

IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NAS NOTIFICAÇÕES DE BURNOUT NO BRASIL: ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO (2014–2024)

IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON BURNOUT NOTIFICATIONS IN BRAZIL: AN EPIDEMIOLOGICAL STUDY (2014–2024)

IMPACTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LAS NOTIFICACIONES DE BURNOUT EN BRASIL: UN ESTUDIO EPIDEMIOLÓGICO (2014–2024)

Thayse Duarte Xavier¹
Anna Claudia Lavoratti²
Valana Justina Formighieri Puzzi³
Sophia Formighieri Puzzi⁴
Débora Hofstaetter Tramuja⁵
Eduardo Miguel Prata Madureira⁶

RESUMO: A síndrome de *Burnout*, caracterizada por esgotamento emocional, despersonalização e sensação de ineficácia no trabalho, tem ganhado destaque como um problema emergente de saúde pública. A pandemia da COVID-19 potencializou esse cenário ao agravar as condições laborais e de saúde mental. O objetivo deste estudo foi analisar a evolução das notificações de *Burnout* no Brasil entre 2014 e 2024, com ênfase na comparação entre os períodos pré e pós-pandemia, além da distribuição por sexo, faixa etária, região e unidade federativa. Como resultado, observou-se um aumento de mais de 1300% nas notificações após 2020, com predominância de casos em mulheres (72%) e na faixa etária de 30 a 49 anos (72%). A região Sul apresentou as maiores taxas proporcionais, destacando-se os estados do Paraná e de Santa Catarina. Constatou-se, assim, que o *Burnout* tem crescido de forma significativa no Brasil, especialmente após a pandemia. Os dados indicam a urgência de estratégias de prevenção, atenção à saúde mental do trabalhador e políticas públicas que considerem as desigualdades regionais, de gênero e de idade.

Palavras-chave: *Burnout*. Saúde Mental. Pandemia.

ABSTRACT: Burnout syndrome, characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and a sense of inefficacy at work, has gained prominence as an emerging public health issue. The COVID-19 pandemic intensified this scenario by worsening working conditions and mental health. This study aimed to analyze the evolution of Burnout notifications in Brazil from 2014 to 2024, with an emphasis on comparing the pre- and post-pandemic periods, as well as the distribution by sex, age group, region, and federative unit. The results showed an increase of over 1300% in notifications after 2020, with a predominance of cases among women (72%) and individuals aged 30 to 49 years (72%). The Southern region presented the highest proportional rates, particularly in the states of Paraná and Santa Catarina. These findings demonstrate a significant rise in Burnout in Brazil, especially following the pandemic. The data highlight the urgency of prevention strategies, mental health support for workers, and public policies that consider regional, gender, and age-based disparities.

Keywords: Burnout. Mental Health. Pandemic.

¹Acadêmica do 9º período de Medicina no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

²Acadêmica do 9º período de Medicina no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

³Acadêmica do 9º período de Medicina no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

⁴ Acadêmica do 2º período de Medicina na Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR).

⁵Acadêmica do 8º período de Medicina no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

⁶Orientador: Docente do curso Medicina na Faculdade no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz (FAG).

RESUMEN: El síndrome de Burnout, caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y sensación de ineficacia en el trabajo, ha adquirido relevancia como un problema emergente de salud pública. La pandemia de COVID-19 intensificó este escenario al agravar las condiciones laborales y de salud mental. El objetivo de este estudio fue analizar la evolución de las notificaciones de Burnout en Brasil entre 2014 y 2024, con énfasis en la comparación entre los períodos pre y pospandemia, además de la distribución por sexo, grupo etario, región y unidad federativa. Como resultado, se observó un aumento de más del 1300% en las notificaciones después de 2020, con predominio de casos en mujeres (72%) y en el grupo etario de 30 a 49 años (72%). La región Sur presentó las mayores tasas proporcionales, destacándose los estados de Paraná y Santa Catarina. Se constató, así, que el Burnout ha crecido de manera significativa en Brasil, especialmente después de la pandemia. Los datos indican la urgencia de estrategias de prevención, atención a la salud mental del trabajador y políticas públicas que consideren las desigualdades regionales, de género y de edad.

Palabras clave: *Burnout*. Salud Mental. Pandemia.

