REVISTA ELETRÔNICA
ACERVO ENFERMAGEM
ISSN 2674-7189



Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem no centro cirúrgico

Burnout Syndrome in nursing professionals in the surgical center

Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería en el quirófano

Lídia Pereira Lima[1], Kathiane Magalhães Mendes[1].

RESUMO

Objetivo: Identificar fatores estressores do trabalho da equipe de enfermagem na unidade do centro cirúrgico que favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout. **Métodos:** Refere-se a uma revisão integrativa da literatura, com a seguinte questão norteadora: Quais os fatores estressores do trabalho da equipe de enfermagem na unidade de centro cirúrgico favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout? **Resultados:** Foram selecionados 11 artigos e definidas três categorias de análise: Fatores estressores que favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout entre os profissionais da enfermagem que atuam no centro cirúrgico; Estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de enfermagem que atuam no centro cirúrgico relacionados à Síndrome de Burnout; Principais consequências da Síndrome de Burnout para a saúde física e mental dos profissionais de enfermagem que atuam no centro cirúrgico. **Considerações finais:** A análise das categorias apresentadas evidencia que o Burnout entre profissionais de enfermagem que atuam no centro cirúrgico é um fenômeno multidimensional, decorrente da interação entre fatores individuais, organizacionais e ambientais. As consequências são expressivas e repercutem em múltiplos níveis: individuais, organizacionais e assistenciais. Diante dessa realidade, torna-se imprescindível que gestores e profissionais reconheçam a magnitude do problema e adotem medidas preventivas e interventivas eficazes.

Palavras-chave: Burnout, Enfermagem, Esgotamento profissional, Estresse psicológico, Centro cirúrgico.

ABSTRACT

Objective: To identify work-related stressors for the nursing team in the surgical center unit that contribute to the occurrence of Burnout Syndrome. **Methods:** This is an integrative literature review, guided by the following question: What work-related stressors for the nursing team in the surgical center unit contribute to the occurrence of Burnout Syndrome? **Results:** Eleven articles were selected, and three categories of analysis were defined: Stressors that contribute to the occurrence of Burnout Syndrome among nursing professionals working in the surgical center; Coping strategies of nursing staff working in the surgical center related to Burnout Syndrome; Main consequences of Burnout Syndrome for the physical and mental health of nursing professionals working in the surgical center. **Final considerations:** The analysis of the presented categories shows that Burnout among nursing professionals working in the surgical center is a multidimensional phenomenon, resulting from the interaction between individual, organizational, and environmental factors. The consequences are significant and have repercussions on multiple levels: individual, organizational, and

[1] Fundação de ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde (FEPECS), Brasília – DF.

SUBMETIDO EM: 2/2026 | **ACEITO EM: 3/2026** | **PUBLICADO EM: 5/2026**

healthcare. Given this reality, it is essential that managers and professionals recognize the magnitude of the problem and adopt effective preventive and interventional measures.

Keywords: Burnout, Nursing, Agotamiento profesional, Stress, Hospital surgery department.

RESUMEN

Objetivo: Identificar los factores estresantes laborales que contribuyen al síndrome de Burnout en el equipo de enfermería del centro quirúrgico. **Métodos:** Se realizó una revisión bibliográfica integradora, guiada por la siguiente pregunta: ¿Qué factores estresantes laborales que contribuyen al síndrome de Burnout en el equipo de enfermería del centro quirúrgico? **Resultados:** Se seleccionaron once artículos y se definieron tres categorías de análisis: Factores estresantes que contribuyen al síndrome de Burnout en profesionales de enfermería que trabajan en el centro quirúrgico; Estrategias de afrontamiento del personal de enfermería que trabaja en el centro quirúrgico relacionadas con el síndrome de Burnout; Principales consecuencias del síndrome de Burnout para la salud física y mental de los profesionales de enfermería que trabajan en el centro quirúrgico. **Consideraciones finales:** El análisis de las categorías presentadas muestra que el síndrome de Burnout en profesionales de enfermería que trabajan en el centro quirúrgico es un fenómeno multidimensional, resultado de la interacción entre factores individuales, organizacionales y ambientales. Las consecuencias son significativas y tienen repercusiones en múltiples niveles: individual, organizacional y de atención médica. Ante esta realidad, es esencial que los gerentes y profesionales reconozcan la magnitud del problema y adopten medidas preventivas e intervencionistas efectivas.

Palabras clave: Burnout, Enfermería, Agotamiento professional, Estrés psicológico, Servicio de cirugía en hospital.

