

Saúde mental e Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: revisão de literatura

Mental health and Burnout Syndrome in health professionals: literature review

Salud mental y Síndrome de Burnout en profesionales de la salud: revisión de la literatura

Marcela Marques de Oliveira¹, Isabelle de Moraes Amorim¹, Manuela de Matos Costa de Menezes¹, Gabriela Copinski¹, Yuri Madeira Santos¹, Hannah Alcantara Oliveira Souza¹, Juliane Aledi Gramelick², Giulia Souza Lemos², Estela Mara Carneiro Alvarenga², Emílio Conceição de Siqueira¹.

RESUMO

Objetivo: Analisar a saúde mental e Síndrome de Burnout (SB) em profissionais da área da saúde. **Revisão bibliográfica:** Os problemas de saúde mental já iniciam, muitas vezes, durante a graduação pela alta carga de estresse. Horários desequilibrados e aumento do trabalho administrativo foram definidos como fatores-chave na produção de saúde mental ruim entre os profissionais de saúde. Em médicos, a própria natureza da profissão como a cultura competitiva pode levar ao surgimento de preocupações com a saúde mental. Uma revisão sistemática recente indicou que mais de 50% dos médicos e enfermeiros estão sofrendo de SB que é uma desordem adaptativa a fatores estressantes crônicos relacionados à alta demanda no ambiente de trabalho. **Considerações finais:** A saúde mental dos profissionais de saúde impacta tanto nas suas vidas pessoais quanto no meio laboral com redução de produtividade e maiores erros médicos. Nesse contexto, é imperativo que os serviços de saúde atendam às necessidades fisiológicas fundamentais dos profissionais de saúde. Isso envolve fornecer nutrição adequada, garantir que as rotações/horários sejam cumpridos para descanso suficiente e limitar o possível excesso de trabalho que é um fator conhecido para o burnout.

Palavras-chave: Profissionais de saúde, Saúde mental, Esgotamento profissional.

ABSTRACT

Objective: To analyze mental health and Burnout Syndrome (BS) in health professionals. **Bibliographic review:** Mental health problems often start during graduation due to the high stress load. Unbalanced schedules and increased administrative work were defined as key factors in producing poor mental health among health professionals. In physicians, the very nature of the profession as a competitive culture can lead to the emergence of mental health concerns. A recent systematic review indicated that more than 50% of doctors and nurses are suffering from BS which is an adaptive disorder to chronic stressors related to high demand in the work environment. **Final considerations:** The mental health of health professionals impacts both their personal lives and the work environment with reduced productivity and greater medical errors. In this context, it is imperative that health services meet the fundamental physiological needs of health professionals. This involves providing adequate nutrition, ensuring rotations/schedules are adhered to for sufficient rest, and limiting possible overwork that is a known factor for burnout.

Key words: Health professionals, Mental health, Professional Burnout.

¹ Universidade de Vassouras (UV), Vassouras - RJ.

² Faculdade de Medicina do Vale do Aço (UNIVAÇO), Ipatinga - MG.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la salud mental y el Síndrome de Burnout (SB) en profesionales de la salud. **Revisión bibliográfica:** Los problemas de salud mental suelen comenzar durante la graduación debido a la alta carga de estrés. Los horarios desequilibrados y el aumento del trabajo administrativo se definieron como factores clave en la producción de una mala salud mental entre los profesionales de la salud. En los médicos, la naturaleza misma de la profesión como una cultura competitiva puede conducir al surgimiento de problemas de salud mental. Una revisión sistemática reciente indicó que más del 50% de los médicos y enfermeras padecen SB, que es un trastorno adaptativo a los estresores crónicos relacionados con la alta demanda en el entorno laboral. **Consideraciones finales:** La salud mental de los profesionales de la salud impacta tanto en su vida personal como en el ambiente laboral con menor productividad y mayores errores médicos. En este contexto, es imperativo que los servicios de salud atiendan las necesidades fisiológicas fundamentales de los profesionales de la salud. Esto implica proporcionar una nutrición adecuada, garantizar que se cumplan las rotaciones/los horarios para descansar lo suficiente y limitar el posible exceso de trabajo que es un factor conocido del agotamiento.

