem, em especial os que trabalham em unidades de emergência, a adquirirem a síndrome de Burnout, considerando o estresse que envolve a profissão. Para tal, foram delimitados os seguintes objetivos específicos: apresentar as características da Síndrome de Burnout; identificar os fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem; demonstrar o impacto da Síndrome de Burnout na saúde e no bem-estar dos profissionais de enfermagem, bem como na qualidade do atendimento aos pacientes.

1422

Essa pesquisa sobre o estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem é justificável por diversas razões. Primeiramente, a enfermagem é uma profissão que demanda muito do profissional, física e emocionalmente. A rotina de trabalho é intensa, com longas jornadas, cuidados com pacientes em estado crítico, lidar com famílias em momentos delicados e lidar com diversos tipos de pressão e responsabilidades.

Além disso, o estresse ocupacional pode afetar significativamente a saúde e o bem-estar dos profissionais de enfermagem, levando a consequências negativas para a qualidade do atendimento aos pacientes, como a redução da eficácia, aumento de erros e desgaste emocional. Isso pode afetar não apenas a saúde do profissional de enfermagem, mas também a dos pacientes e da equipe como um todo (Moller et al., 2021),

## MÉTODO

A metodologia de pesquisa utilizada foi a revisão integrativa, com abordagem do tipo qualitativa. Trata-se de um estudo do tipo exploratório, de revisão integrativa, que, de acordo com Marconi e Lakatos (2010), envolve uma síntese de estudos científicos já produzidos em determinada área do conhecimento sobre o tema investigado, propiciando uma explicação detalhada dos elementos estudados.

Foram pesquisados artigos científicos, monografias, livros e outras publicações que possam auxiliar no desenvolvimento da fundamentação teórica.

Os descritores utilizados na busca foram: síndrome de Burnout, enfermagem, estresse profissional. Todos os livros que puderam contribuir para a fundamentação teórica desta pesquisa foram selecionados, no entanto, para os materiais digitais encontrados nas bases de dados, o critério de inclusão foi a data de publicação e o idioma. Incluíram-se artigos, teses e dissertações publicados digitalmente e na íntegra, nos idiomas português e inglês, dos últimos 10 (dez) anos. O critério exclusão envolveu artigos que tratavam o tema fora do contexto da enfermagem.

Essa pesquisa foi feita com base na Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Educação, à qual dispõe de normas aplicáveis às pesquisas em Ciências Humanas e Sociais e que, conforme art. 1, §VI (Brasil, 2016), pelo fato de se tratar de pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura científica não são registradas, nem avaliadas pelo sistema do Comitê de Ética em Pesquisa e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CEP/CONEP).

1423

## REVISÃO TEÓRICA

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico que se caracteriza por um estado de exaustão física e emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. É comumente observado em profissionais que trabalham em ambientes estressantes, como o de saúde (Alves *et al.*, 2021).

No contexto da pesquisa sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, é fundamental compreender o papel do estresse no desencadeamento dessa condição. O estresse é uma resposta complexa do organismo a estímulos que são percebidos como ameaçadores ou desafiadores. Como indicam Lipp e Rocha (2018), o estresse envolve interações complexas entre

o ambiente, o indivíduo e sua percepção subjetiva dos eventos. Esta compreensão é crucial para contextualizar o estresse ocupacional, um fenômeno amplamente estudado nas últimas décadas.

Os estudos sobre estresse ocupacional, qualidade de vida, bem-estar, Burnout e saúde do trabalhador representam uma parte significativa do avanço do conhecimento na área de saúde e psicologia do trabalho. Como observado por Guedes (2015), essas investigações foram pioneiras em analisar as implicações psicossociais do trabalho e ainda continuam sendo temas relevantes de estudo na atualidade. Um ponto interessante é a diferenciação entre o estresse e o estresse ocupacional, sendo este último associado a profissões que envolvem um contato mais próximo com as pessoas que recebem os serviços prestados.

