REVISTA ELETRÔNICA
ACERVO ENFERMAGEM
ISSN 2674-7189



Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de um hospital universitário

Burnout syndrome in nursing professionals at a university hospital

Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería de un hospital universitario

Georgina Vitoria Oliveira dos Santos[1], Thiago Cardoso Modesto[1], Rainny Beatriz Sabóia de Oliveira[1], Júlia Hilda Lisboa Vasconcelos[2], Danielle Saraiva Tuma dos Reis[1].

RESUMO

Objetivo: Analisar a ocorrência de risco para Síndrome de Burnout entre enfermeiros e técnicos de enfermagem em um hospital universitário. **Métodos:** Estudo transversal, quantitativo, realizado com 60 profissionais de enfermagem em um hospital universitário localizado em Belém, no estado do Pará. Foram utilizados um questionário sociodemográfico e laboral e o instrumento mundialmente reconhecido, o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), para avaliar as dimensões de exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. Participaram da pesquisa 30 enfermeiros e 30 técnicos, selecionados por conveniência. A análise dos dados ocorreu por estatística descritiva simples. **Resultados:** Identificou-se maior risco elevado para a Síndrome de Burnout entre os enfermeiros (40%), enquanto os técnicos apresentaram risco moderado (43%). A sobrecarga de trabalho, falta de reconhecimento, a presença de múltiplos vínculos empregatícios, condições inadequadas de trabalho e o tempo de atuação profissional foram observados como fatores presentes no contexto laboral dos participantes, como os principais fatores associados ao adoecimento psíquico e ao esgotamento emocional. **Conclusão:** A Síndrome de Burnout mostrou-se prevalente entre os profissionais avaliados, evidenciando impactos significativos das condições de trabalho sobre a saúde mental e reforçando a necessidade urgente de estratégias institucionais voltadas à prevenção, promoção do bem-estar e melhoria do ambiente laboral.

Palavras-chave: Esgotamento profissional, Enfermagem, Saúde mental, Hospital universitário, Maslach Burnout Inventory.

ABSTRACT

Objective: To analyze the occurrence of risk for Burnout Syndrome among nurses and nursing technicians working in a university hospital. **Methods:** A cross-sectional, quantitative study was conducted with 60 nursing professionals at a University Hospital located in Belém, in the state of Pará. Data collection was performed using a sociodemographic and occupational questionnaire and validated for the Brazilian context, Maslach Burnout Inventory to assess the dimensions of emotional exhaustion, depersonalization, and professional achievement. The study involved 30 nurses and 30 technicians, selected by convenience. Data analysis was conducted using simple descriptive statistics. **Results:** A higher proportion of high risk for Burnout Syndrome was identified among nurses (40%), while nursing technicians predominantly presented moderate risk levels

[1] Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém – PA.
[2] Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB), Belém – PA.

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

(43%). Work overload, lack of recognition, multiple employment relationships, inadequate working conditions, and length of professional experience were observed as contributing factors. **Conclusion:** Burnout Syndrome was found to be prevalent among the professionals evaluated, highlighting the significant impact of working conditions on mental health. These findings reinforce the importance of implementing institutional strategies focused on prevention, mental health promotion, and improvement of organizational and psychosocial working conditions in the hospital environment.