Palabras clave: Profesionales de la salud, Salud mental, Burnout profesional

INTRODUÇÃO

A doença mental, considerada globalmente como responsável por 32% dos anos vividos com deficiência, gera impactos significativos nos locais de trabalho. Em particular, os profissionais de saúde experimentam altas taxas de problemas de saúde mental, como esgotamento ou Burnout, estresse e depressão devido à natureza de seu trabalho, que muitas vezes é estressante e caracterizado por trabalho em turnos, horários irregulares e um ambiente de alta pressão (GRAY P, et al., 2019; MIHAILESCU M e NEITERMAN E, 2019).

A Síndrome de Burnout (SB) é uma síndrome observada em trabalhos exigentes e em pessoas que cuidam de outras pessoas, como os profissionais de saúde. Os profissionais de saúde, principalmente os médicos, estão expostos a altos níveis de sofrimento no trabalho. A tensão persistente pode levar à exaustão, sofrimento psicológico e/ou físico. O burnout tem sido associado a efeitos adversos no profissional e nos níveis organizacionais, incluindo suicídio, relacionamentos rompidos, diminuição da produtividade, comportamento não profissional e rotatividade. Além disso, a SB pode aumentar o risco de erros médicos e diminuir a satisfação no trabalho, o que incita a aposentadoria precoce (AGARWAL SD, et al. 2020; TAWFIK DS, et al., 2019).

Uma revisão sistemática recente indicou que mais de 50% dos médicos e enfermeiros estão sofrendo de Burnout. Outro estudo recente com quase 1.800 enfermeiros de 19 sistemas de saúde nos Estados Unidos descobriu que mais de 50% dos entrevistados relataram saúde física e mental abaixo do ideal. A depressão afetou 25% dessa amostra e foi a principal causa de erros médicos. Enfermeiros e médicos com problemas de saúde mental e física foram 26% a 71% mais propensos a relatar cometer erros médicos em comparação com aqueles com melhor saúde (MELNYK BM, et al., 2020).

Isto decorre da interação de fatores pessoas com às condições do local de trabalho, como cargas de trabalho excessivas, trabalhar em situações de carga emocional, estigma contra a procura de atendimento e violência no local de trabalho, entre outros fatores. A saúde mental dos profissionais de saúde também foi associada a um risco aumentado de incidentes de segurança do paciente, pior qualidade de atendimento devido ao baixo profissionalismo e redução da satisfação do paciente, erros médicos, redução da qualidade do atendimento, quedas de pacientes, erros de medicação e infecções levando a menor satisfação do paciente com o cuidado prestado além da diminuição da segurança do paciente (GRAY P, et al., 2019).

A saúde mental precária entre os profissionais de saúde além de malefícios pessoais como também pode prejudicar seu desempenho profissional e ter um efeito considerável na qualidade do atendimento que prestam aos pacientes, impactando negativamente na saúde dos pacientes. O objetivo do estudo foi analisar a saúde mental e Síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A saúde mental em profissionais de saúde

Os problemas de saúde mental já iniciam, muitas vezes, durante o curso de graduação. Isto decorre da alta carga de estresse expressa pelos cursos de graduação na área da saúde no qual os estudantes precisam se adequar a uma extensa carga horária de trabalhos e estudo, a sobrecarga de informação, a idealização da importância do trabalho em saúde, além da falta de tempo para momentos de lazer com a família e amigos (CRUZ LTS, et al., 2022; MOURA RS, et al., 2021). Além dos estressores que os alunos de muitas disciplinas vivenciam (estresse antes dos exames e prazos de entrega, malabarismos com as identidades de adultos e estudantes), os estudantes da área da saúde vivenciam mais pressão para satisfazer seus padrões acadêmicos e profissionais, que exigem bom desempenho no trabalho acadêmico e na prática clínica, na qual se deparam com situações difíceis como a morte (KOTERA Y, et al., 2021; LI X, et al., 2021).

Quase um quarto (22%) dos estudantes de enfermagem desenvolvem depressão, ansiedade, estresse ou uma combinação destes. O suicídio é relatado em 6,5% dos estudantes de enfermagem, mais do que a taxa da população geral de estudantes universitários (4,2%) (KOTERA Y, et al., 2021). Enquanto para estudantes de medicina, a prevalência de depressão é estimada em 58,2%. Uma meta-análise realizada a nível global evidenciou que a prevalência de ideação suicida entre graduandos de medicina foi de 11,1% (CRUZ LTS, et al., 2022).