INTRODUÇÃO

Há uma crescente preocupação com as condições inadequadas de trabalho da equipe de enfermagem, em especial, nos hospitais, onde os riscos ocupacionais tendem a ser maiores. Acrescido a isso, tem-se inerente a própria atividade, o convívio com a tensão emocional constante em virtude dos agentes estressores da profissão e de situações cotidianas permeadas pela dor e pelo sofrimento de pacientes e familiares. Nesse contexto, pode-se inferir que a realidade do trabalho possibilita uma desorganização dos processos psíquicos, ocasionando adoecimentos como a ocorrência da Síndrome de Burnout (MENEGHINI F, et al., 2011)

Apontada como um fenômeno em expansão na atualidade, a Síndrome de Burnout é percebida como uma resposta emocional a episódios de estafa em decorrência de estresse crônico relacionado ao trabalho. Envolve três importantes dimensões: exaustão emocional determinada pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional; a despersonalização, que é definida pela falta de sensibilidade e a dureza ao responder às pessoas receptoras de seu serviço, e por fim, a baixa realização profissional, que se refere a uma diminuição do sentimento de competência em relação ao trabalho (FRANÇA FM, FERRARI R, 2012).

Além da Síndrome de Burnout, o estresse ocupacional também tem deixado sequelas entre os trabalhadores e a longo prazo, pode ocasionar incapacidade para as atividades laborais, gerando custos, perda de renda vitalícia e aposentadoria antecipada, além do risco de suicídio (MARGIS R, et al., 2003; PRADO CEP, 2016).

Dados revelam que o estresse está vez mais presente em diversas profissões, dentre elas, destaca-se a enfermagem. Os profissionais de enfermagem, por estarem diretamente envolvidos no cuidado e na manutenção da qualidade de vida de outros indivíduos, enfrentam diariamente situações contrastantes no seu cotidiano laboral como a melhora de um paciente e o agravamento ou morte de outro, dor, indiferença e sofrimento de diversas formas. Com isso, em muitas ocasiões, acabam por abandonar seu autocuidado e por fim, adoecem, fisicamente e emocionalmente (DAPPER ASS, et al., 2021).

O ambiente hospitalar é considerado um local estressante e insalubre. Inúmeros eventos estressores podem ser vivenciados nesse local como, por exemplo, angústia, sofrimento físico e emocional, as condições de trabalho, muitas vezes precárias e com escassez de recursos e demandas de assistência. Alguns setores são mais favoráveis a gerar um maior nível de estresse nos profissionais devido à alta complexidade das atividades desenvolvidas, a exemplo, podemos citar as unidades de emergência, de terapia intensiva e de centro cirúrgico (PRETO VA, PEDRÃO LJ, 2009).

A resposta ao estresse depende das características individuais e das demandas do meio externo. Assim, compreende aspectos cognitivos, comportamentais e fisiológicos, visando propiciar uma melhor percepção da situação, buscando soluções rápidas através da seleção de condutas mais adequadas para cada contexto. De outra forma, diferentes situações estressantes ocorrem ao longo dos anos e a sobreposição dos níveis fisiológico, cognitivo e comportamental somente são eficazes até certo limite, o qual uma vez ultrapassado, poderá desencadear efeitos desorganizadores, podendo ocorrer manifestações psicopatológicas diversas, como depressão e ansiedade (MARGIS R, et al., 2003).

A Síndrome de Burnout assim como o estresse ocupacional não surgem de forma abrupta, emergem após uma série de fatores desencadeantes que dão início ao sofrimento psíquico (DICO ACP, et al., 2022). Portanto, estratégias com foco na redução dos estressores e na promoção da qualidade de vida no trabalho devem ser adotadas pelas organizações (CHIAVENATO I, 2005).

Posto isso, pode-se afirmar que a Síndrome de Burnout pode comprometer a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem bem como a qualidade dos cuidados prestados por estes profissionais, causando altos níveis de absenteísmo, elevada rotatividade e baixo engajamento no trabalho (CASTRO CSAAA, et al., 2020).

Dessa forma, investigar melhor sobre essa doença e os fatores que a predispõe pode colaborar com melhorias na assistência e níveis mais satisfatórios de saúde mental dos profissionais de enfermagem.

MÉTODOS

Este estudo refere-se a uma revisão integrativa da literatura, que é caracterizada por reunir, sintetizar e ter como sujeito da pesquisa artigos e estudos já elaborados sobre um tema ou questão, permitindo assim, uma compilação crítica de obras que discorrem sobre uma temática (MENDES KDS, et al., 2008).