A Síndrome de Burnout é um exemplo notório de estresse ocupacional, especialmente na área da enfermagem. Nos profissionais de enfermagem, a Síndrome de Burnout pode ser causada por uma série de fatores, incluindo o excesso de trabalho: Os profissionais de enfermagem geralmente trabalham longas horas e estão expostos a um grande volume de trabalho (Ribeiro *et al*, 2021; Valeretto; Alves, 2013). A carga emocional, já que os profissionais de enfermagem lidam diariamente com situações de estresse e sofrimento (Moller *et al.*, 2021), a falta de apoio, pois os profissionais de enfermagem muitas vezes não recebem o apoio necessário de seus colegas e gestores (Alves *et al.*, 2021).

1424

Como apontado por Sá, Silva e Funchal (2014), essa síndrome se manifesta por meio da exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Esses sintomas têm implicações sérias, tanto para a saúde do profissional quanto para a qualidade do atendimento aos pacientes. O impacto na qualidade do trabalho dos enfermeiros é evidenciado por Silva, Dias e Teixeira (2016), que ressaltam como a Síndrome de Burnout compromete a realização profissional e a saúde.

Complementando a ideia, Valeretto e Alves (2013) afirmam que no contexto da enfermagem, o estresse ocupacional é agravado pelas demandas intensas e constantes que os enfermeiros enfrentam. Esses profissionais estão sujeitos a uma série de fatores estressantes, como sobrecarga de trabalho, falta de recursos, pressões administrativas e remuneração muitas vezes inadequada. Essa exposição constante a situações estressantes pode levar à exaustão emocional e profissional, resultando em sentimentos de incompetência e desmotivação.

A sobrecarga de trabalho e o esgotamento físico e mental também são destacados por Oliveira (2013) como fatores contribuintes para o estresse ocupacional na área de saúde. A consequência disso vai além do impacto individual nos profissionais de enfermagem; afeta

também a qualidade do atendimento prestado aos pacientes e pode ter implicações sérias para o ambiente de trabalho, desde a ineficácia no atendimento até o afastamento dos profissionais.

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico que se manifesta como um conjunto de sintomas relacionados ao esgotamento emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no ambiente de trabalho. Caracteriza-se por uma exaustão crônica, geralmente associada a uma carga excessiva de trabalho, que resulta em sentimentos de fadiga extrema, apatia, irritabilidade e falta de motivação.

A despersonalização ocorre quando o indivíduo começa a tratar os outros de maneira impessoal e insensível, afastando-se das relações interpessoais. A redução da realização pessoal é observada quando o profissional percebe uma diminuição de seu senso de eficácia no trabalho, sentimentos de ineficácia e baixa autoestima relacionados às suas realizações profissionais (Alves *et al.*, 2021).

A Síndrome de Burnout é frequentemente associada a profissões que envolvem alto nível de estresse, como profissionais de saúde, educação e assistência social, e representa uma preocupação crescente no contexto da saúde ocupacional.

A Síndrome de Burnout exerce um impacto profundo na saúde e no bem-estar dos profissionais de enfermagem, além de comprometer diretamente a qualidade do atendimento aos pacientes. Os enfermeiros, que estão frequentemente sujeitos a altas demandas emocionais e físicas em seu trabalho, podem desenvolver exaustão crônica, despersonalização e uma sensação de ineficácia profissional (Oliveira, 2013). 1425

Esse estado de esgotamento crônico, característico do Burnout, resulta em sintomas que vão desde a fadiga persistente, distúrbios do sono, ansiedade e depressão até um maior risco de doenças cardiovasculares. Em termos de desempenho no cuidado aos pacientes, os enfermeiros afetados podem demonstrar menor envolvimento, empatia reduzida e erros profissionais, prejudicando a segurança e a eficácia dos tratamentos (Ribeiro *et al.*, 2021).