A depressão é definida como um estado de sofrimento psíquico, que repercute nas relações interpessoais. Caracteriza-se pela presença de pensamentos negativos, necessidade de isolamento, desânimo, tristeza, fadiga, insônia, dificuldade de concentração, ansiedade, medo considerável, sentimento de culpa, além de alterações no sono e no apetite (VASCONCELOS EM, et al., 2018). Um estudo identificou que entre médicos a prevalência de depressão é estimada em 40% (CRUZ LTS, et al., 2022). Quanto aos profissionais da enfermagem relação à prevalência de sintomas depressivos, os resultados encontrados na literatura mostraram 9% com depressão grave e 21% com disforia, ou seja um estado caracterizado por ansiedade, depressão e inquietude (VASCONCELOS EM, et al., 2018).

Embora médicos e enfermeiros se esforcem para oferecer um atendimento de excelência a seus pacientes, muitas vezes não priorizam o autocuidado. Como resultado, a participação em comportamentos de estilo de vida saudável geralmente recebe baixa prioridade. Além dos fatores pessoais, existem vários desafios do sistema de saúde que contribuem para o esgotamento e a depressão destes profissionais, incluindo padrões de pessoal deficientes, desafios contínuos com registros médicos eletrônicos que resultam em menos tempo com os pacientes e pressão para aumentar o número de casos (MELNYK BM, et al., 2020).

Horários desequilibrados e aumento do trabalho administrativo foram definidos como fatores-chave na produção de saúde mental ruim entre os profissionais de saúde. Em médicos, a própria natureza da profissão como a cultura competitiva pode levar ao surgimento de preocupações com a saúde mental. De fato, o foco em qualidades como rigidez, perfeccionismo e dedicação excessiva ao trabalho durante a admissão em programas médicos promove a seleção de alunos que podem ser particularmente vulneráveis a doenças mentais no futuro (MIHAILESCU M e NEITERMAN E, 2019; BRAND SL, et al., 2017).

Os enfermeiros não só prestam cuidados e assistência aos doentes, mas também participam na sua reabilitação, prestam apoio aos doentes e seus familiares e defendem a educação para a saúde, desempenhando um papel importante na melhoria e promoção dos serviços de saúde na comunidade. Sua carga de trabalho ampla e multifacetada apresenta-lhes a maior quantidade de tempo gasto com os pacientes e permite que eles cubram todas as áreas da rede de saúde. No entanto, a profissão é invariavelmente reconhecida como uma ocupação estressante e exigente (MAHARAJ S, et al., 2018).

Os enfermeiros experimentam regularmente uma variedade de estressores relacionados ao trabalho, incluindo, entre outros: longas horas de trabalho, restrições de tempo, atendimento às necessidades dos pacientes, horários irregulares e falta de apoio profissional (MAHARAJ S, et al., 2018).

Além disso, as questões estruturais também afetam a saúde mental dos profissionais de saúde. Sobrecarga de trabalho, falta de controle sobre o ambiente de trabalho, falta de equilíbrio entre esforço e

recompensa, falta de senso de comunidade entre os funcionários, falta de justiça e transparência por parte dos tomadores de decisão e dissonância entre os valores pessoais e as tarefas de trabalho são as principais causas da saúde mental preocupações entre os médicos (HILGERT JB, et al., 2018; MIHAILESCU M e NEITERMAN E, 2019).

Um estudo conceituou as causas para a doença mental como tendo uma natureza cíclica - a depressão leva ao esgotamento e à despersonalização, o que leva à insatisfação do paciente, causando insatisfação no trabalho e mais depressão (MIHAILESCU M e NEITERMAN E, 2019).

As altas taxas de problemas de saúde mental entre os profissionais de saúde podem ser exacerbadas por sua “vergonha de saúde mental”, que é sentir vergonha por ter um problema de saúde mental. A vergonha é uma emoção negativa de autoatribuições, baseada na avaliação percebida de si pelos outros. A vergonha da saúde mental é fortemente associada ao aumento da autocritica e diminuição da autocompaixão. Profissionais com alta vergonha de saúde mental tendem a não procurar ajuda, levando a resultados clínicos ruins (KOTERA Y, et al., 2021).

