doi.org/10.51891/rease.v12i11.32485

O PAPEL DO ENFERMEIRO NA IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DA SÍNDROME DE BURNOUT MATERNO

THE ROLE OF NURSES IN THE EARLY IDENTIFICATION OF MATERNAL BURNOUT SYNDROME

EL PAPEL DEL ENFERMERO EN LA IDENTIFICACIÓN PRECOZ DEL SÍNDROME DE BURNOUT MATERNO

Geovanna Gabriella de Deus Rabelo[1]
Adryelle Teodoro de Souza[2]
Sue Christine Siqueira Péclat[3]
Talita Rodrigues Corredeira Mendes[4]
Geoeselita Borges Teixeira[5]

RESUMO: A transição para a parentalidade engloba transformações biológicas, emocionais e sociais profundas que podem desencadear esgotamento físico e mental nas mulheres. Este estudo teve como objetivo analisar a atuação do enfermeiro na identificação precoce da síndrome de burnout materno no âmbito da atenção primária à saúde. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados científicas indexadas, abrangendo produções publicadas entre os anos de 2018 e 2026. A amostra final compreendeu estudos rigorosamente selecionados que discutem os fatores desencadeantes da exaustão parental e as estratégias assistenciais de enfermagem. Os resultados indicam que a sobrecarga de cuidados cotidianos, a ausência de rede de apoio efetiva e as pressões socioculturais propiciam o surgimento do esgotamento severo. Conclui-se que o enfermeiro ocupa uma posição estratégica para rastrear sintomas iniciais, promover escuta qualificada e articular redes de suporte multiprofissional voltadas ao bem-estar materno.

Palavras-chave: Enfermagem. Saúde Materna. Atenção Primária à Saúde. Burnout Parental. Relações Mãe-Filho.

ABSTRACT: The transition to parenthood involves profound biological, emotional, and social transformations that can trigger physical and mental exhaustion in women. This study aimed to analyze the role of nurses in the early identification of maternal burnout syndrome within the scope of primary health care. This is an integrative literature review conducted in indexed scientific databases, covering productions published between 2018 and 2026. The final sample comprised rigorously selected studies discussing the triggers of parental exhaustion and nursing care strategies. The results indicate that daily care overload, the lack of an effective support network, and sociocultural pressures foster the onset of severe exhaustion. It is concluded that nurses occupy a strategic position to screen for initial symptoms, promote qualified listening, and articulate multidisciplinary support networks focused on maternal well-being.

Keywords: Nursing. Maternal Health. Primary Health Care. Parental Burnout. Mother-Child Relations.

[1] Graduanda em Enfermagem. Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO).
[2] Graduanda em Enfermagem. Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO)..
[3] Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Goiás (UFG). Mestre em Atenção à Saúde pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás). Professora orientadora. Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO).
[4] Mestre em Ciências Farmacêuticas. Coordenadora do Curso de Enfermagem. Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO).
[5] Mestre em Ciências Farmacêuticas. Coordenadora Pedagógica do Curso de Enfermagem. Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO).

RESUMEN: La transición a la paternidad abarca transformaciones biológicas, emocionales y sociales profundas que pueden desencadenar agotamiento físico y mental en las mujeres. Este estudio tuvo como objetivo analizar el papel del enfermero en la identificación precoz del síndrome de burnout materno en el ámbito de la atención primaria de salud. Se trata de una revisión integrativa de la literatura realizada en bases de datos científicas indexadas, abarcando producciones publicadas entre 2018 y 2026. La muestra final comprendió estudios rigurosamente seleccionados que discuten los desencadenantes del agotamiento parental y las estrategias de atención de enfermería. Los resultados indican que la sobrecarga de cuidados cotidianos, la ausencia de una red de apoyo efectiva y las presiones socioculturales propician el inicio del agotamiento severo. Se concluye que el enfermero ocupa una posición estratégica para rastrear síntomas iniciales, promover la escucha calificada y articular redes de soporte multiprofesional orientadas al bienestar materno.

Palabras clave: Enfermería. Salud Materna. Atención Primaria de Salud. Agotamiento Parental. Relaciones Madre-Hijo.