INTRODUÇÃO

A síndrome de *Burnout* – ou esgotamento profissional – é um distúrbio psíquico associado à exposição sustentada a fatores estressores no ambiente de trabalho. Sob tal prisma, segundo Maslach C, Leiter MP (2016), configura-se como uma condição que envolve sentimentos de ineficácia e também a despersonalização, afetando diretamente a saúde mental e o desempenho ocupacional dos indivíduos. Nas últimas décadas, o reconhecimento do *Burnout* como problema de saúde pública tem se intensificado, especialmente em decorrência das transformações nas dinâmicas de trabalho e das crescentes demandas impostas pelo contexto profissional contemporâneo.

Mesmo antes da pandemia de COVID-19, o esgotamento profissional já era considerado uma condição emergente em saúde pública. Estudos internacionais apontavam prevalências preocupantes, sobretudo entre profissionais das áreas da saúde, educação e segurança, com impacto direto na produtividade e na qualidade dos serviços prestados (ROTENSTEIN LS, et al., 2018; ZHANG L et al., 2022). Ademais, registros epidemiológicos indicavam que, embora frequentemente subdiagnosticado, o *Burnout* produzia efeitos persistentes nas instituições e na economia, manifestando-se de forma silenciosa e progressiva (HAN S, et al., 2019).

Com o advento da pandemia, entretanto, esse cenário foi significativamente intensificado. A instabilidade social e econômica, o medo da contaminação e a rápida reorganização das rotinas de trabalho – incluindo a adoção do trabalho remoto, o aumento do desemprego e a precarização das relações trabalhistas – contribuíram para acentuar fatores de risco associados ao desenvolvimento da síndrome (LUBANCO GA, 2023). Nesse contexto, salientam Morgantini LA, et al., (2020) que profissionais da saúde se destacaram entre os grupos

mais afetados, em razão da exposição contínua ao sofrimento humano, das longas jornadas de trabalho e da escassez de recursos institucionais de suporte. Revisões sistemáticas apontam prevalências superiores a 50% em determinados segmentos, além de associações relevantes com ansiedade, depressão e ideação suicida.

Paralelamente, a expansão do trabalho remoto também trouxe desafios adicionais, como a hiperconectividade, a sobreposição entre vida pessoal e profissional e o isolamento social, fatores que podem contribuir para o aumento do estresse e da exaustão emocional (PINHEIRO JMG et al., 2023). Nesse contexto, sistemas nacionais de vigilância epidemiológica passaram a registrar crescimento expressivo nas notificações de *Burnout* nos últimos anos. Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar a evolução dessas notificações no Brasil no período de 2014 a 2024, com ênfase na comparação entre os períodos pré e pós-pandemia de COVID-19, buscando identificar padrões segundo faixa etária e unidades da federação (UF), contribuindo para a compreensão dos impactos recentes nas condições de saúde mental da população economicamente ativa.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, descritivo e retrospectivo, com abordagem quantitativa, realizado a partir de dados secundários provenientes do Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN), acessados por meio da plataforma TABNET do Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde (DATASUS).

A população do estudo compreendeu todos os casos notificados de síndrome de Burnout no Brasil, registrados no SINAN sob o código Z73.0 - Síndrome de Burnout (Esgotamento), conforme a Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10), no período de 2014 a 2024. Foram incluídos todos os registros disponíveis na base de dados referentes ao agravo no período analisado, sem critérios de amostragem, por se tratar de levantamento censitário de notificações.

As variáveis analisadas incluíram ano de notificação, sexo, faixa etária, região geográfica e unidade da federação (UF). Foi realizada análise descritiva da distribuição dos casos segundo essas variáveis, bem como comparação entre os períodos pré-pandemia (2014–2019) e pós-pandemia (2020–2024), com o objetivo de identificar possíveis variações na frequência das notificações ao longo da série temporal. Os resultados foram apresentados por meio de tabelas e gráficos, considerando a distribuição absoluta e proporcional dos registros.

Por utilizar exclusivamente dados secundários de acesso público, sem identificação individual, o estudo está dispensado de apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa, conforme disposto na Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

No primeiro plano, fez-se uma análise de recorte temporal, no qual observa-se uma acentuada elevação no número de notificações por síndrome de *Burnout* a partir do ano de 2020, coincidindo com o início da pandemia da COVID-19. Nesse contexto, enquanto os registros anteriores à pandemia mantinham-se baixos e relativamente estáveis – com médias inferiores a 50 casos por ano -, os anos subsequentes revelam uma tendência de crescimento progressivo e marcante.