Os profissionais de saúde, em comparação à população geral, apresentam maiores taxas de suicídio. Médicos e outros profissionais de saúde, como enfermeiros, foram considerados como grupo de alto risco de suicídio em diferentes países, especialmente para as mulheres. Um estudo realizado nos Estados Unidos entre 2005 e 2016 identificou taxas de suicídio entre enfermeiros e médicos de 18,51 e 40,72 por 100 mil habitantes, respectivamente. Isso se deve a fatores laborais como carga de trabalho pesada com longos turnos de trabalho e horários imprevisíveis (com a privação de sono associada), estresse das situações (emergências de vida e morte), e fácil acesso a um meio de cometer suicídio (FREIRE FO, et al., 2020; DUTHEIL F, et al., 2019).

Síndrome de Burnout em profissionais de saúde

As pessoas passam quase um terço da vida no local de trabalho, e é neste contexto que se desenvolve grande parte das relações interpessoais e onde são canalizados os interesses vitais. Por todas estas razões, o trabalho é uma das atividades fundamentais do ser humano, sendo as situações de tensão que ocorrem no trabalho e o stress laboral uma das consequências mais relevantes para a saúde física e mental das pessoas (GARCÍA-CAMPAYO J, et al., 2016; AGARWAL SD, et al. 2020).

O estresse é definido como uma relação ou transação em termos de adequação e interação entre a pessoa e o ambiente ou ambiente que pode ser oneroso para o bem-estar do indivíduo, resultando em distúrbios psicológicos, comportamentos não saudáveis e, finalmente, em doenças. O estresse pode ser uma consequência de vários fatores e circunstâncias. Entretanto, por sua relevância na vida das pessoas, o mundo do trabalho é um dos principais geradores de estresse. O estresse é um dos principais fatores de risco para doenças cardíacas, acidente vascular cerebral, dores crônicas etc., está implicado no aparecimento da Síndrome do Burnout (GARCÍA-CAMPAYO J, et al., 2016; CRUZ LTS, et al., 2022).

A Síndrome de Burnout (SB) é uma desordem adaptativa a fatores estressantes crônicos relacionados à alta demanda no ambiente de trabalho, cuja evolução é insidiosa e o cansaço emocional se apresenta como o principal sintoma (MOURA RS, et al., 2021). O termo "burnout" significa "ser consumido" e designa um indivíduo que atingiu o ponto de colapso em sua capacidade adaptativa ao estresse ocupacional (VASCONCELOS EM, et al., 2018). É uma síndrome psicológica caracterizada por esgotamento de energia, aumento da distância mental do trabalho (ou seja, cinismo ou negativismo) e redução da eficácia profissional (RAUDENSKÁ J, et al., 2020).

A SB consiste em exaustão emocional, sensação de realização pessoal diminuída e despersonalização. Entre os profissionais de saúde, a exaustão emocional inclui sentir-se “exausto” ao final de um turno de trabalho sem ter mais nada a oferecer ao paciente emocionalmente. A despersonalização perpassa por tratar os pacientes da mesma forma como se trata objetos em vez de seres humanos, além de tratá-los de maneira insensível. Uma sensação de realização pessoal reduzida engloba sentimentos de ineficácia em ajudar os pacientes com seus problemas e uma falta de valor dos resultados de atividades relacionadas ao trabalho, como atendimento ao paciente ou realizações profissionais (WEST CP, et al., 2018).

Na enfermagem, o burnout vem sendo estudado há vários anos devido à sua alta prevalência e por ser reconhecido como um risco ocupacional. Em estudos recentes foram identificadas taxas de SB entre 9,22% a 24% (VASCONCELOS EM, et al., 2018). Entre médicos, foram documentadas taxas de prevalência da síndrome próximas ou superiores a 50% (WEST CP, et al., 2018). Um estudo europeu que incluiu 1.400 médicos de família em 12 países da Europa revelou os seguintes achados: 43% dos entrevistados pontuaram alto para exaustão emocional, 35% para despersonalização e 32% para baixo nível de realização pessoal, enquanto 12% dos participantes sofreram de burnout em todas as três dimensões (ROMANI M e ASHKAR K, 2014).