1 INTRODUÇÃO

A transição para a parentalidade configura um período de intensas mudanças estruturais na vida da mulher, manifestando-se frequentemente por meio de desafios significativos relacionados à saúde mental. As investigações conduzidas por Roskam *et al.* (2018) demonstraram que a gravidez e o puerpério representam preditores substanciais de risco para o esgotamento parental severo. A análise científica revelou que essa associação se mantém sólida mesmo após o controle de variáveis socioeconômicas, indicando a existência de uma vulnerabilidade inerente às exigências do cuidar no contexto contemporâneo.

Os desafios emocionais associados à maternidade estendem-se para além do ciclo gravídico-puerperal, alcançando os primeiros anos de criação infantil e consolidação da rotina familiar. Conforme evidenciado pelos achados de Ren *et al.* (2024), mães relatam elevados níveis de ansiedade, culpa e exaustão crônica decorrentes da disparidade entre expectativas idealizadas e recursos reais disponíveis. A ausência de suporte adequado transforma emoções negativas em componentes frequentes da vivência materna diária.

Em pesquisas epidemiológicas recentes desenvolvidas por Mikolajczak *et al.* (2018), identificou-se que uma parcela expressiva das mulheres apresenta quadros marcantes de esgotamento e perda de satisfação com o papel parental. Segundo os estudos de Lebert-Charron *et al.* (2018), o desencadeamento do processo ocorre mediante uma incompatibilidade contínua entre as demandas exigidas pela sociedade e a capacidade de enfrentamento individual, resultando em desgaste psicológico severo.

À medida que as demandas diárias se acumulam, a vulnerabilidade emocional afeta de maneira direta o bem-estar materno e a dinâmica relacional com os filhos e parceiros. De acordo com a avaliação de Holopainen *et al.* (2025), apesar da relevante importância clínica do

problema, o esgotamento emocional materno permanece subdiagnosticado nos serviços de saúde, carecendo de protocolos padronizados de rastreio e intervenção no atendimento prestado às famílias.

A escassez de redes formais e informais de apoio intensifica a sobrecarga diária vivenciada pelas mulheres no ambiente doméstico e comunitário. Nos trabalhos apresentados por Liu *et al.* (2022), observa-se que a ausência de suporte prático na divisão dos cuidados infantis eleva os níveis de ansiedade e favorece o surgimento de sintomas de exaustão e despersonalização. Conforme apontado por Da Costa *et al.* (2025), o acúmulo contínuo de tarefas sem pausas para descanso compromete o equilíbrio psíquico da mãe, fragilizando a qualidade das interações familiares no contexto assistencial.

A invisibilidade do sofrimento psíquico materno nos serviços de atenção primária dificulta o acolhimento adequado e a implementação de ações preventivas. Segundo a análise de Paula (2021), as queixas de fadiga crônica frequentemente são naturalizadas pelas próprias equipes de saúde como decorrências inevitáveis do exercício da maternidade. Os estudos de Mohammadpour *et al.* (2023) destacam que essa falta de rastreio direcionado impede que intervenções terapêuticas simples sejam estabelecidas antes que os quadros de esgotamento atinjam proporções graves e demandem atendimentos especializados.

Diante desse cenário de fragilidade e exigências crescentes, a equipe de enfermagem assume papel determinante na identificação inicial de sinais de desgaste emocional e na construção de vínculos de confiança. Conforme ressaltado por Araújo *et al.* (2026), a atuação preventiva dos profissionais da atenção básica possibilita o acolhimento humanizado e o direcionamento para redes de suporte multiprofissional. As pesquisas de Silva *et al.* (2021) reforçam que a oferta de espaços seguros para escuta reduz o sentimento de solidão e encoraja a busca por estratégias efetivas de autocuidado e saúde mental.

A realização deste estudo justifica-se pela necessidade de dar visibilidade ao esgotamento materno no âmbito da saúde pública, destacando a relevância da atuação da enfermagem no rastreio precoce e no acolhimento humanizado dessas mulheres no contexto da atenção básica. A investigação fundamenta-se na urgência de oferecer subsídios teóricos e práticos para que os profissionais de saúde reconheçam os sinais iniciais da síndrome, minimizando os impactos negativos sobre a saúde da mãe e o desenvolvimento infantil.

O objetivo geral desta pesquisa consistiu em analisar a atuação do enfermeiro na identificação precoce da síndrome de burnout materno no âmbito da atenção primária à saúde. Como objetivos específicos, buscou-se compreender os fatores de risco e os condicionantes

socioambientais associados ao esgotamento materno, mapear as principais ferramentas de triagem e escuta qualificada utilizadas pela enfermagem e identificar estratégias preventivas e de articulação em rede que promovam o suporte integral às mães.