Portanto, o Burnout não apenas prejudica o bem-estar dos profissionais de enfermagem, mas também impacta negativamente a qualidade do atendimento prestado, exigindo uma abordagem proativa na sua prevenção e tratamento, visando garantir a saúde de ambos, profissionais e pacientes.

#### 4- RESULTADOS E DISCUSSÕES

No quadro 1 estão descritas informações gerais dos 12 artigos incluídos nesta revisão. Foram interpretados e sintetizados todos os resultados, através de uma comparação dos dados evidenciados na análise dos artigos ao referencial teórico.

**Quadro 1** – Distribuição dos artigos de acordo com o título, autores, objetivo, método, conclusão e ano de publicação. (continua)

Título	Autor(es)	Objetivo(s)	Método	Conclusão	Ano
Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife.	Galindo, R. H; Feliciano, K. V. O; Lima, R. A. S; Souza, A. I.	Identificar a ocorrência de <i>burnout</i> , detalhando as três dimensões da síndrome, e alguns fatores sociodemográficos.	Trata-se de um estudo descritivo, transversal, censitário.	A sobrecarga de trabalho e o esgotamento entre outros aspectos, evidenciam o comprometimento da qualidade de vida no trabalho.	2013
Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros.	Valeretto, F; Alves, D.	Pesquisar na literatura publicações relacionadas aos fatores desencadeantes do estresse e da síndrome de burnout em enfermeiros.	Revisão bibliográfica	Conhecer esses fatores com o intuito de propor medidas de prevenção e de tratamento precoce é de grande importância para a qualidade de vida dos enfermeiros	2013
Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife.	Galindo, R.; Feliciano, K. V. O; Lima, R. A. S; Souza, A. I.	Identificar a ocorrência de <i>burnout</i> , detalhando as três dimensões da síndrome, e alguns fatores sociodemográficos.	Trata-se de um estudo descritivo, transversal, censitário.	A sobrecarga de trabalho e o esgotamento entre outros aspectos, evidenciam o comprometimento da qualidade de vida no trabalho.	2013
Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife.	Galindo, R. H; Feliciano, K. V. O; Lima, R. A. S; Souza, A. I.	Identificar a ocorrência de <i>burnout</i> , detalhando as três dimensões da síndrome, e alguns fatores sociodemográficos.	Trata-se de um estudo descritivo, transversal, censitário.	A sobrecarga de trabalho e o esgotamento entre outros aspectos, evidenciam o comprometimento da qualidade de vida no trabalho.	2013
Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros.	Valeretto, F; Alves, D.	Pesquisar na literatura publicações relacionadas aos fatores desencadeantes do estresse e da síndrome de burnout em enfermeiros.	Revisão bibliográfica	Conhecer esses fatores com o intuito de propor medidas de prevenção e de tratamento precoce é de grande importância para a qualidade de vida e bem estar psicológico dos enfermeiros	2013
A Síndrome de Bournout no profissional de enfermagem da Atenção Primária à Saúde.	Coracini C.	Revisar e discutir sobre a síndrome de Burnout entre os profissionais da APS.	Revisão bibliográfica	Os profissionais de enfermagem têm sido amplamente atingidos com o tempo e sobrecarga de trabalho, em comparação com outras profissões.	2014