Keywords: Burnout, Professional, Nursing, Mental health, University hospital, Maslach Burnout Inventory.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la ocurrencia del Síndrome de Burnout en enfermeros y técnicos de enfermería que trabajan en un hospital universitario ubicado en Belém, en el estado de Pará. **Métodos:** Estudio transversal, cuantitativo, realizado con 60 profesionales de enfermería. La recolección de datos se efectuó mediante un cuestionario sociodemográfico y laboral, un instrumento reconocido y validado a nivel mundial para el contexto brasileño, el Maslach Burnout Inventory (MBI), para evaluar las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional. Participaron en la investigación 30 enfermeros y 30 técnicos, seleccionados por conveniencia. El análisis de los datos se realizó mediante estadística descriptiva. **Resultados:** Se identificó una mayor proporción de riesgo elevado de Síndrome de Burnout entre los enfermeros (40 %), mientras que los técnicos presentaron predominantemente riesgo moderado (43 %). Se observaron como factores contribuyentes la sobrecarga de trabajo, la falta de reconocimiento, las relaciones laborales múltiples, las condiciones de trabajo inadecuadas y la duración de la experiencia profesional. **Conclusión:** el Síndrome de Burnout fue prevalente entre los profesionales evaluados, evidenciando la influencia negativa de las condiciones laborales hospitalarias sobre la salud mental y la necesidad de estrategias institucionales de prevención y promoción del bienestar psicológico.

Palabras clave: Agotamiento profesional, Enfermería, Salud mental, Hospital universitario, Maslach Burnout Inventory.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é reconhecida como um fenômeno ocupacional decorrente da exposição crônica a estressores no ambiente de trabalho, sendo oficialmente incluída na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um problema relacionado ao trabalho. Essa síndrome manifesta-se principalmente por meio de três dimensões inter-relacionadas: exaustão emocional, caracterizada pela sensação de esgotamento físico e psíquico; despersonalização, marcada por atitudes de distanciamento emocional e insensibilidade em relação aos usuários do serviço; e redução da realização profissional, que envolve sentimentos de incompetência, desmotivação e insatisfação com o trabalho (PERNICIOTTI P, et al., 2020). A compreensão dessas dimensões é essencial porque elas traduzem, de forma operacional, como fatores organizacionais e psicossociais podem se materializar em sofrimento psíquico, redução do desempenho e impactos na qualidade do cuidado.

Entre as profissões da área da saúde, a enfermagem destaca-se como uma das mais suscetíveis ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout, em razão de sua atuação contínua e direta no cuidado ao paciente, da elevada carga emocional envolvida no processo de trabalho e das condições laborais frequentemente adversas (BATISTA TC, et al., 2025; LIMA SR, et al., 2022).

A rotina desses profissionais é marcada por jornadas prolongadas, trabalho em turnos, déficit de recursos humanos, exposição constante ao sofrimento, à dor e à morte, além de cobranças institucionais relacionadas à produtividade e à qualidade da assistência, elementos associados à intensificação do desgaste físico e psicológico e ao aumento de vulnerabilidade ao adoecimento mental (CARVALHO DP, et al., 2020; BATISTA TC, et al., 2025).

Além disso, a forma como os profissionais significam “saúde mental” e enfrentam as pressões do trabalho pode interferir no reconhecimento precoce de sinais de exaustão e na busca por suporte, contribuindo para a naturalização do sofrimento psíquico no cotidiano laboral (GAINO LV, et al., 2018).

No contexto hospitalar, especialmente em hospitais universitários, esses fatores tendem a ser potencializados. Essas instituições concentram alta complexidade assistencial, grande volume de atendimentos e a coexistência de atividades assistenciais, gerenciais, de ensino e de pesquisa. Para os profissionais de enfermagem, esse cenário implica maior responsabilidade técnica, necessidade constante de atualização profissional e adaptação a demandas institucionais múltiplas, contribuindo para o aumento do estresse ocupacional e da vulnerabilidade ao adoecimento psíquico (SILVA JM e MALAGRIS LEN, 2019; SILVA RM, et al., 2021).

Em hospitais universitários, a pressão por desempenho, a rotatividade de estudantes e residentes e a necessidade de conciliar processos formativos com demandas assistenciais podem intensificar o risco psicossocial, exigindo maior capacidade adaptativa e suporte institucional. Além disso, enfermeiros e técnicos de enfermagem apresentam atribuições distintas na equipe, o que pode resultar em diferentes níveis de exposição aos fatores desencadeadores do Burnout. Enquanto os enfermeiros acumulam funções assistenciais e gerenciais, os técnicos estão mais diretamente envolvidos na execução de cuidados físicos intensos, muitas vezes sob condições de menor autonomia e reconhecimento profissional.