Para a elaboração da questão norteadora foi utilizado a estratégia PVO, que é utilizado quando a proposta de pesquisa não possui intervenção e nem controle, onde, P é relacionada a população ou problema de pesquisa, V são as variáveis e O relacionado ao Outcome (desfecho). Sendo assim, definiu-se:

P - Profissionais de Enfermagem

V – Centro cirúrgico

O – Fatores preditores da Síndrome de Burnout

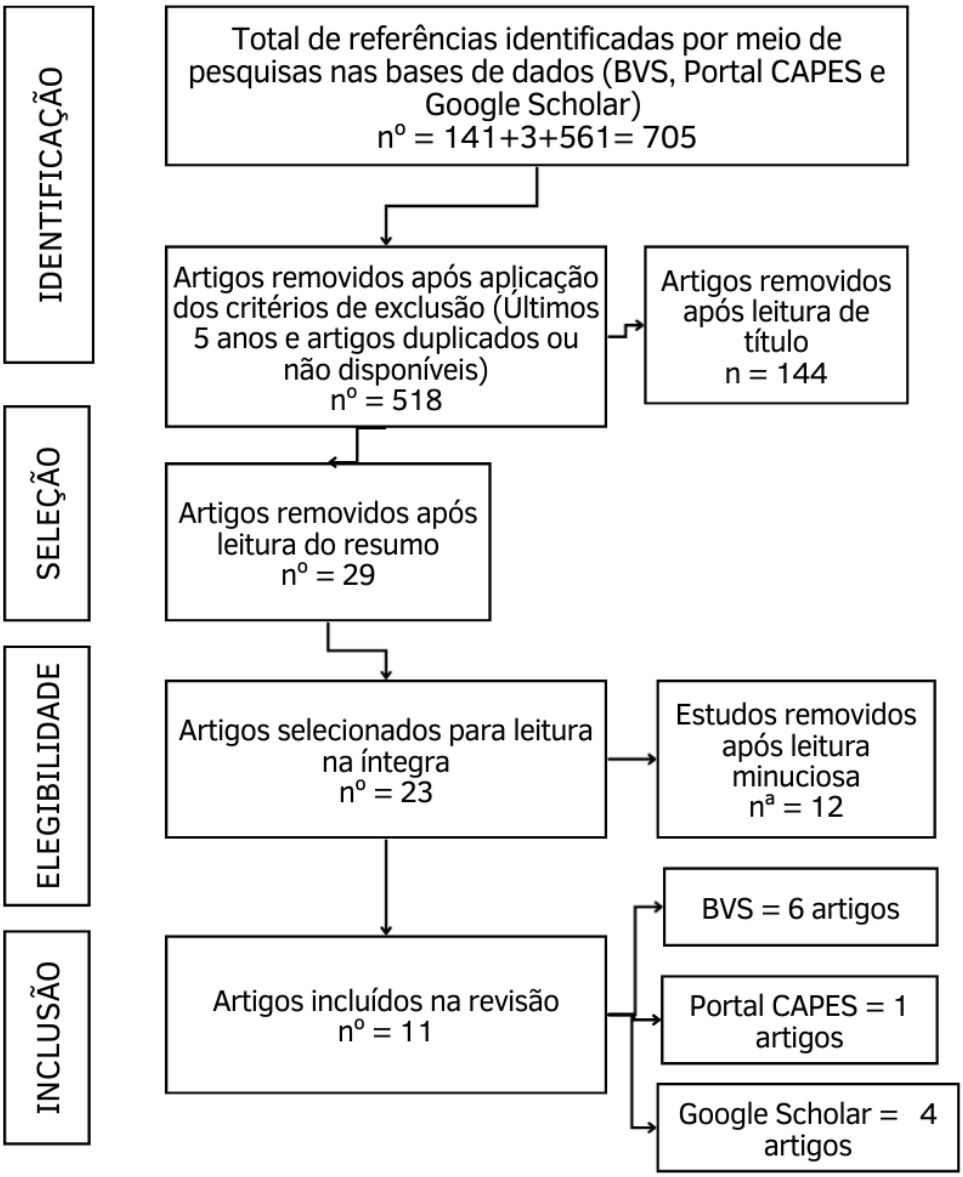
Obtendo-se a seguinte pergunta como questão norteadora: Quais os fatores estressores do trabalho da equipe de enfermagem na unidade de centro cirúrgico favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout? E os seguintes objetivos: Geral: Identificar fatores estressores do trabalho da equipe de enfermagem na unidade do centro cirúrgico que favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout; Específicos: Verificar as estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de enfermagem que atuam no centro cirúrgico relacionados à Síndrome de Burnout; Assinalar as principais consequências da Síndrome de Burnout para a saúde física e mental dos profissionais de enfermagem que atuam no centro cirúrgico.

Os artigos foram selecionados com base nos seguintes critérios: Os critérios de inclusão foram: artigos completos, disponíveis de forma gratuita, publicações dos últimos 5 anos. E como critérios de exclusão aplicou-se: artigos duplicados, artigos não disponíveis ou incompletos, artigos que não abordem o objetivo esperado e questão norteadora.

RESULTADOS

Após busca nas bases de dados, foram localizados 705 artigos. A primeira etapa da seleção dos estudos foi através da leitura dos títulos e resumos. Depois, após a triagem inicial, os artigos pré-selecionados foram lidos na íntegra. Em todas as etapas da triagem, os artigos que não atendiam aos critérios de elegibilidade foram excluídos. Foram selecionados 11 artigos, esquematizados no fluxograma da **Figura 1**, baseado no Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2009 Flow Diagram, descrevendo as diferentes etapas da revisão. O fluxograma mapeia o número de registros identificados, incluídos e excluídos.