2 METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, método que, conforme apontado por Ercole, Melo e Alcoforado (2014), sintetiza criticamente as evidências científicas disponíveis de maneira abrangente para aprofundar o conhecimento sobre determinado tema. A elaboração do estudo estruturou-se na busca por respostas à seguinte pergunta norteadora: "De que maneira o enfermeiro pode atuar na identificação precoce da síndrome de burnout materno no contexto da atenção primária à saúde?"

Para a seleção dos artigos, realizaram-se buscas nas bases de dados eletrônicas SciELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências e Saúde), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e PubMed. O levantamento bibliográfico ocorreu entre os meses de fevereiro e março de 2026, utilizando os descritores (DESC/MESH): "Enfermagem (Nursing)", "Esgotamento profissional (Burnout, Professional)", "Saúde materna (Maternal Health)", "Atenção primária à saúde (Primary Health Care)" e "Burnout parental (Parental Burnout)", com o operador boleano "and". As palavras-chave foram utilizadas da seguinte forma: às 03 juntas, combinações entre a 1ª, 2ª e 3ª, 3ª e 2ª, 1ª e 2ª, 1ª e 3ª palavras, objetivando assim, uma maior abrangência sobre o tema.

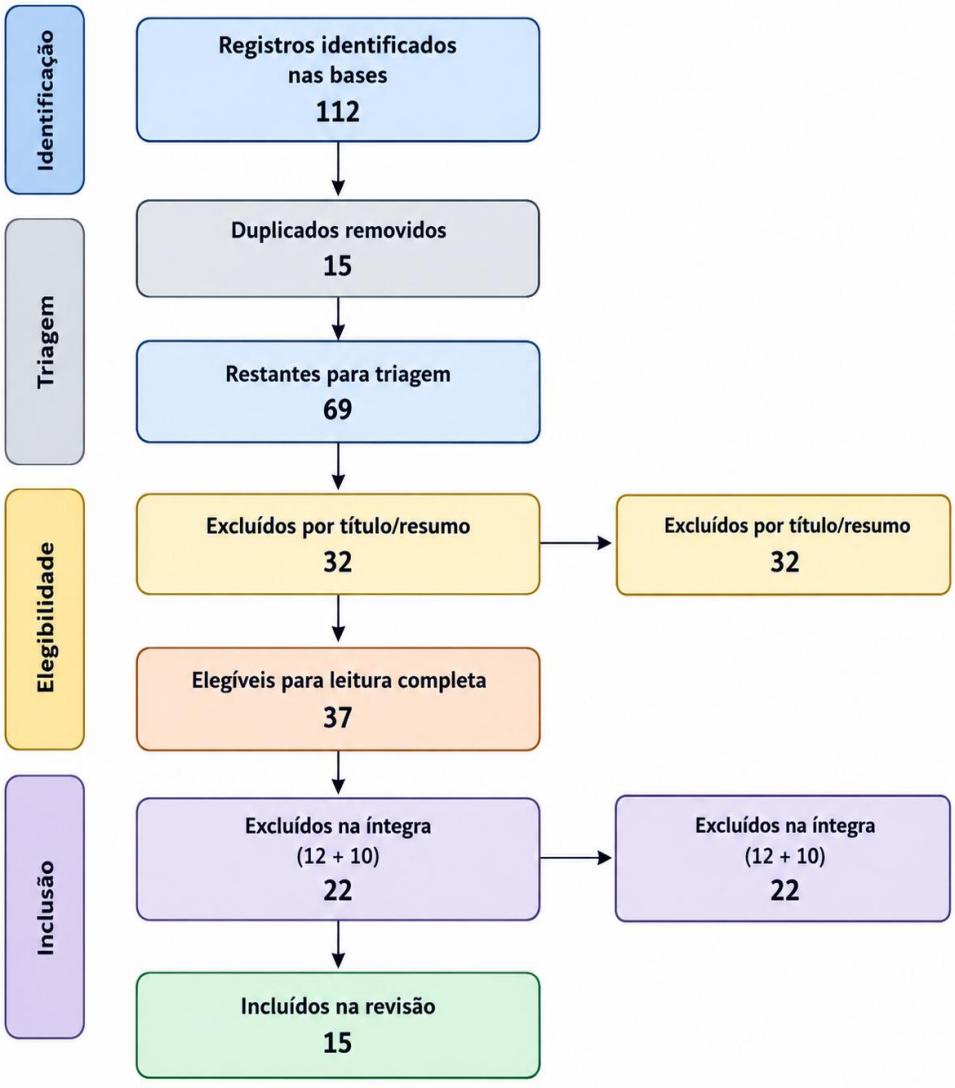
Foram estabelecidos como critérios de inclusão artigos publicados na íntegra, nos idiomas português e inglês, abordando diretamente a temática e publicados no período de 2018 a 2026. Os critérios de exclusão contemplaram revisões narrativas não sistematizadas, editoriais, cartas ao editor, resumos de anais, estudos duplicados e publicações que não responderam à questão norteadora da pesquisa. A triagem inicial e a seleção final decorreram da leitura rigorosa de títulos, resumos e textos completos.