Essas especificidades reforçam a importância de análises que considerem as diferentes categorias da enfermagem integradamente, porém respeitando suas particularidades (PAIVA JDM, et al., 2019; OLIVEIRA EB, et al., 2021). Assim, comparar essas categorias no mesmo contexto institucional contribui para identificar pontos críticos do processo de trabalho e orientar intervenções mais sensíveis às diferenças de função e responsabilidade.

Apesar do avanço das pesquisas sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, ainda se observam lacunas no que se refere à comparação entre enfermeiros e técnicos de enfermagem inseridos no mesmo contexto institucional, especialmente em hospitais universitários. Compreender como o Burnout se manifesta entre essas categorias é fundamental para subsidiar estratégias de prevenção, promoção da saúde mental e melhoria das condições de trabalho, com potencial repercussão sobre a segurança do paciente, a eficiência do serviço e a sustentabilidade da força de trabalho em saúde (RODRIGUES LM, et al., 2024; LIMA SR, et al., 2022).

Diante desse contexto, este estudo teve como objetivo analisar a ocorrência da Síndrome de Burnout entre enfermeiros e técnicos de enfermagem atuantes em um hospital universitário, identificando possíveis fatores associados e discutindo suas implicações para a prática profissional e para a gestão em saúde.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de delineamento transversal, com abordagem quantitativa, desenvolvido em um hospital universitário localizado no município de Belém, estado do Pará. O delineamento transversal foi escolhido por permitir estimar, em um momento específico, a distribuição de características sociodemográficas e laborais e a ocorrência de níveis de risco para Burnout em grupos profissionais expostos a estressores ocupacionais relevantes, favorecendo uma leitura situacional do fenômeno no contexto investigado.

O cenário institucional caracteriza-se como referência regional para atendimento de média e alta complexidade pelo Sistema Único de Saúde (SUS), integrando assistência, ensino e pesquisa. Dispõe de 218 leitos cadastrados, unidades de internação, centro cirúrgico, ambulatórios especializados e Unidade de Terapia Intensiva, atendendo à ampla demanda populacional.

A população-alvo foi composta por profissionais de enfermagem vinculados às unidades assistenciais do hospital. Foram incluídos enfermeiros e técnicos de enfermagem em exercício ativo nas unidades de Clínica Médica, Clínica Cirúrgica e Doenças Infecto-Parasitárias.

A seleção dessas unidades considerou a elevada demanda de cuidados, a variabilidade clínica dos pacientes e a intensidade do trabalho assistencial, condições frequentemente associadas ao aumento de estressores psicossociais e à maior probabilidade de desgaste emocional (CARVALHO DP, et al., 2020; LIMA SR, et al., 2022).

A amostra foi constituída por 60 profissionais, sendo 30 enfermeiros e 30 técnicos de enfermagem, selecionados por conveniência, mediante adesão voluntária nos 3 turnos das unidades, sendo coletados dados de 2 enfermeiros em dias variados conforme dimensionamento de profissionais. Embora a amostragem por conveniência não permite inferência probabilística para toda a população do hospital, ela é frequentemente utilizada em estudos institucionais exploratórios de saúde do trabalhador, especialmente quando há limitações operacionais para sorteio aleatório e quando o objetivo é caracterizar o fenômeno e subsidiar ações locais (SILVA RM, et al., 2021).

Como critérios de inclusão consideraram-se: (i) pertencer à categoria de enfermeiro ou técnico de enfermagem; (ii) aceitar participar da pesquisa mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Profissionais afastados por licença médica ou em férias no período da coleta foram excluídos, por não estarem vivenciando as rotinas assistenciais durante a mensuração.