Figura 1- Fluxograma Prisma.



Fonte: Lima LP e Mendes KM, 2026.

Realizou-se uma análise criteriosa dos artigos selecionados com a finalidade de agrupar e classificar as informações presentes nos artigos, de maneira a permitir a obtenção de respostas à questão investigativa. Os artigos elegidos tinham como público-alvo enfermeiros e técnicos de enfermagem que atuam em centro cirúrgico. A síntese dos estudos foi organizada (**Quadro 1**) com o nome dos autores, ano da publicação e principais achados.

Quadro 1 - Síntese dos artigos selecionados.

N	Autores (Ano)	Principais achados
1	CASTRO CSAAA, et al., 2020	A frequência de burnout grave foi elevada entre os profissionais de saúde que trabalham na unidade de terapia intensiva e na unidade semi-intensiva. Existe uma correlação negativa entre burnout e engajamento com o trabalho.
2	MUNHOZ OL, et al., 2020	Profissionais desgastados emocionalmente e que se afastam dos colegas possuem altas demandas psicológicas. À medida que as demandas psicológicas aumentam, também aumentam o desgaste emocional e a despersonalização. Por outro lado, quando a demanda psicológica é baixa, o profissional não está em burnout.
3	RIBEIRO EKA, et al., 2020	A Síndrome de Burnout apresenta influência no desfecho de qualidade de vida de profissionais da enfermagem, sendo mais prevalente entre profissionais com idade mais avançada, renda elevada e entre enfermeiros.
4	DAPPER ASS, et al., 2021	O estudo permitiu traçar o perfil dos trabalhadores que estão mais predispostos ao stress, apresentando elevados índices de estresse em fase de resistência. Acredita-se que tal situação possa estar relacionada às práticas dos profissionais que geram muita tensão, demostrando haver a necessidade de estratégias que ofereçam apoio à realização de atividade profissional nesses setores.
5	SILVA TL, et al., 2021	Os enfermeiros destacaram-se pelo médio nível de estresse, enquanto os técnicos pelo baixo nível de estresse. Destaca-se a necessidade de buscar estratégias de enfrentamento dos problemas de gestão administrativa, no caso dos enfermeiros, e de funcionamento do centro cirúrgico, para os técnicos de enfermagem.
6	IZAGUIRRE GKC e DÍAZ LHR, 2022	Existe uma relação significativa apenas entre os fatores de pressão, demanda e conteúdo do trabalho com o nível de estresse dos enfermeiros.
7	LOPES J, et al., 2022	Necessário o estabelecimento de estratégias adequadas e focadas na prevenção da síndrome de Burnout, poder-se-á diminuir os níveis de stress nos elementos das equipes de enfermagem e consequentemente uma melhoria da qualidade dos cuidados prestados.
8	GOMES NIF, et al., 2023	O trabalho em centro cirúrgico tem muitas especificidades, avanços tecnológicos e terapêuticos tornando-se um tema sempre atual, essa dinâmica pode ocasionar agravos físicos e psicológicos ao trabalhador. Conhecer esses agravos, intervir na minimização dos riscos, proporciona melhor qualidade de vida ao trabalhador, qualifica a assistência e contribui na segurança do paciente.
9	SOUZA DC, et al., 2023	Observou-se, que os níveis de estresse, ansiedade e depressão estão relacionados ao ganho salarial, sobrecarga de trabalho vigente no centro cirúrgico concomitante à falta de tempo para lazer.
10	MARTINS APL, et al., 2024	Necessidade de acompanhamento das condições de trabalho e saúde dos profissionais de enfermagem, bem como do desenvolvimento de estratégias que possam minimizar os danos à saúde, advindos de suas atividades laborais.
11	DRUMOND GLG e NEVES KC, 2025	Os resultados demonstram elevada prevalência de esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização profissional, relacionados principalmente à sobrecarga de trabalho, déficit de recursos humanos, ausência de apoio institucional e insuficiente valorização profissional. Além disso, identificaram-se estratégias de enfrentamento associadas ao suporte psicológico, capacitações profissionais e fortalecimento da resiliência como alternativas para minimizar os impactos do estresse ocupacional. Conclui-se que a Síndrome de Burnout representa um risco expressivo para a saúde dos enfermeiros e para a qualidade da assistência, exigindo políticas organizacionais efetivas, ambientes mais humanizados e intervenções contínuas de prevenção e promoção da saúde.

Fonte: Lima LP e Mendes KM, 2026.