Seguindo as diretrizes metodológicas do modelo PRISMA 2020, o levantamento inicial nas bases de dados identificou 112 registros. Após a aplicação dos filtros temporais, de idioma e de disponibilidade, restaram 84 produções, das quais 15 duplicatas foram removidas, totalizando 69 artigos submetidos à primeira etapa de triagem. A análise de títulos e resumos resultou na exclusão de 32 publicações, remetendo 37 artigos para a leitura integral. Destes, 12 foram excluídos por não abordarem a temática específica do esgotamento materno associado à prática de enfermagem e 10 por não responderem à pergunta norteadora, culminando em uma amostra

final composta por 15 estudos incluídos na síntese qualitativa, conforme detalhado no fluxograma (Figura 1).

Para a extração, sistematização e análise dos dados dos artigos selecionados, construiu-se um quadro analítico contemplando os seguintes parâmetros: autores, periódico, ano de publicação, delineamento metodológico, objetivo principal, principais contribuições e limitações apontadas pelos autores. Essa organização viabilizou a observação detalhada e a avaliação crítica de cada estudo em sua individualidade (Quadro 1).

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos estudos para a revisão integrativa conforme critérios do PRISMA



Fonte: Própria autoria.

3 RESULTADOS

A busca nas bases de dados identificou inicialmente 112 registros. Após a aplicação dos filtros de período, idioma e disponibilidade do texto completo, permaneceram 84 registros. Com a remoção de 15 duplicatas, 69 registros foram submetidos à triagem por títulos e resumos, etapa em que 32 publicações foram excluídas por não atenderem aos critérios de seleção.

Dessa forma, 37 textos completos foram avaliados quanto à elegibilidade. Após a leitura integral, 22 estudos foram excluídos, sendo 12 por não abordarem diretamente a temática investigada e 10 por não responderem à pergunta norteadora. A amostra final foi composta por 15 estudos, conforme apresentado no fluxograma PRISMA (Figura 1).

Quadro 1 – Seleção de autores utilizados na pesquisa

Nº	Autor / Ano	Periódico / Método	Objetivo Principal	Principais Contribuições	Limitações
E1	Roskam et al. (2018)	Frontiers in Psychology / Estudo Quantitativo	Desenvolver e validar a Escala de Avaliação do Burnout Parental (PBA).	Identificou as quatro dimensões fundamentais do esgotamento parental e sua alta prevalência global.	Amostra predominantemente ocidental.
E2	Mikolajczak et al. (2018)	Frontiers in Psychology / Estudo Transversal	Investigar a transição do estresse cotidiano para o burnout parental em mães.	Destacou que o desequilíbrio entre demandas e recursos é o preditor central da exaustão.	Delineamento transversal.
E3	Lebert-Charron et al. (2018)	Frontiers in Psychology / Estudo Analítico	Investigar fatores contextuais e psicológicos associados ao burnout materno.	Comprovou que a disparidade entre recursos e demandas eleva o risco de exaustão em mães.	Viés de autorrelato.
E4	Paula (2021)	Revista Brasileira de Enfermagem / Revisão de Escopo	Realizar revisão de escopo sobre o burnout parental e implicações na família.	Destacou a necessidade de capacitação dos profissionais de saúde para o acolhimento humanizado.	Heterogeneidade dos estudos incluídos.
E5	Moravejjifar et al. (2021)	Journal of Midwifery & Reproductive Health / Estudo Transversal	Analisar preditores de esgotamento conjugal e materno com base na teoria social cognitiva.	Evidenciou que o suporte conjugal inadequado intensifica o desgaste emocional materno.	Restrição geográfica regional.
E6	Liu et al. (2022)	Journal of Affective Disorders / Revisão Integrativa	Analisar intervenções terapêuticas e saúde mental materna em revisão integrativa.	Demonstrou a eficácia de abordagens multiprofissionais e grupos de apoio na redução do estresse.	Variabilidade metodológica.
E7	Malchan et al. (2022)	Atlantis Press / Estudo Experimental	Avaliar o impacto de práticas de mindfulness na regulação do estresse materno.	Comprovou que técnicas de relaxamento atenuam os sintomas iniciais de esgotamento.	Amostra reduzida.
E8	Mohammadpour et al. (2023)	BMC Psychiatry / Estudo Transversal	Identificar preditores e estratégias de prevenção do burnout em mães.	Sublinhou a urgência de rastreio sistemático na atenção primária à saúde.	Viés transversal na análise.