Burnout: o impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem.	Sá, A. M. S; Silva, P. O. M; Funchal, B.	Analisar a relação entre fatores de satisfação no trabalho e dimensões da síndrome de Burnout	Utilizou-se a abordagem quantitativa	A satisfação com o ambiente reduz a exaustão emocional;	2014
Estresse do enfermeiro em unidade de emergência.	Batista, K de M.	Determinar o nível de estresse dos profissionais enfermeiros	Estudo exploratório descritivo, de campo, com abordagem quantitativa.	Constata-se que, para o enfermeiro de emergência as condições externas a essa situação são mais estressantes.	2015
Síndrome de Burnout: Um estudo bibliográfico sobre a sua ocorrência em enfermeiros	Goes, A; Reis, R.M; Santos, R. S; Guedes, L.	Identificar as causas e consequências da Síndrome de Burnout em Enfermeiros que atuam em hospitais	Pesquisa descritiva e qualitativa	É preciso uma visão mais aprofundada da síndrome de Burnout, para que se tenha promoção da qualidade de vida do trabalhador.	2015
Síndrome de Burnout: Um estudo bibliográfico sobre a sua ocorrência em enfermeiros	Goes, A; Reis, R.M; Santos, R. S; Guedes, L.	Identificar as causas e consequências da Síndrome de Burnout em Enfermeiros que atuam em hospitais	Pesquisa descritiva e qualitativa	É preciso uma visão mais aprofundada da síndrome de Burnout, para que se tenha promoção da qualidade de vida do trabalhador.	2015
Burnout syndrome in nursing assistants of a public hospital in the state of São Paulo	Ferreira, N. do N.; Lucca, S. R.	Avaliar a prevalência da síndrome de burnout em auxiliares de enfermagem de um hospital público, bem como sua associação com variáveis sociodemográficas e profissionais.	Foram aplicados questionário sociodemográfico e profissional e o Maslach Burnout Inventory (MBI-SS) a 534 auxiliares de enfermagem.	O contato íntimo dos auxiliares de enfermagem com pacientes de difícil manejo, bem como o medo de cometer erros na assistência à saúde são fatores adicionais de estresse crônico e casos de síndrome de burnout relatados neste estudo.	2015
A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura.	Sousa, C. A.; Souza, C. D. S.	Realizar um levantamento bibliográfico em relação a SB em profissionais de enfermagem	Revisão de literatura	É cada vez mais comum nos profissionais de enfermagem e que compromete a qualidade da assistência e de vida deste profissional.	2020

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico que se caracteriza por um estado de exaustão física e emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. É comumente

observado em profissionais que trabalham em ambientes estressantes, como o de saúde (Alves *et al.*, 2021).

No contexto da pesquisa sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, é fundamental compreender o papel do estresse no desencadeamento dessa condição. O estresse é uma resposta complexa do organismo a estímulos que são percebidos como ameaçadores ou desafiadores. Como indicam Lipp e Rocha (2018), o estresse envolve interações complexas entre o ambiente, o indivíduo e sua percepção subjetiva dos eventos. Esta compreensão é crucial para contextualizar o estresse ocupacional, um fenômeno amplamente estudado nas últimas décadas.

Os estudos sobre estresse ocupacional, qualidade de vida, bem-estar, Burnout e saúde do trabalhador representam uma parte significativa do avanço do conhecimento na área de saúde e psicologia do trabalho. Como observado por Guedes (2015), essas investigações foram pioneiras em analisar as implicações psicossociais do trabalho e ainda continuam sendo temas relevantes de estudo na atualidade. Um ponto interessante é a diferenciação entre o estresse e o estresse ocupacional, sendo este último associado a profissões que envolvem um contato mais próximo com as pessoas que recebem os serviços prestados.

A Síndrome de Burnout é um exemplo notório de estresse ocupacional, especialmente na área da enfermagem. Nos profissionais de enfermagem, a Síndrome de Burnout pode ser causada por uma série de fatores, incluindo o excesso de trabalho: Os profissionais de enfermagem geralmente trabalham longas horas e estão expostos a um grande volume de trabalho (Ribeiro *et al.*, 2021; Valeretto; Alves, 2013). A carga emocional, já que os profissionais de enfermagem lidam diariamente com situações de estresse e sofrimento (Moller *et al.*, 2021), a falta de apoio, pois os profissionais de enfermagem muitas vezes não recebem o apoio necessário de seus colegas e gestores (Alves *et al.*, 2021). 1428

Como apontado por Sá, Silva e Funchal (2014), essa síndrome se manifesta por meio da exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Esses sintomas têm implicações sérias, tanto para a saúde do profissional quanto para a qualidade do atendimento aos pacientes. O impacto na qualidade do trabalho dos enfermeiros é evidenciado por Silva, Dias e Teixeira (2016), que ressaltam como a Síndrome de Burnout compromete a realização profissional e a saúde.