DISCUSSÃO

Para uma compreensão mais ampla acerca do tema foram definidas três categorias de análise. Essas categorias permitem organizar e interpretar os aspectos que influenciam direta ou indiretamente o surgimento do esgotamento profissional, abrangendo dimensões relacionadas ao ambiente de trabalho, às exigências emocionais e físicas da função, e às condições institucionais que impactam o desempenho e o bem-estar dos trabalhadores. A partir dessa divisão, torna-se possível identificar de forma mais clara os elementos que desencadeiam o estresse ocupacional, bem como propor estratégias de prevenção e enfrentamento mais eficazes.

Categoria 1: Fatores estressores que favorecem a ocorrência da Síndrome de Burnout entre os profissionais da enfermagem que atuam no centro cirúrgico

A unidade de centro cirúrgico foi considerada a segunda com a maior prevalência de profissionais estressados quando comparada à unidade de terapia intensiva e à de pronto atendimento (MUNHOZ OL, et al., 2020).

Em setores de atendimentos a pacientes críticos, como o centro cirúrgico, o exercício da enfermagem pode se tornar exaustivo devido ao vivenciamento de situações desgastantes de forma frequente (RIBEIRO EKA, et al., 2021).

Entende-se que múltiplos fatores contribuem para o estresse no centro cirúrgico, como o alto volume de procedimentos complexos, a frequência de cirurgias de emergência e a intensa rotatividade de pacientes, que impõem um ritmo acelerado de trabalho. Tais condições configuram importantes agentes estressores, pois demandam dos profissionais não apenas competência técnica especializada, mas também equilíbrio emocional para lidar com pressão, imprevisibilidade e decisões rápidas. Soma-se a isso a responsabilidade pela segurança do paciente, a comunicação eficaz entre as equipes e o cumprimento rigoroso de protocolos, ampliando a carga de tensão nesse ambiente (MUNHOZ OL, et al., 2020)

O ambiente de centro cirúrgico é caracterizado por alta prevalência de riscos ambientais, dentre eles os físicos relacionados a temperatura, ruído, ambiente fechado; os biológicos determinados pelo risco de contaminação por materiais orgânicos e outros fatores que predispõe a equipe de enfermagem à incidência de estresse por desempenharem suas atividades laborais em um ambiente com diferentes rotinas, elevado nível de exigência técnica e alta produtividade (GOMES NIF, et al., 2023; CHIAVONE FBT, et al., 2018).

A predisposição à Síndrome de Burnout está profundamente associada à interação entre fatores do ambiente de trabalho, organizacionais e fatores individuais. Aspectos pessoais, como traços de personalidade, nível de resiliência, estratégias de enfrentamento e suporte social, influenciam diretamente na maneira como o profissional lida com situações estressantes. Quando essas condições se combinam de forma negativa, o equilíbrio emocional e psicológico do trabalhador pode ser comprometido, favorecendo o desenvolvimento do esgotamento físico e mental característico do burnout (CASTRO CSAAA, et al., 2020)

Entre os fatores de risco vinculados ao ambiente e à organização do processo de trabalho, destacam-se os conflitos interpessoais, o baixo nível de suporte, a extensão da jornada laboral, o nível de controle sobre o trabalho e a baixa experiência profissional. No que se refere aos fatores contribuintes de natureza individual, evidenciam-se a idade, o sexo, o número de filhos, as crenças pessoais e os traços de personalidade, que podem influenciar a vulnerabilidade do indivíduo ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout (MUNHOZ OL, et al., 2020).

As relações interpessoais conflituosas no ambiente de centro cirúrgico representam também um dos fatores de desgaste emocional entre os profissionais de saúde. Trata-se de um cenário marcado por alta complexidade técnica, pressão constante, necessidade de decisões rápidas e risco iminente ao paciente, o que pode favorecer tensões entre os membros da equipe (MUNHOZ OL, et al., 2020).

Em estudo realizado evidenciou-se que, entre os enfermeiros, as atividades mais estressantes estão relacionadas às funções administrativas, como supervisionar a equipe e elaborar escalas de trabalho. Já entre os técnicos de enfermagem, o estresse concentrou-se no domínio do funcionamento da unidade, especialmente nas tarefas de controle e reposição de materiais e equipamentos. A escassez de recursos e falhas no funcionamento dos equipamentos contribuem para o aumento do estresse, ao exigirem maior esforço físico e mental para garantir a continuidade e a qualidade da assistência (SILVA TL, et al., 2021).

Quando se possui mais de um emprego, a sobrecarga de trabalho pode ser um fator de estresse a mais para os profissionais, na tentativa de conciliar as escalas de trabalho e distintas atribuições e responsabilidades em cada trabalho. O esgotamento relacionado a jornada de trabalho não está relacionado somente a quantidade de horas trabalhadas, mas, principalmente ao estresse e a alta demanda psicológica vivenciada em cada ambiente de trabalho (CASTRO CSAAA, et al., 2020; SOUZA DC, et al., 2023).