Em 2019 foram registrados 60 casos, enquanto em 2024 esse número alcançou 643 notificações, correspondendo a um aumento superior a 1.300% em um intervalo de cinco anos. Tal cenário reforça a hipótese de que a pandemia atuou como um catalisador do esgotamento mental associado ao trabalho, evidenciando fragilidades previamente existentes nas condições psicossociais laborais.

Sob outro prisma, ao analisar a distribuição das notificações por sexo, observa-se um 4
desequilíbrio significativo entre homens e mulheres no que se refere aos diagnósticos, conforme evidenciado no Gráfico 1.

A análise das notificações por sexo no período de 2014 a 2024 evidencia predominância consistente do sexo feminino em todos os anos da série histórica. No total acumulado do período, as mulheres corresponderam a 72% das notificações, enquanto os homens representaram 28%. Ao longo dos anos iniciais da série (2014-2016), a participação masculina manteve-se em torno de 33%, com 67% de notificações entre mulheres. A partir de 2017, observa-se discreta ampliação da participação feminina, variando entre 70% e 73%, enquanto os registros masculinos oscilaram entre 27% e 30%. Nos anos mais recentes da série, entre 2020 e 2024, essa distribuição manteve-se relativamente estável, com aproximadamente 72-73% das notificações entre mulheres e 27-28% entre homens, indicando persistente predominância feminina nos registros de síndrome de *Burnout* no país.

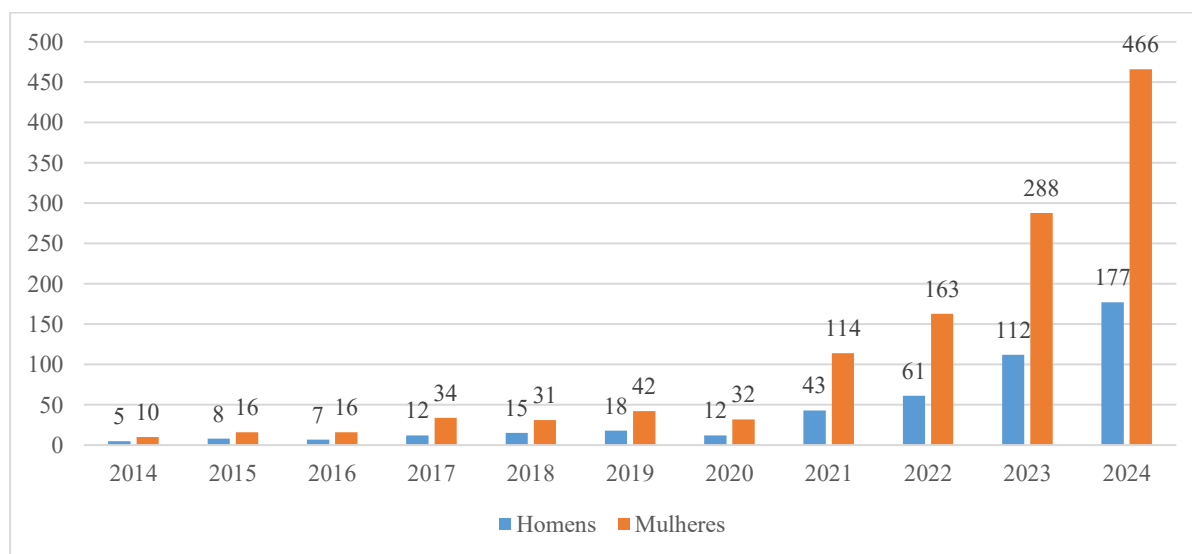
O predomínio feminino mencionado pode estar relacionado a múltiplos fatores, como a sobreposição entre funções profissionais e domésticas – especialmente no contexto do trabalho

remoto –, as desigualdades históricas de gênero no mercado de trabalho e a elevada carga emocional frequentemente atribuída às mulheres.

Nesse sentido, estudos apontam que mulheres apresentam maior suscetibilidade ao estresse ocupacional e ao esgotamento profissional, particularmente em contextos de elevada demanda laboral, como observado durante a pandemia de COVID-19, o que pode estar relacionado tanto às demandas profissionais quanto à sobrecarga associada à dupla jornada e às responsabilidades familiares e doméstica (SRIHARAN A et al., 2020; OZAMIZ-ETXEBARRIA N et al., 2023).