Foram utilizados dois instrumentos principais, o questionário sociodemográfico e laboral, elaborado pelos autores, contendo variáveis como sexo, idade, estado civil, tempo de experiência profissional, tempo de atuação na instituição, carga horária semanal e número de vínculos empregatícios. Essas variáveis foram incluídas por serem recorrentemente associadas a risco psicossocial, sobrecarga e sofrimento psíquico no trabalho da enfermagem.

Outro instrumento utilizado foi o Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS), instrumento clássico e amplamente utilizado para avaliação do Burnout em profissionais de serviços humanos e de saúde (MASLACH C e JACKSON SE, 1981). O questionário é composto por 20 itens distribuídos em três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional. As respostas foram registradas em escala Likert de cinco pontos, variando de “nunca” a “sempre”. Os escores foram categorizados conforme critérios padronizados em níveis baixo, moderado e alto para cada dimensão. Considerou-se indicativo de Burnout a presença simultânea de exaustão emocional elevada, despersonalização elevada e baixa realização profissional, em consonância com a concepção multidimensional do construto.

A coleta ocorreu na segunda quinzena de outubro de 2023. Os participantes responderam aos questionários individualmente, em ambiente reservado no próprio hospital, por meio de formulário eletrônico via Google Forms. Para minimizar vieses de resposta e favorecer a privacidade, orientou-se que o preenchimento ocorresse sem interferência de terceiros. Garantiu-se sigilo e anonimato das respostas, com acesso restrito aos pesquisadores responsáveis.

Os dados foram organizados e analisados em planilha eletrônica, sem uso de software estatístico dedicado. Realizou-se estatística descritiva, com cálculo de frequências absolutas e relativas para variáveis categóricas e síntese comparativa entre categorias profissionais. Considerando a natureza transversal do estudo e o tamanho amostral, a análise foi conduzida com foco em padrões e tendências, evitando inferências causais.

O estudo atendeu aos preceitos da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, sendo aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa com CAAE registrado n° 69286723.00000.017, pelo parecer n°6.137.521. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 60 profissionais de enfermagem, distribuídos igualmente entre enfermeiros (n=30) e técnicos de enfermagem (n=30). Em ambas as categorias, observou-se predominância do sexo feminino. Quanto à faixa etária, entre os enfermeiros houve maior frequência de participantes na faixa de 30 a 39 anos, enquanto entre os técnicos de enfermagem predominou a faixa etária de 40 a 49 anos. Em relação

ao estado civil, a maior parte dos participantes declarou-se casada ou em união estável, sendo grande parte desses compreendidos nas faixas etárias predominantes anteriormente citadas (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica dos profissionais de enfermagem.

Variáveis	Enfermeiros n (%)	Técnicos n (%)
Sexo		
Feminino	21 (70,0)	20 (66,7)
Masculino	9 (30,0)	10 (33,3)
Faixa etária em anos		
20-29	4 (3,3)	1 (3,3)
30-39	14 (46,6)	10 (33,3)
40-49	10 (33,3)	15 (50)
50-59	2 (6,6)	4 (13,3)
Estado civil		
Solteiro (a)	9 (30)	8 (26,8)
União estável ou casado (a)	21 (70)	22 (73,3)

Fonte: Santos GVO, et al., 2026.

No que se refere às características laborais, verificou-se que, entre os enfermeiros, predominou o tempo de atuação na instituição inferior a cinco anos, ao passo que entre os técnicos de enfermagem destacou-se tempo de vínculo entre cinco e dez anos. Quanto ao tempo total de experiência profissional, os técnicos apresentaram maior concentração nas faixas de maior tempo de atuação quando comparados aos enfermeiros, conforme distribuição observada no instrumento sociodemográfico.

Em relação ao número de vínculos empregatícios, constatou-se que mais da metade dos participantes possuía apenas um vínculo, enquanto parcela expressiva relatou dois vínculos de trabalho. Quanto à carga horária semanal, observou-se que a maioria dos enfermeiros cumpria jornada de 40 horas, enquanto entre os técnicos predominou a jornada de 36 horas semanais (**Tabela 2**).