O tempo de atuação profissional pode, por um lado, contribuir para o esgotamento, em razão da acumulação de experiências e da exposição prolongada a diversos fatores de risco. Por outro lado, esse mesmo tempo de experiência favorece o desenvolvimento de habilidades para o enfrentamento do estresse, promovendo o aperfeiçoamento técnico, científico e emocional, além de proporcionar maior segurança e confiança na execução das atividades laborais (CASTRO CSAAA, et al., 2020; SILVA TL, et al., 2021).

No trabalho em unidades de centro cirúrgico os profissionais que se encontram com altas demandas psicológicas relacionado a complexidade da assistência prestada e baixo controle sobre seu trabalho, possuem um risco maior de adoecimento. No entanto, profissionais com alta demanda psicológica e alto controle sobre seu trabalho, as demandas do trabalho são enfrentadas como desafios e possibilidade de crescimento e aprendizado (MUNHOZ OL, et al., 2020; GOMES NIF, et al., 2023).

No que concerne aos fatores de risco individuais, à idade, a idealização e as altas expectativas relacionadas ao trabalho pelos profissionais mais jovens ou em início de carreira pode ser um fator de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. De outra maneira, os profissionais mais jovens também são mais sobrecarregados mentalmente por serem mais inseguros e menos experientes (RIBEIRO EKA, et al., 2021).

As mulheres, em geral, apresentam-se mais vulneráveis, pois tendem a ser envolver mais com os problemas dos indivíduos que estão sob seus cuidados, assim como a necessidade de conciliação entre vida conjugal, atividades domésticas e cuidados com os filhos (DAPPER ASS, et al., 2021; SILVA TL, et al., 2021).

Estudos indicam que profissionais com elevados níveis de perfeccionismo apresentam maior predisposição ao estresse, em razão da dificuldade em delegar tarefas e a preocupação excessiva e contínua em garantir que todas as atividades sejam realizadas de maneira impecável e estritamente conforme o planejado (CASTRO CSAAA, et al., 2020)

Ademais, evidenciou-se que indivíduos que conciliam atividades acadêmicas com o trabalho também apresentam níveis mais elevados de estresse. Observou-se que aqueles que estudam possuem uma probabilidade aproximadamente duas vezes maior de desenvolver estresse em comparação aos que não estão envolvidos em cursos de formação ou especialização (DAPPER ASS, et al., 2021).

Dessa forma, o desgaste psicológico apresenta uma relação direta com a capacidade do profissional de utilizar suas habilidades criativas e estratégias de enfrentamento diante de situações estressantes. Essa capacidade influencia significativamente a forma como cada indivíduo percebe, interpreta e reage aos desafios impostos pelo ambiente de trabalho, atuando como um fator determinante na manutenção do equilíbrio emocional e na prevenção de distúrbios relacionados ao estresse. No entanto, essa habilidade varia amplamente entre os profissionais, pois está condicionada a características pessoais.

Categoria 2: Estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de enfermagem que atuam no centro cirúrgico relacionados à Síndrome de Burnout

A rotina intensa e de alta responsabilidade no centro cirúrgico expõe os profissionais de enfermagem a diversos fatores de estresse físico e mental. Assim, torna-se indispensável que esses profissionais adotem estratégias eficazes de enfrentamento e autocuidado. Além disso, é fundamental que as instituições de saúde implementem políticas organizacionais voltadas para a promoção do bem-estar e da saúde ocupacional desses profissionais (IZAGUIRRE GKC; DÍAZ LHR, 2022)

Segundo Lopes J, et al., (2022) as estratégias para o enfrentamento da Síndrome de Burnout podem ser divididas em duas categorias: individuais e organizacionais. Em nível individual, destacam-se como estratégias preventivas o fortalecimento da autoavaliação e o incentivo ao autoconhecimento. É essencial que o profissional invista na investigação sobre o tema e tenha autonomia para participar de capacitações relacionadas ao Burnout, seus principais sinais e sintomas, além de realizar exercícios de autorreflexão e autodescoberta. A gestão adequada do estresse também se mostra fundamental, por meio da adoção de hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, usufruir adequadamente dos períodos de férias e evitar o sedentarismo com a prática de atividades de lazer e recreação. Outro ponto relevante é a

construção de expectativas realistas no ambiente de trabalho, assim como o compartilhamento de experiências com colegas e, quando necessário, o acesso à psicoterapia em situações mais complexas. Profissionais que não investem em seu bem-estar e qualidade de vida tendem a direcionar toda a sua energia ao trabalho e, quando este não atende às suas expectativas, tornam-se mais vulneráveis e propensos ao desenvolvimento de altos níveis de Burnout.