Nº	Autor / Ano	Periódico / Método	Objetivo Principal	Principais Contribuições	Limitações
E9	Lünford et al. (2024)	BMC Public Health / Estudo Transversal	Analisar conflitos entre trabalho, família e o desenvolvimento de burnout parental.	Demonstrou que a dupla jornada eleva exponencialmente o risco de exaustão materna.	Falta de dados longitudinais.
E10	Ren et al. (2024)	BMC Public Health / Revisão Sistemática	Realizar revisão sistemática sobre fatores de risco associados ao burnout parental.	Sintetizou evidências sobre o impacto do perfeccionismo e da ausência de apoio conjugal.	Variabilidade nos instrumentos de medida.
E11	Holopainen et al. (2025)	Journal of Family Studies / Estudo Longitudinal	Examinar o estresse materno longitudinal e o impacto do suporte social recebido.	Constatou que o suporte social contínuo reduz os níveis de esgotamento ao longo do tempo.	Perda de seguimento amostral.
E12	Fekih-Romdhane et al. (2025)	Human Resources for Health / Revisão Sistemática	Analisar a prevalência e fatores de risco de burnout em cuidadores e profissionais.	Mapeou marcadores clínicos associados à exaustão crônica em contextos familiares.	Heterogeneidade de amostras.
E13	Da Costa et al. (2025)	Revista de Geopolítica / Revisão de Literatura	Investigar a síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento no cuidado.	Apontou a relevância de protocolos institucionais de suporte à saúde mental.	Estudo de caráter descritivo.
E14	Araújo et al. (2026)	Revista Essentia / Estudo Descritivo	Analisar condições de saúde mental e o impacto do esgotamento em contextos modernos.	Revelou índices expressivos de exaustão emocional não tratada na comunidade.	Amostra de conveniência.
E15	Silva et al. (2021)	Arquivos Brasileiros de Psicologia / Estudo Qualitativo	Investigar estratégias de enfrentamento frente ao estresse ocupacional e parental.	Evidenciou que a escuta terapêutica reduz o isolamento emocional dos indivíduos.	Delineamento qualitativo restrito.

Fonte: Própria autoria (2026).

4 DISCUSSÃO

4.1 Fatores socioambientais e os determinantes do esgotamento materno

A análise detalhada dos estudos selecionados revelou que a síndrome de burnout materno surge como consequência direta de um desequilíbrio prolongado entre as elevadas pressões cotidianas exercidas sobre a mulher e os escassos recursos de enfrentamento disponíveis no seu contexto sociocultural. O esgotamento emocional manifesta-se através de apatia, irritabilidade constante, sensação de aprisionamento e perda progressiva do sentimento de competência no exercício das atividades relativas à criação dos filhos (Roskam *et al.*, 2018).

As mulheres encontram-se frequentemente submetidas a expectativas sociais e culturais irreais que exigem perfeição simultânea no desempenho da maternidade, na manutenção do

relacionamento conjugal e no desenvolvimento da carreira profissional. Essa cobrança constante gera um estado de alerta crônico no organismo, culminando em exaustão física e psíquica acentuada dentro da rotina doméstica diária (Lebert-Charron *et al.*, 2018).