Tabela 2 - Perfil laboral dos profissionais de enfermagem.

Variáveis	Enfermeiros n (%)	Técnicos n (%)
Tempo de trabalho na instituição		
<5 Anos	17 (56,6)	10 (33,3)
5-10 Anos	10 (33,3)	14 (46,7)
10-20 Anos	2 (6,6)	5 (16,7)
>20 Anos	1 (3,3)	1 (3,3)
Tempo de experiência profissional		
<5 Anos	6 (20)	2 (6,7)
5-10 Anos	7 (23,3)	4 (13,3)
10-20 Anos	11 (36,6)	17 (56,7)
>20 Anos	6 (20)	7 (23,3)
Vínculos Empregatícios		
1	17 (56,6)	16 (53,3)
2	11 (36,6)	13 (43,3)
3 ou +	2 (6,6)	1 (3,3)
Carga horária semanal		
36 H	2 (6,6)	25 (83,3)
40 H	25 (83,3)	5 (16,7)
>40 H	3 (10)	0

Fonte: Santos GVO, et al., 2026

Na avaliação das dimensões do Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS), a dimensão Exaustão Emocional apresentou níveis elevados em 50% dos enfermeiros e em 46,3% dos técnicos de enfermagem. Na dimensão Despersonalização, observou-se predominância do nível moderado em ambos os grupos, com maior frequência deste nível entre os técnicos de enfermagem. Na dimensão Realização

Profissional, verificou-se que, entre os enfermeiros, houve maior frequência de níveis moderado e baixo, enquanto entre os técnicos de enfermagem predominou o nível alto, com 60% dos participantes classificados nesse patamar (**Tabela 3**).

Tabela 3 - Dimensões da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem.

Dimensão	Enfermeiros n (%)	Técnicos n (%)
Exaustão Emocional		
Alto	15 (50)	14 (46,3)
Moderado	10 (33,3)	13 (43,3)
Baixo	5 (16,6)	3 (10)
Despersonificação		
Alto	14 (46,6)	9 (30)
Moderado	10 (33,3)	20 (66,6)
Baixo	6 (20)	1 (3,3)
Realização profissional		
Alto	13 (43,3)	18 (60)
Moderado	11 (36,6)	11 (36,6)
Baixo	6 (20)	1 (3,3)

Fonte: Santos GVO, et al., 2026.

Na classificação geral do risco para Burnout, identificou-se maior proporção de risco elevado entre os enfermeiros, ao passo que, entre os técnicos de enfermagem, predominou a classificação de risco moderado, sendo perceptível a tendência de maior risco entre os enfermeiros devido sua concentração está em riscos alto/moderado, em comparação aos técnicos de enfermagem os quais prevalecem em riscos moderado/baixo. Esses resultados descrevem a distribuição dos níveis de risco para Burnout na amostra estudada, conforme os critérios adotados na análise (**Tabela 4**).

Tabela 4 - Classificação do risco para Síndrome de Burnout segundo categoria profissional.

Classificação do risco	Enfermeiros n (%)	Técnicos n (%)
Alto	12 (40)	7 (23,3)
Moderado	10 (33,3)	13 (43,3)
Baixo	3 (10)	10 (33,3)

Fonte: Santos GVO, et al., 2026.

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos evidenciam que a Síndrome de Burnout está presente de forma expressiva entre enfermeiros e técnicos de enfermagem atuantes em hospital universitário, confirmando a vulnerabilidade dessa categoria profissional ao adoecimento psíquico relacionado ao trabalho. A análise das dimensões do MBI-HSS sugere que o impacto das condições laborais manifesta-se de forma diferenciada conforme função desempenhada, coerente com revisões que destacam múltiplos determinantes do Burnout na enfermagem, incluindo organização do trabalho, carga assistencial, reconhecimento profissional e fatores psicossociais (BATISTA TC, et al., 2025; OLIVEIRA EB, et al., 2021).