Estudos realizados com profissionais de saúde em serviços de emergência demonstram que mulheres apresentam níveis significativamente mais elevados de sintomas de estresse pós-traumático e maior vulnerabilidade a desfechos relacionados ao estresse ocupacional, reforçando a influência do gênero na manifestação de sofrimento psíquico associado ao trabalho (CARMASSI C et al., 2022).

Gráfico 1 – Distribuição das notificações por síndrome de Burnout segundo sexo no Brasil, no período de 2014 a 2024.



Fonte: XAVIER et al., 2016. Dados extraídos: SINAN Net/DATASUS

Ao analisar a distribuição das notificações por faixa etária, observa-se que adultos em idade economicamente ativa, especialmente entre 30 e 49 anos, concentram a maior parte dos casos. No período de 2014 a 2024, as faixas etárias de 30 a 39 anos e de 40 a 49 anos correspondem, juntas, a mais de 70% de todas as notificações registradas no país.

A maior concentração de notificações nas faixas etárias de 30 a 49 anos sugere maior exposição ao desgaste ocupacional em fases da vida caracterizadas por elevada atividade profissional e acúmulo de responsabilidades. Esse padrão também é descrito na literatura, que aponta maior vulnerabilidade ao estresse e ao *Burnout* entre mulheres jovens e profissionais em estágio intermediário da carreira, especialmente em contextos de crise sanitária como a pandemia de COVID-19 (SRIHARAN A et al., 2020)

Observa-se, ainda, uma elevação considerável nas faixas de 20 a 29 anos e de 50 a 59 anos nos anos mais recentes da série histórica, sobretudo após 2021.

Embora o grupo de 20 a 29 anos apresente um número absoluto menor de casos, o crescimento acentuado nos últimos três anos pode refletir tanto o ingresso precoce de jovens em ambientes de trabalho estressantes. Nesse sentido, estudos semelhantes, como o de Hayes SW et al., (2021), destacam mulheres jovens como grupos especialmente vulneráveis ao *Burnout* após a pandemia.

Em relação ao aumento citado em relação à faixa etária 50-59 anos, pode ser explicado pelo acúmulo de desgaste em profissionais mais experientes no período pandêmico e pós-pandêmico, além de efeitos da Reforma Previdenciária introduzida em 2019 (EC 103/2019).

Por outro lado, diferente dos resultados do presente estudo, pesquisas realizadas com professores durante a pandemia de COVID-19 não identificaram associação significativa entre idade e prevalência da exaustão profissional. Esse resultado sugere que, no contexto da docência, os desafios impostos pela pandemia podem ter impactado profissionais em diferentes fases da carreira de maneira relativamente homogênea (OZAMIZ-ETXEBARRIA N et al., 2023). Tal achado indica que os efeitos do esgotamento profissional podem variar conforme o contexto ocupacional, sugerindo que determinadas profissões podem apresentar padrões distintos de vulnerabilidade entre grupos etários.

Na análise da distribuição regional das notificações, observa-se que a região Sudeste concentra o maior número absoluto de registros (662), seguida pelas regiões Sul (434) e Nordeste (292). Entretanto, a interpretação desses dados deve considerar o tamanho populacional de cada região.

Nesse contexto, o Sudeste, por ser a região mais populosa do país, naturalmente tende a apresentar maior número de notificações. Todavia, ao observar os dados em relação à população residente, destaca-se o Sul como a região com proporção elevada de casos em comparação ao seu

contingente populacional, o que sugere uma possível maior vulnerabilidade ou maior taxa de notificação.

Por outro lado, o Nordeste, sendo a segunda região mais populosa, apresenta número relativamente baixo de registros, o que pode refletir uma provável subnotificação, menor acesso a serviços de saúde ocupacional ou contextos laborais distintos. O Centro-Oeste e o Norte apresentaram valores compatíveis com suas proporções demográficas, mas merecem atenção em análises regionais mais detalhadas.

Conforme exposto na Tabela 1, ao considerar os dados populacionais do último Censo do IBGE (2022) e calcular o número de casos em 100.000 habitantes, observa-se que, embora a região Sudeste apresente o maior número absoluto de casos, proporcionalmente as regiões mais afetadas são a Sul e a Centro-Oeste.