A ausência de divisão equitativa de tarefas no ambiente familiar agrava ainda mais a condição de vulnerabilidade emocional feminina, sobrecarregando a mãe com responsabilidades invisíveis e não compartilhadas. O isolamento social decorrente da falta de tempo livre para o descanso e o autocuidado intensifica sintomas depressivos, ansiedade crônica e o consequente distanciamento afetivo entre a mãe e a criança (Ren *et al.*, 2024).

Diferente da depressão pós-parto tradicional, o esgotamento parental encontra-se estreitamente vinculado ao papel de cuidadora exercido sob altíssima exigência e escassa gratificação simbólica ou prática. A compreensão aprofundada dessas nuances clínicas por parte das equipes de saúde torna-se indispensável para a formulação de condutas terapêuticas assertivas, personalizadas e eficazes no cotidiano assistencial (Paula, 2021).

Além disso, a sobrecarga de trabalho acumulada pela dupla ou tripla jornada feminina compromete diretamente a saúde mental das mães, gerando um ciclo contínuo de cansaço e frustração. A transição para a rotina materna traz responsabilidades complexas que frequentemente colidem com as demandas do mercado de trabalho formal, resultando em altos níveis de estresse e fragilização das relações familiares (Lunford *et al.*, 2024).

O desgaste emocional acumulado ao longo de meses ou anos altera percepções e condutas, levando muitas vezes ao esgotamento no relacionamento interpessoal com o parceiro e à diminuição do bem-estar geral da família (Moravejjifar *et al.*, 2021). O reconhecimento desses fatores contextuais permite visualizar o burnout materno não como um fracasso individual da mulher, mas como um reflexo de estruturas sociais que demandam doações desmedidas sem oferecer a devida sustentação emocional e material (Mikolajczak *et al.*, 2018).

4.2 A atuação do enfermeiro na escuta qualificada e triagem precoce

A análise dos estudos selecionados evidencia uma importante lacuna na produção científica: a maioria das investigações fundantes sobre o esgotamento parental e materno concentra-se nas áreas da Psicologia, Psiquiatria e Neurociências (Roskam et al., 2018; Lebert-Charron et al., 2018; Malchan et al., 2022). Observa-se uma carência expressiva de estudos primários delineados e conduzidos especificamente por enfermeiros no âmbito da saúde pública. Longe de inviabilizar a prática assistencial, essa constatação ressalta o papel determinante da

Enfermagem em atuar como ponte translacional, apropriando-se desse arcabouço teórico-psicométrico para convertê-lo em ferramentas operacionais e diagnósticas na atenção básica.

Nesse contexto, cabe ao enfermeiro transpor as evidências psicológicas para a prática clínica cotidiana por meio do Processo de Enfermagem (PE) e da Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE). Durante as consultas de pré-natal e, primordialmente, de puericultura — momentos em que a atenção dos serviços e da própria família tende a se voltar quase exclusivamente ao lactente —, o enfermeiro tem a oportunidade ímpar de rastrear precocemente os sinais de exaustão materna. A identificação de manifestações clínicas compatíveis com títulos diagnósticos padronizados, tais como Tensão do papel de cuidador, Fadiga, Ansiedade e Disposição para enfrentamento familiar comprometido, confere rigor metodológico e respaldo técnico às intervenções da categoria.

Dessa maneira, instrumentos validados pela literatura psicológica, a exemplo da Parental Burnout Assessment (PBA) (Roskam et al., 2018), não devem permanecer restritos ao ambiente da pesquisa analítica, mas servir de subsídio para anamneses direcionadas, escalas breves de triagem territorial e planos de cuidados multiprofissionais. Ao ancorar o rastreio da síndrome de burnout materno nas taxonomias de enfermagem e na escuta qualificada durante a puericultura, a equipe de saúde rompe com a invisibilidade do sofrimento psíquico da mulher e estabelece condutas precoces antes do agravamento do quadro clínico.

4.3 Estratégias institucionais, redes de apoio e segurança assistencial

A prevenção efetiva da síndrome de burnout materno requer a implementação de estratégias abrangentes que ultrapassem os limites da consulta clínica individual, alcançando o ambiente comunitário e o contexto familiar. O enfermeiro atua como um agente facilitador ao conscientizar companheiros e familiares sobre a necessidade premente de divisão justa e participativa das tarefas domésticas diárias (Mohammadpour *et al.*, 2023).