#### 4- CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste trabalho, explorou-se minuciosamente os complexos mecanismos que levam os profissionais de enfermagem, em especial aqueles que atuam em unidades de emergência, a desenvolverem a Síndrome de Burnout, um distúrbio psicológico que tem sérias implicações para a saúde desses profissionais e, conseqüentemente, para a qualidade do atendimento aos pacientes.

A pergunta problema que norteou nossa pesquisa foi analisada sob diferentes perspectivas e ângulos, resultando em uma compreensão mais profunda dessa problemática. Primeiramente, identificou-se o estresse como um fator crucial na gênese do Burnout em profissionais de enfermagem. O estresse, inerente à natureza do trabalho de enfermagem, envolve uma complexa interação entre os elementos do ambiente de trabalho, às características individuais dos profissionais e suas percepções subjetivas dos eventos. Esse estresse ocupacional, exacerbado pelas intensas demandas enfrentadas pelos enfermeiros em unidades de emergência, torna-se um gatilho para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

A sobrecarga de trabalho, o enfrentamento diário de situações estressantes e traumáticas, a falta de recursos, as pressões administrativas e a remuneração muitas vezes inadequada contribuem para o estresse ocupacional nesse contexto. Além disso, a exposição contínua a essas situações estressantes leva a um estado de exaustão crônica, manifestado por sintomas como fadiga persistente, distúrbios do sono, ansiedade, depressão e um maior risco de doenças cardiovasculares.

A Síndrome de Burnout, por sua vez, manifesta-se através da tríade de exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Esses sintomas não apenas prejudicam a saúde e o bem-estar dos profissionais de enfermagem, mas também têm sérias implicações na qualidade do atendimento aos pacientes. A redução de empatia, envolvimento reduzido e erros profissionais comprometem a segurança e eficácia dos tratamentos.

A presente pesquisa também identificou a falta de apoio como um fator relevante na eclosão da Síndrome de Burnout. Os profissionais de enfermagem muitas vezes não recebem o apoio necessário de seus colegas e gestores, o que aumenta seu isolamento e sentimento de desamparo.

Diante desse panorama, é essencial reconhecer que a prevenção e o tratamento da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, especialmente aqueles que atuam em

unidades de emergência, são imperativos. Estratégias de intervenção devem considerar a promoção do bem-estar, a gestão do estresse, o desenvolvimento de apoio profissional e medidas que visam a melhoria das condições de trabalho.