Tabela 1: Distribuição de casos de síndrome de *Burnout* por Região brasileira a cada 100 mil habitantes.

Região	População	Casos	Casos em 100.000 hab.
Sudeste	84.840.113	662	0,78
Centro-oeste	16.289.538	168	1,03
Sul	29.937.706	434	1,45
Norte	17.354.884	126	0,73
Nordeste	54.658.515	292	0,53
Total	203.080.756	1.682	0,83

Fonte: XAVIER et al., 2016. Dados extraídos: SINAN Net/DATASUS.

Ao observar a distribuição das notificações por unidade da federação (UF), o estado de São Paulo apresenta o maior número absoluto de casos (358), seguido por Paraná (195), Minas Gerais (144), Rio Grande do Sul (135), Rio de Janeiro (108) e Santa Catarina (104).

Entretanto, quando realizada a análise proporcional, os estados da região Sul – especialmente Paraná (1,69), Santa Catarina (1,36) e Rio Grande do Sul (1,18) – apresentam taxas significativamente superiores às observadas no Sudeste, onde São Paulo apresenta taxa de 0,77.

Tabela 2: Distribuição de casos de síndrome de *Burnout* por UF a cada 100 mil habitantes.

UF	Casos	População	Casos por 100 mil Hab.
SP	358	46,7 M	0,77
PR	195	11,5 M	1,69
MG	144	21,3 M	0,68
RS	135	11,4 M	1,18
RJ	108	17,5 M	0,62
SC	104	7,6 M	1,36

Fonte: XAVIER et al., 2016. Dados extraídos: SINAN Net/DATASUS.

Os resultados indicam que os estados do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul apresentam as maiores taxas proporcionais de notificações de exaustão mental, apesar de o maior número absoluto de casos ocorrer em São Paulo. Dessa forma, evidencia-se que números absolutos mais elevados não necessariamente correspondem a maior risco ou prevalência do fenômeno, reforçando a importância de análises ajustadas pela população.

A maior taxa observada na região Sul pode refletir fatores como maior acesso a serviços de saúde do trabalhador, sistemas de notificação mais sensíveis ou, possivelmente, maior exposição a fatores desencadeantes da síndrome.

Em síntese, os achados deste estudo indicam crescimento expressivo das notificações de síndrome de *Burnout* no Brasil após o início da pandemia de COVID-19, com predominância entre mulheres e adultos em idade economicamente ativa. A distribuição regional evidencia diferenças importantes entre as regiões do país, sugerindo possíveis variações na exposição a fatores de risco ocupacionais ou na capacidade de notificação dos serviços de saúde. Esses resultados reforçam a importância do monitoramento epidemiológico como problema emergente de saúde pública relacionado às transformações contemporâneas do mundo do trabalho.

Apesar dos achados relevantes, este estudo apresenta algumas limitações inerentes ao uso de bases secundárias de dados. As notificações provenientes do SINAN podem estar sujeitas à subnotificação, variações regionais na capacidade diagnóstica e diferenças nos fluxos de notificação entre os serviços de saúde. Além disso, mudanças na conscientização sobre saúde mental e no reconhecimento da síndrome de *Burnout* ao longo dos anos podem ter influenciado o aumento das notificações observadas. Dessa forma, os resultados devem ser interpretados considerando possíveis vieses relacionados à qualidade e à cobertura dos registros disponíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados apresentados ao longo deste estudo evidenciam um cenário crescente e preocupante de adoecimento mental relacionado ao trabalho, representado pela elevação expressiva das notificações de *Burnout* no Brasil após o início da pandemia de COVID-19. A análise temporal entre 2014 e 2024 demonstra não apenas um aumento quantitativo de casos, mas também a ampliação do fenômeno em diferentes segmentos da população, como mulheres, adultos em idade laboral plena (30-49 anos) e, mais recentemente, jovens adultos.

A partir dos dados, é possível inferir que a predominância das notificações na região Sudeste é coerente com seu peso populacional, porém, quando ajustadas proporcionalmente – por 100 mil habitantes –, as regiões Sul e Centro-Oeste revelam maiores taxas de registro, sugerindo realidades regionais distintas e, possivelmente, maior sensibilidade à notificação ou maior exposição a fatores psicossociais de risco. O mesmo se observa entre as Unidades da Federação, em que estados como Paraná e Santa Catarina, apesar de menores em população, apresentaram taxas proporcionalmente superiores a estados mais populosos como São Paulo e Minas Gerais.