Na dimensão Exaustão Emocional, a prevalência elevada em ambos os grupos corrobora estudos que apontam essa dimensão como a mais frequentemente comprometida, particularmente em ambientes hospitalares marcados por exigências de alta complexidade e pressão assistencial (VIDOTTI V, et al., 2019; LIMA SR, et al., 2022).

A sobrecarga assistencial, a insuficiência de recursos materiais e humanos e a intensificação de demandas organizacionais são descritas como condições que comprometem a recuperação psicofísica, alimentando ciclos de fadiga e de redução da capacidade de enfrentamento (CARVALHO DP, et al., 2020; MENDES AM, et al., 2020). Em termos teóricos, essa persistência de exigências sem recuperação adequada favorece o esgotamento como resposta adaptativa falha ao estresse crônico, com repercussões sobre saúde mental e qualidade do cuidado (PERNICIOTTI P, et al., 2020).

Embora o desgaste emocional tenha sido semelhante, a despersonalização apresentou diferenças na distribuição dos níveis, sugerindo que mecanismos defensivos podem operar de maneira distinta entre categorias. A literatura aponta que a despersonalização pode emergir como estratégia de autoproteção diante da sobrecarga emocional, do contato reiterado com sofrimento e da pressão por desempenho, permitindo manutenção funcional no curto prazo, porém com custo para vínculos interpessoais e satisfação profissional (OLIVEIRA EB, et al., 2021; BATISTA TC, et al., 2025). Estudos em enfermagem oncológica, por exemplo, descrevem níveis elevados de Burnout associados a demandas emocionais intensas e condições de trabalho adversas, reforçando que a despersonalização pode ser mais pronunciada quando há exposição continuada a situações de alta carga afetiva (GARCIA AJ, et al., 2024).

No que se refere à Realização Profissional, o contraste entre enfermeiros (mais níveis moderados/baixos) e técnicos (predomínio de níveis altos) sugere efeitos da estrutura do trabalho e do reconhecimento. Entre enfermeiros, o acúmulo de funções assistenciais e gerenciais em hospital universitário pode reduzir a percepção de eficácia e de sentido do trabalho, sobretudo quando o profissional é pressionado por metas, rotinas administrativas e coordenação de equipe, em um ambiente de múltiplas demandas (SILVA JM e MALAGRIS LEN, 2019; MENDES AM, et al., 2020).

Entre técnicos, a proximidade com o cuidado direto pode favorecer a percepção de utilidade e satisfação, ainda que não elimine exposição à sobrecarga física e a condições estressoras (PAIVA JDM, et al., 2019; OLIVEIRA EB, et al., 2021). Essa interpretação é compatível com achados que relacionam baixa realização a precarização, falta de reconhecimento e exigências organizacionais excessivas (LIMA SR, et al., 2022; RODRIGUES LM, et al., 2024).

A classificação geral do risco reforçou a maior vulnerabilidade entre os enfermeiros. Essa diferença é plausível à luz do papel intermediário do enfermeiro no sistema de trabalho, frequentemente responsável por articular demandas da equipe, da gestão e do paciente. A literatura sobre organização do trabalho e sofrimento psíquico em enfermagem destaca que a pressão por produtividade, a responsabilidade decisória e o gerenciamento de conflitos podem intensificar o risco de Burnout, principalmente quando não há suporte institucional adequado (MENDES AM, et al., 2020; SILVA RM, et al., 2021).

Em hospitais universitários, a necessidade de conciliar processos assistenciais com componentes formativos e acadêmicos também pode amplificar o estresse, conforme descrito em estudos sobre estressores percebidos por enfermeiros em contexto universitário (SILVA JM e MALAGRIS LEN, 2019).