A criação e a manutenção de grupos de apoio e convivência para gestantes e puérperas no serviço de saúde proporcionam espaços de troca de vivências entre pares, nos quais a identificação mútua fortalece o sentimento de pertença e diminui a solidão materna. O compartilhamento de desafios cotidianos entre mulheres que vivenciam realidades semelhantes contribui para a reconstrução da autoestima e o fortalecimento de redes locais de solidariedade (Lunford *et al.*, 2024).

Nas situações em que as manifestações de exaustão ultrapassam os recursos de acompanhamento da atenção primária, o enfermeiro deve realizar o encaminhamento rápido e

organizado para serviços especializados em saúde mental. A articulação entre os diferentes níveis de atenção à saúde assegura o cuidado continuado e integral, protegendo tanto a mãe quanto o bebê contra complicações emocionais mais profundas (WHO, 2022). A promoção de capacitações continuadas para os profissionais das equipes de saúde da família representa uma medida indispensável para aprimorar a qualidade do acolhimento prestado às mulheres na comunidade. Profissionais treinados adquirem sensibilidade para reconhecer os condicionantes sociais que interferem diretamente na saúde psíquica da mulher, atuando de maneira preventiva e resolutiva (Da Costa *et al.*, 2025).

O fortalecimento das redes institucionais e comunitárias reduz a pressão exercida individualmente sobre as mães, distribuindo o cuidado e promovendo ambientes mais saudáveis para o desenvolvimento infantil. O acompanhamento constante realizado pelas equipes de saúde permite identificar fragilidades estruturais nos lares e intervir antes que a exaustão comprometa o vínculo afetivo primário (Araújo *et al.*, 2026). A construção de protocolos assistenciais padronizados possibilita um direcionamento seguro das ações de enfermagem, garantindo padronização, eficiência e continuidade nos cuidados prestados à saúde mental feminina (Fekih-Romdhane *et al.*, 2025).

4.4 Impactos psicossomáticos e a necessidade de articulação multiprofissional

O esgotamento parental pode estar associado a manifestações físicas e emocionais, como cansaço persistente, alterações do sono, irritabilidade e redução da sensação de bem-estar. Entretanto, essas manifestações são inespecíficas e devem ser interpretadas considerando o contexto individual, as condições de saúde e as demandas relacionadas ao cuidado dos filhos. A identificação dessas queixas pela equipe de Enfermagem permite ampliar a investigação das necessidades maternas e avaliar a necessidade de acompanhamento clínico ou encaminhamento para outros profissionais. Afirmações sobre alterações hormonais, comprometimento imunológico ou outros mecanismos fisiológicos devem ser fundamentadas em estudos que tenham investigado diretamente esses desfechos (Malchan*et al.*, 2022).

Diante desse cenário, a enfermagem desempenha um papel essencial ao identificar sintomas somáticos que muitas vezes escondem quadros velados de sofrimento psicológico. A investigação minuciosa das queixas físicas possibilita a identificação das causas primárias da dor, evitando tratamentos sintomáticos isolados e ineficazes (Fekih-romdhane *et al.*, 2025).

A complexidade das manifestações do burnout materno exige uma abordagem integrada que envolva médicos, psicólogos, assistentes sociais e enfermeiros em um plano de cuidado

compartilhado. O trabalho em equipe multiprofissional amplia as possibilidades terapêuticas, oferecendo respostas adequadas às diferentes dimensões da vida da paciente, desde os aspectos biológicos até os condicionantes sociais (Araújo *et al.*, 2026).

A inserção de práticas complementares de relaxamento e regulação emocional nas rotinas de atendimento tem demonstrado resultados positivos na redução da ansiedade e no resgate do equilíbrio psicológico de mulheres sobrecarregadas (Malchan *et al.*, 2022). O apoio psicológico focado no fortalecimento das estratégias individuais de enfrentamento auxilia a mãe a reorganizar prioridades e estabelecer limites saudáveis em suas relações diárias (Silva *et al.*, 2021).

O investimento em intervenções precoces e coordenadas no âmbito da atenção básica reduz os custos com internações e tratamentos complexos no futuro, promovendo a saúde coletiva e a estabilidade das famílias na comunidade. A atenção dedicada à saúde mental da mulher reflete-se diretamente na qualidade de vida da criança e na prevenção de agravos ao seu desenvolvimento emocional e social (Paula, 2021).