Por fim, esses dados indicam não apenas a ampliação do *Burnout* como problema de Saúde Pública, mas também sua heterogeneidade no território nacional. O padrão de disparidades encontrado pode refletir desde diferenças nos modelos de trabalho regionais, até questões de acesso à saúde, cultura organizacional e práticas institucionais de reconhecimento e notificação do sofrimento psíquico. Tendo isso em vista, este estudo reforça a necessidade de monitoramento contínuo e políticas públicas específicas para grupos mais vulneráveis, considerando as nuances populacionais, etárias, regionais e de gênero.

Os achados deste estudo evidenciam um aumento expressivo e progressivo das notificações por *Burnout* no Brasil ao longo da última década, com destaque para o período pós-pandemia da COVID-19. O padrão observado revela não apenas a expansão do adoecimento mental associado ao trabalho, mas também importantes desigualdades de gênero, faixa etária e distribuição geográfica.

Nesse contexto, a predominância de casos entre mulheres, adultos em idade economicamente ativa e habitantes da região Sul, quando ajustados por população, reforça a necessidade de ações específicas e direcionadas a esses grupos. Frente ao impacto crescente do *Burnout* na saúde pública e na produtividade do país, torna-se essencial o fortalecimento de políticas de saúde mental do trabalhador, estratégias de prevenção e uma vigilância epidemiológica mais sensível às transformações do mundo do trabalho.

Os resultados deste estudo reforçam a necessidade de políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental no ambiente de trabalho. Estratégias institucionais que envolvam programas de prevenção do estresse ocupacional, acompanhamento psicológico e melhoria das condições laborais podem contribuir para reduzir o impacto do esgotamento profissional entre trabalhadores em idade economicamente ativa. Além disso, o monitoramento contínuo por

sistemas de vigilância epidemiológica é fundamental para orientar intervenções e identificar grupos mais vulneráveis ao adoecimento relacionado ao trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN). Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://datasus.saude.gov.br/aceso-a-informacao/doencas-e-agravos-de-notificacao-de-2007-em-diante-sinan/>. Acesso em: 1 dez. 2025.

CARMASSI C, et al. Gender and occupational role differences in work-related post-traumatic stress symptoms, burnout and global functioning in emergency healthcare workers. *Intensive & Critical Care Nursing*, 2022; 69: 103154.

HAN S, et al. Estimating the attributable cost of physician burnout in the United States. *Ann Intern Med*, 2019; 170(11): 784-790.

HAYES SW, et al. Perceived stress, burnout, and remote work before and during COVID-19: a study of workers in the United States. *SAGE Open*, 2021; 11(4).

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Censo Demográfico 2022. Rio de Janeiro: IBGE; 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/22827-censo-demografico-2022.html>. Acesso em: 16 jan. 2026.

LUBANCO GA. A síndrome de burnout como consequência da hiperconexão: uma análise pós-pandemia da COVID-19. *Rev Transformar*, 2023; 2(2): 54-66.

MORGANTINI LA, et al. Fatores que contribuem para o *Burnout* em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19: uma pesquisa global rápida. *PLOS ONE*. 2020;15(9):e0238217.

OZAMIZ-ETXEBARRIA N, et al. Prevalence of burnout among teachers during the COVID-19 pandemic: a meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023; 20: 4866

PINHEIRO JMG, et al. Qualidade de vida profissional e estresse ocupacional em trabalhadores de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 2023; 44: e20210309.

ROTENSTEIN LS, et al. Prevalence of burnout among physicians: a systematic review. *JAMA*, 2018; 320(11): 1131-1150.

SRIHARAN A, et al. Occupational stress, burnout, and depression in women in healthcare during COVID-19 pandemic: rapid scoping review. *Frontiers in Global Women's Health*, 2020; 1: 596690.

ZHANG L, et al. Gender differences in the experience of burnout and its correlates among Chinese psychiatric nurses during the COVID-19 pandemic: a large-sample nationwide survey. *International Journal of Mental Health Nursing*, 2022.