No âmbito das estratégias a serem adotadas em nível organizacional, o foco recai sobre o ambiente de trabalho, buscando modificar as condições que geram estresse. Ambientes estruturados de forma positiva tendem a favorecer maior satisfação profissional, reduzir a exaustão, diminuir a intenção de deixar o emprego atual ou a própria profissão e, consequentemente, melhorar a qualidade da assistência prestada ao paciente. Cabe à instituição promover a reorganização de tarefas, valorizar as equipes e seus profissionais, além de implementar políticas mais justas e equitativas, como ofertar formação contínua, estabelecer a rotatividade de acordo com o perfil e objetivos individuais, favorecendo a adequação das funções, e incluir esses profissionais nos processos decisórios, ampliando o compartilhamento de informações sobre possíveis mudanças e metas a serem alcançadas (LOPES J, et al., 2022; MARTINS APL, et al., 2024).

Os fatores de proteção contra a Síndrome de Burnout estão associados à presença de um ambiente de trabalho estruturado, caracterizado por uma organização adequada das atividades, um clima organizacional favorável e elementos como o diálogo aberto entre os membros da equipe, o reconhecimento profissional, a comunicação eficaz e o apoio da chefia direta que desempenham papel fundamental na redução da vulnerabilidade ao estresse ocupacional (MUNHOZ OL, et al., 2020).

Dessa forma, observa-se que as estratégias de prevenção do Burnout envolvem não apenas o incentivo ao autoconhecimento e à autogestão do estresse, mas também o comprometimento das instituições. Além disso, há iniciativas ainda pouco exploradas, como a implementação de práticas mente-corpo (por exemplo, yoga), que contribuem para o manejo do estresse e o fortalecimento da resiliência emocional (LOPES J, et al., 2022).

Categoria 3: Principais consequências da Síndrome de Burnout para a saúde física e mental dos profissionais de enfermagem que atuam no centro cirúrgico

A Síndrome de Burnout é caracterizada não só pela exaustão emocional e psicológica, mas também pela exaustão física. É certo que o burnout não modifica apenas a relação do profissional com o trabalho, mas também a vida pessoal e a qualidade de vida desses profissionais (RIBEIRO EKA, et al., 2021).

O Burnout é composto por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A exaustão emocional caracteriza-se pela sensação de esgotamento e falta de energia para lidar com as demandas laborais. A despersonalização envolve distanciamento afetivo e insensibilidade emocional, podendo incluir irritabilidade, ansiedade e desmotivação. Já a baixa realização profissional refere-se à tendência de autoavaliação negativa, insatisfação com o trabalho e afastamento nas relações com colegas (RIBEIRO EKA, et al., 2021).

A Síndrome de Burnout promove uma percepção negativa em relação ao ambiente laboral, podendo gerar traumas e insatisfação com o exercício profissional. Essa condição está associada ao aumento do número de afastamentos por motivo de saúde e à elevação dos índices de absenteísmo no trabalho, assim como o baixo engajamento dos trabalhadores (CASTRO CSAAA, et al., 2020).

As consequências da síndrome tornam-se ainda mais preocupantes no ambiente cirúrgico, onde são indispensáveis concentração constante, precisão técnica e tomada de decisões rápidas. O desgaste emocional intenso favorece a ocorrência de equívocos, esquecimentos e falhas de atenção, comprometendo diretamente a segurança do paciente e a qualidade dos procedimentos realizados. Tais situações aumentam o risco de eventos adversos, podendo resultar em prejuízos significativos à saúde dos usuários (DRUMOND GLG e NEVES KC, 2025)

Além dos impactos assistenciais, o Burnout repercute negativamente nas relações interpessoais da equipe. O esgotamento contribui para o surgimento de desentendimentos, enfraquecimento do trabalho colaborativo e deterioração do clima organizacional. A comunicação tende a se tornar ineficaz, o respeito

mútuo diminui e o ambiente passa a ser permeado por tensão e falta de motivação. Esse cenário compromete a integração multiprofissional e reduz o desempenho coletivo, sobretudo quando não há suporte emocional adequado, favorecendo um processo contínuo de desgaste da equipe (DRUMOND GLG e NEVES KC, 2025)

O avanço do Burnout provoca diminuição gradual do envolvimento e do interesse pelo trabalho. O enfermeiro passa a questionar sua própria capacidade profissional, desenvolvendo insegurança, redução da autoestima e sensação de pouca utilidade. Esse quadro favorece comportamentos de apatia, retraimento social e crescente insatisfação com a carreira. Na ausência de apoio adequado, o sofrimento tende a se agravar, intensificando os impactos emocionais e comprometendo ainda mais o equilíbrio psicológico do profissional (DRUMOND GLG e NEVES KC, 2025)

Sob a perspectiva individual, o trabalhador afetado pode desenvolver diversas repercussões físicas, emocionais e sociais. Entre as manifestações mais comuns estão cansaço persistente, alterações no sono, dores de cabeça frequentes, alterações de humor, irritabilidade contínua, perda de motivação, quadros de ansiedade e depressão, além de dificuldades nas relações interpessoais e no convívio familiar. Tais impactos prejudicam significativamente o bem-estar e a qualidade de vida, podendo, em casos mais graves, resultar no afastamento definitivo das atividades profissionais (RIBEIRO EKA, et al., 2021).