Entende-se, portanto, que a Síndrome de Burnout é uma realidade preocupante na enfermagem, e sua compreensão aprofundada é essencial para a promoção da saúde dos profissionais e a manutenção da qualidade do atendimento aos pacientes. A busca por soluções que abordem os fatores causadores do Burnout e promovam um ambiente de trabalho mais saudável é um passo fundamental para garantir o bem-estar dos enfermeiros e o cuidado eficaz aos pacientes que deles dependem.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, M. C.; BARILLI, S. L. S.; SPECHT, A. M.; HERBERT, N. D. R. Prevalência da Síndrome de Burnout entre técnicos de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva para Adultos. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 74, n. 3, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/ZYy9vW8mPmHTRfzLQRWdBZC/?lang=en>. Acesso em: 21 nov. 2023.
- BATISTA, K. M. **Estresse do enfermeiro em unidade de emergência**. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, 2015.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.
- CORACINI, Luis Carlos Bonilla. **A Síndrome de Burnout no profissional de enfermagem da Atenção Primária à Saúde**. Tese (em Português) - Coleciona SUS (Brasil), Porto Alegre, 2014. 31 p. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/biblio-940084>. Acesso em: 12 jan. 2024.
- FERREIRA, Naiza do Nascimento; LUCCA, Sergio Roberto de. Burnout syndrome in nursing assistants of a public hospital in the state of São Paulo. **Rev. bras. epidemiol.** v.18, n.1, Jan-Mar 2015. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/rbepid/2015.v18n1/68-79/en/>. Acesso em: 18 de jan. 2024.
- GALINDO, R. H; FELICIANO, K. V. O; LIMA, R. A. S; SOUZA, A. I. Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. **Rev. Esc. Enfermagem**. São Paulo. v. 46, n. 2, p. 420-427, out. 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342012000200021>. Acesso em: 4 fev. 2024.
- GUEDES, Lidiane et al. **Síndrome de Burnout: Um estudo bibliográfico sobre a sua ocorrência em enfermeiros**. Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, 2015. Disponível em: <https://repositorio.bahiana.edu.br:8443/jspui/handle/bahiana/764>. Acesso em: 12 dez. 2023.
- JARRUCHE, L. T. MUCCI, Samantha. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Rev. Bioét.** v.29, n.1 Jan-Mar, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGgP/?lang=pt#>. Acesso em: 12 dez. 2023.

em: 25 de nov. 2023.

MOLLER, G.; OLIVEIRA, J. L.; DAL PAI, D.; AZZOLIN, K.; MAGALHÃES, A. M. Nursing practice environment in intensive care unit and professional burnout. **Rev. Esc. Enferm. USP**, v. 55, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/TYNqv58mstH6Zf6P7Rbkxhz/?lang=en>. Acesso em: 27 dez. 2023.

LIPP, M. E. N; ROCHA, J. C. **O que é o stress?** In: Lipp, M. E. N. (Org.). Manual de Psicologia do Stress. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2018.

OLIVEIRA, Alex. Profissão estresse: A síndrome de burnout na enfermagem. **Rev. Letrando. UNESP**, v.3, n.1, p.153-158, 2013. Disponível em: <http://www.revistaletrando.com.br/revista/volume3/16.Alex.pdf>. Acesso em: 7 de jan. de 2024.

RIBEIRO, E. K.; SANTOS, R. C.; ARAÚJO-MONTEIRO, G. K.; BRANDÃO, B. M.; SILVA, J. C. SOUTO; R. C. Influence of burnout syndrome on the quality of life of nursing professionals: quantitative study. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 74, Suppl 3, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/gQKZSHwTCvmhM6xbcjtHjgq/?lang=en>. Acesso em: 21 dez. 2023.

SÁ, A. M. S.; SILVA, P. O. M.; FUNCHAL, B. Burnout: o impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem. **Rev. Psicologia & Sociedade**, São Paulo, 2014.

SILVA, J. L. L; DIAS, A. C; TEIXEIRA, L. R. **Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem**. Aquichan: São Paulo, 2016. 1431

SOUSA, Viviane; ARAUJO, Tereza. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. **Rev. Psicologia: Ciência e profissão**. UnB, v.35, n.3, p.900-915, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Rhkt76ZKTnCNjVFSLGQ7Whw/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 de dez. de 2024.

SOUSA, Carolina Anastácio; SOUZA, Carolayne Delmira Santos de. **A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura**. Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdade Vale do Cricaré, São Mateus, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ivic.br/bitstream/handle/sindrome%20burnout.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 14 dez. 2024.

VALERETTO, Fernanda; ALVES, Dhyeisiane. Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros. **Rev. Saúde Física & Mental, UNIABEU**, v. 3, n. 2, p. 1-11, 2013. Disponível em: <https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/SFM/article/view/1192>. Acesso em: 13 jan. 2023.

[https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/reso510\\_07\\_04\\_2016.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/reso510_07_04_2016.html)art. 1, §VI (Brasil, 2016), Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Educação.