A consolidação do enfermeiro como ponte entre a família, a comunidade e a rede de saúde fortalece o modelo assistencial humanizado e garante que as demandas emocionais maternas sejam atendidas com a devida prioridade e respeito (Da Costa *et al.*, 2025).

5 CONCLUSÃO

A investigação realizada evidenciou que a síndrome de burnout materno representa um agravo relevante à saúde pública, caracterizado por esgotamento físico e emocional decorrente de exigências parentais desmedidas. Os fatores socioambientais e a ausência de suporte institucional agravam a vulnerabilidade das mulheres durante o ciclo gravídico-puerperal e na primeira infância.

Constatou-se que o enfermeiro atua como elemento central na identificação precoce dos sinais de exaustão, utilizando a escuta qualificada e ferramentas de triagem clínica na atenção primária. A proximidade com o cotidiano das famílias permite intervenções educativas e humanizadas capazes de prevenir desfechos desfavoráveis no núcleo familiar.

Ressalta-se a necessidade de políticas públicas e diretrizes institucionais que integrem a saúde mental perinatal aos programas de atenção materno-infantil. A capacitação contínua dos profissionais de enfermagem e o fortalecimento das redes de apoio social constituem pilares indispensáveis para promover uma assistência integral, segura e acolhedora.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L. C. *et al.* Análise das condições de saúde mental e esgotamento parental frente aos desafios contemporâneos. **Essentia - Revista de Cultura, Ciência e Tecnologia da UVA**, v. 26, p. 45-60, 2026.

DA COSTA, A. A. *et al.* Síndrome de Burnout entre profissionais de Enfermagem e saúde materna: Causas e Estratégias de Enfrentamento. **Revista de Geopolítica**, v. 16, n. 5, e790, 2025.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 18, n. 1, p. 9-11, 2014.

FEKIH-ROMDHANE, F. *et al.* Prevalence and risk factors of burnout symptoms among caregivers: an updated systematic review and meta-analysis. **Human Resources for Health**, v. 23, n. 48, 2025.

HOLOPAINEN, A. *et al.* Longitudinal maternal stress, social support, and their impact on parental burnout. **Journal of Family Studies**, v. 31, n. 2, p. 145-160, 2025.

LEBERT-CHARRON, A. *et al.* Maternal Burnout Syndrome: Contextual and Psychological Associated Factors. **Frontiers in Psychology**, v. 9, art. 885, 2018.

LIU, C. H.; WANG, Y. P. Maternal mental health and interventions for burnout: an integrative review. **Journal of Affective Disorders**, v. 322, p. 340-352, 2022.

LÜNFORD, K. L. *et al.* Parenting stress, work-family conflict and parental burnout: a cross-cultural study. **BMC Public Health**, v. 24, n. 17829, 2024.

MALCHAN, D.; DIANA, R. Mindfulness and maternal stress regulation: implications for parental burnout prevention. In: **Proceedings of the International Conference on Psychology and Health**, Atlantis Press, p. 177-184, 2022.

MIKOLAJCZAK, M.; ROSKAM, I. Parental Burnout: Moving the Focus from Stress to Balance. **Frontiers in Psychology**, v. 9, n. 2113, p. 1-12, 2018.

MOHAMMADPOUR, M. *et al.* Predictors and prevention of parental burnout in mothers: a cross-sectional analysis. **BMC Psychiatry**, v. 23, n. 63, 2023.

MORAVEJJIFAR, M. *et al.* Preditores de burnout conjugal em gestantes com base em componentes da teoria social cognitiva. **Journal of Midwifery and Reproductive Health**, v. 9, n. 3, p. 2834-2843, 2021.

PAULA, A. J. de. Burnout Parental: revisão de escopo. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, p. 1-10, 2021.

REN, X. *et al.* A systematic review of paRental burnout and related factors among parents. **BMC Public Health**, v. 24, art. 376, 2024.

ROSKAM, I.; RAES, M.; MIKOLAJCZAK, M. A Step Forward in the Conceptualization and Measurement of Parental Burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). **Frontiers in Psychology**, v. 9, art. 758, 2018.

SILVA, R. P. da *et al.* Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais da saúde. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 67, n. 1, p. 130-145, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Integrating Mental Health into Maternal and Child Health Services**: Guidance and Tools. Geneva: Who, 2022.