Outro achado com relevância interpretativa é a presença de múltiplos vínculos empregatícios em parcela expressiva da amostra. Revisões integrativas apontam que a dupla ou tripla jornada compromete descanso, sono e vida social, aumentando vulnerabilidade ao esgotamento (RODRIGUES LM, et al., 2024).

A relação com adoecimento psíquico também se fortalece quando considerada a carga de trabalho como determinante central, especialmente em enfermagem hospitalar (CARVALHO DP, et al., 2020). Nesse sentido, a permanência em múltiplos empregos pode ser entendida como expressão de um contexto socioeconômico que pressiona o trabalhador a ampliar horas laborais, com repercussões para saúde mental e segurança assistencial.

A predominância do sexo feminino, por sua vez, deve ser discutida com cautela e em perspectiva ampliada. Estudos sobre saúde mental em profissionais de saúde enfatizam que, além das exigências estritamente laborais, fatores sociais e culturais exercem influência relevante sobre a forma como o sofrimento psíquico é percebido, interpretado e manejado no cotidiano profissional. Entre esses fatores destacam-se a sobrecarga doméstica, o cuidado familiar e a necessidade de conciliar múltiplas responsabilidades, elementos que podem reduzir significativamente as oportunidades de descanso e de recuperação emocional (RODRIGUES LM, et al., 2024).

Esse acúmulo de papéis e demandas favorece a naturalização da sobrecarga e pode dificultar o reconhecimento precoce de sinais de esgotamento físico e mental, contribuindo para maior vulnerabilidade ao desenvolvimento do Burnout. Desse modo, a predominância feminina observada na amostra deve ser compreendida não apenas como uma característica demográfica tradicional da enfermagem, mas também

como um componente que interage de maneira dinâmica com as condições organizacionais e com o processo de trabalho. Tal interação pode influenciar diretamente a experiência subjetiva do estresse ocupacional, as estratégias de enfrentamento adotadas e a percepção individual acerca do próprio bem-estar. Embora este estudo não mensuram de forma direta essas variáveis socioculturais, elas constituem um pano de fundo interpretativo indispensável para a compreensão mais abrangente e contextualizada da complexidade do Burnout na enfermagem (GAINO LV, et al., 2018).

Este estudo possui limitações inerentes ao delineamento e ao processo de amostragem. O desenho transversal não permite estabelecer relações de causalidade entre fatores laborais/sociodemográficos e níveis de Burnout, restringindo a interpretação a associações descritivas e tendências observadas. O tamanho amostral (n=60) e a amostragem por conveniência podem introduzir vieses de seleção e reduzir a capacidade de generalização para outros hospitais ou regiões.

Além disso, a coleta por autopreenchimento pode estar sujeita a viés de desejabilidade social, especialmente em temas relacionados à saúde mental. Ressalta-se, ainda, que o MBI-HSS é um instrumento consagrado para mensuração do construto, porém não substitui avaliação clínica para diagnóstico; trata-se de rastreio e classificação de níveis de risco, conforme discutido na própria literatura do instrumento (MASLACH C e JACKSON SE, 1981). Por fim, a análise em planilha eletrônica e o foco descritivo, sem modelagem estatística avançada, limitam a exploração de possíveis interações entre variáveis.

Implicações práticas e contribuições do estudo

Apesar das limitações, os achados oferecem contribuições relevantes para a prática e para a gestão em saúde. A identificação de níveis elevados de exaustão emocional e maior risco entre enfermeiros indica a necessidade de estratégias institucionais dirigidas, como programas de apoio psicossocial, espaços de escuta qualificada, fortalecimento da educação permanente e intervenções sobre organização do trabalho, incluindo dimensionamento de pessoal, revisão de escalas e redução de sobrecarga (MOURA MEC, et al., 2023; RODRIGUES LM, et al., 2024; LIMA SR, et al., 2022).