Verificou-se uma maior incidência de dores musculoesqueléticas entre profissionais que atuam em unidades de cuidados críticos, como o centro cirúrgico. De fato, os distúrbios musculoesqueléticos demonstram estar diretamente associados ao burnout, uma vez que os profissionais acometidos apresentam risco aumentado de desenvolver dores tanto em curto quanto em longo prazo, quando comparados àqueles que não apresentam a Síndrome de Burnout (CASTRO CSAAA, et al., 2020).

Na ausência de reconhecimento e intervenção adequados, o Burnout pode progredir para transtornos psiquiátricos mais severos e limitantes, como depressão grave, diferentes tipos de transtornos ansiosos, crises de pânico e, em circunstâncias extremas, pensamentos suicidas. O desgaste contínuo e não tratado afeta de maneira gradual o equilíbrio emocional, reduz a capacidade de lidar com adversidades e fragiliza a percepção de propósito tanto no âmbito profissional quanto pessoal, ampliando a vulnerabilidade psicológica do indivíduo (DRUMOND GLG e NEVES KC, 2025).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As consequências do Burnout são expressivas e repercutem em múltiplos níveis. Para os profissionais, resultam em sofrimento físico e emocional, queda na qualidade de vida e risco de afastamento da prática laboral. Diante dessa realidade, torna-se imprescindível que gestores e profissionais reconheçam a magnitude do problema e adotem medidas preventivas e interventivas eficazes. A promoção da saúde mental, a melhoria das condições de trabalho e o fortalecimento das relações profissionais devem ser prioridades dentro dos centros cirúrgicos. Assim, será possível não apenas reduzir a incidência da Síndrome de Burnout, mas também garantir a qualidade da assistência, o bem-estar dos profissionais e a segurança dos pacientes.

REFERÊNCIAS

1. CASTRO CSAAA, et al. Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. Revista Brasileira de Terapia Intensiva, 2020; 32(3): 381-390.
2. CHIAVENATO I. Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações /. 2. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2005.
3. CHIAVONE FBT, et al. Stress levels of the surgical center nursing team: cross -sectional study. Online Braz J Nurs., 2018; 17(1): 87-96.
4. DAPPER ASS, et al. Estresse: uma realidade vivenciada pelos colaboradores de enfermagem no centro cirúrgico. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021; 13(4): e6918.
5. DICO ACP, et al. Índice de burnout em profissionais da enfermagem no Brasil. Revista Presença, 2022; 8(18): 21-35.

6. DRUMOND GLG e NEVES KC. Síndrome de burnout em enfermeiros do centro cirúrgico: desafios e implicações para a prática. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, 2025; 1(1): 83-102.
7. FRANÇA FM e FERRARI R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. Acta Paulista de Enfermagem, 2012; 25: 743-748.
8. FREIXO MJV. Metodologia científica: fundamentos, métodos e técnicas. Lisboa: Instituto Piaget, 2011.
9. GOMES NIF, et al. Fatores que interferem na saúde dos profissionais de Enfermagem no Centro Cirúrgico. Revista Eletrônica Acervo Enfermagem, 2023; 23(1): e11869.
10. IZAGUIRRE GKC e DÍAZ LHR. Factores laborales y nivel de estrés en enfermeras de centro quirúrgico. Revista cubana de Enfermeria, 2021; 37: 4.
11. LOPES J, et al. Estratégias de prevenção do burnout nos enfermeiros-revisão da literatura. Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional online, 2022; 13: 122-130.
12. MARGIS R, et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. Revista de psiquiatria do Rio Grande do Sul, 2003; 25: 65-74.
13. MARTINS APL, et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e estresse na equipe de enfermagem no centro cirúrgico. Revista Eletrônica Interdisciplinar, 2024; 16: 3.
14. MENDES KDS, et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & contexto-enfermagem, 2008; 17: 758-764.
15. MENEGHINI F, et al. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem. Texto & Contexto-Enfermagem, 2011; 20: 225-233.
16. MUNHOZ OL, et al. Estresse ocupacional e burnout em profissionais de saúde de unidades de perioperatório. Acta Paulista de Enfermagem, 2020; 33: eAPE20190261.
17. PRADO CEP. Estresse ocupacional: causas e consequências. Rev Bras Med Trab, 2016; 14(3): 285-289.
18. PRETO VA, PEDRÃO LJ. O estresse entre enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2009; 43: 841-848.
19. RIBEIRO EKA, et al. Influência da síndrome de burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo. Revista Brasileira de Enfermagem, 2021; 74: e20200298.
20. SILVA TL, et al. Nível de estresse entre profissionais de enfermagem em um centro cirúrgico. Rev. SOBECC, 2021; 71-76.
21. SOUZA DC, et al. Fatores que afetam a saúde da equipe de enfermagem no centro cirúrgico. Revista Faculdades do Saber, 2023; 8(17): 1779-1788.