No âmbito das políticas institucionais, os resultados podem subsidiar ações de promoção da saúde mental do trabalhador e prevenção do Burnout, reforçando que a síndrome deve ser compreendida como fenômeno relacionado ao trabalho e às condições organizacionais, e não apenas como fragilidade individual (MENDES AM, et al., 2020; BATISTA TC, et al., 2025). Para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de estudos longitudinais e multicêntricos, com amostras maiores e inclusão de variáveis organizacionais (clima institucional, suporte social no trabalho, satisfação e carga percebida), além de abordagens qualitativas para aprofundar experiências e significados atribuídos ao sofrimento psíquico na enfermagem (GAINO LV, et al., 2018).

Diante do exposto, reforça-se a necessidade de novas investigações e de intervenções contínuas para reduzir o risco de Burnout e qualificar o cuidado, considerando impactos potenciais sobre absenteísmo, rotatividade, segurança do paciente e desempenho assistencial (VIDOTTI V, et al., 2019; SILVA RM, et al., 2021).

CONCLUSÃO

Conclui-se que a Síndrome de Burnout apresenta risco de prevalência significativa entre os profissionais de enfermagem do hospital universitário investigado, com maior risco elevado entre enfermeiros quando comparados aos técnicos de enfermagem. As condições laborais adversas, a sobrecarga de trabalho e a presença de múltiplos vínculos empregatícios mostraram-se fatores associados ao adoecimento psíquico nesse contexto, impactando especialmente as dimensões de exaustão emocional e realização profissional. Esses achados indicam a necessidade de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, reorganização do processo de trabalho e valorização profissional, com oferta de suporte psicossocial, educação permanente e revisão do dimensionamento de pessoal. Recomenda-se ainda a realização de estudos longitudinais e com amostras ampliadas que possibilitem aprofundar a compreensão do fenômeno e avaliar a efetividade de intervenções preventivas, especialmente no contexto de hospitais universitários.

REFERÊNCIAS

1. BATISTA TC, et al. Burnout in nursing: causal factors and impacts on health and professional performance – a systematic review. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, 2025; 23(03): 01–09.
2. CARVALHO DP, et al. Carga de trabalho e adoecimento psíquico em enfermagem hospitalar. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2020; 12: e4182.
3. GAINO LV, et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas, 2018; 14(2): 108-116.
4. GARCIA AJ, et al. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem Oncológica: Estudo Transversal. Revista Brasileira de Cancerologia, 2024; 70 (04): e224983.
5. LIMA SR, et al. Condições de trabalho e saúde mental de profissionais da enfermagem. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2022; 16(4): e10458.
6. MASLACH C, JACKSON SE. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behavior, 1981; 2(2): 99–113.
7. MENDES AM, et al. Organização do trabalho e sofrimento psíquico na enfermagem. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2020; 13: e5056.
8. MOURA MEC, et al. Síndrome de Burnout: Fatores relacionados à problemas de saúde mental em profissionais de emergência. Revista JRG de Estudos Acadêmicos, 2023; 6(13): 917–927.
9. OLIVEIRA EB, et al. Burnout e fatores psicossociais em profissionais da saúde. Revista Eletrônica Acervo Enfermagem, 2021; 9: e7812.
10. PAIVA JDM, et al. Fatores desencadeantes da síndrome de Burnout em enfermeiros. Revista de Enfermagem UFPE on line, 2019; 13(2): 483–490.
11. PERNICIOTTI P, et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Rev. SBPH, 2020; 23(01): 35-52.
12. RODRIGUES LM, et al. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, 2024; 37: 1–15,
13. SILVA JM, MALAGRIS LEN. Percepção do estresse e estressores de enfermeiros de um hospital universitário. Estudos e Pesquisas em Psicologia, 2019; 19(01): 71–88.
14. SILVA RM, et al. Síndrome de Burnout em hospitais universitários brasileiros. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021; 14: e8123.
15. VIDOTTI V, et al . Síndrome de burnout, estresse ocupacional e qualidade de vida entre trabalhadores de enfermagem. Enferm. glob., Murcia, 2019; 18(55): 344-376.