A SB tem consequências muito negativas. No indivíduo, pode afetar sua saúde física e/ou mental, dando origem a distúrbios psicossomáticos, tais quais distúrbios cutâneo-mucosos e cardiorrespiratórios. Além disso, Médicos e enfermeiros esgotados não apenas sofrem com ansiedade, obsessão-compulsão, depressão, mais abuso de substâncias, relacionamentos interpessoais quebrados e ideação suicida, eles também acreditam que prestam cuidados de qualidade inferior e os pacientes parecem estar menos satisfeitos com o atendimento prestado, o que impacta diretamente nos resultados do paciente, em termos de experiências do paciente, qualidade do atendimento e erros médicos (ZHANG XJ, et al., 2020; GARCÍA-CAMPAYO J, et al., 2016).

Pode-se citar também que na organização do trabalho a SB pode ocasionar uma grave redução do desempenho profissional, deterioração da qualidade do atendimento ou serviço, rotatividade excessiva, absenteísmos como faltas excessivas de funcionários, atrasos, pausas frequentes, comprometimento reduzido no trabalho e até abandono do cargo (SALYERS MP, et al., 2017; GARCÍA-CAMPAYO J, et al., 2016). Além da interrupção do atendimento ao paciente, a perda de um enfermeiro ou médico deixando seu cargo também está associada a custos financeiros significativos, estimados de US\$ 11.000 a US\$ 90.000 por profissional, com até US\$ 8,5 milhões em custos mais amplos associados (por exemplo, vagas não preenchidas, adiamento de pacientes, treinamento e orientações) (KELLY LA, et al., 2021).

As relações observadas entre burnout e qualidade do cuidado são provavelmente multifatoriais. Indivíduos que sofrem de burnout podem ter menos tempo ou compromisso para otimizar o cuidado de seus pacientes, assumir mais riscos desnecessários ou não ter capacidade de prestar atenção aos detalhes necessários ou reconhecer as consequências de suas ações. Por outro lado, a exposição a eventos adversos do paciente ou o reconhecimento da má qualidade do atendimento pode resultar em sofrimento emocional ou psicológico para os provedores. Esse fenômeno é frequentemente chamado de trauma secundário (TAWFIK DS, et al., 2019).

A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia de Covid-19

A doença do coronavírus 2019 (Covid-19) causou efeitos devastadores ao se espalhar rapidamente por toda a sociedade em todo o mundo desde que foi identificada no final de dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, China. Tendo sido declarada como uma pandemia pela Organização Mundial de Saúde em 2020 (MULYADI M, et al., 2021).

A pandemia do Covid-19 resultou em encargos significativos em todo o mundo. Os efeitos prejudiciais incluem altas taxas de infecção e morte, dificuldades financeiras enfrentadas pelos indivíduos, estresse relacionado a informações conhecidas e particularmente desconhecidas e medo da incerteza quanto ao impacto contínuo. Os profissionais de saúde, no centro da crise sem precedentes do Covid-19, enfrentam desafios ao tratar pacientes com Covid-19: reduzir a propagação da infecção; desenvolver estratégias adequadas de curto prazo; e formulação de planos de longo prazo. Os profissionais de saúde também devem continuar a tratar com sucesso pacientes não-Covid e manter responsabilidades pessoais, incluindo cuidar de suas famílias e de si mesmos (SHREFFLER J, et al., 2020).

No contexto da pandemia, os profissionais da saúde têm trabalhado incansavelmente no seu combate. Estavam sujeitos a longos turnos de trabalho; excesso de pacientes; interrupção nos padrões de sono; equilíbrio entre vida profissional e pessoal; negligência das necessidades pessoais e familiares com aumento da carga de trabalho; rigorosos protocolos de Equipamentos de Proteção Individual (EPI); a pouca quantidade

de suprimentos hospitalares incluindo EPI; além disso, pode-se citar o sofrimento emocional com a possibilidade de contrair a doença ou transmiti-la a amigos e parentes (RAUDENSKÁ J, et al., 2020; AL-HUMADI S, et al., 2021; PRADO AD, et al., 2020; CRUZ LTS, et al., 2022).

Além da a exaustão física e mental e a inevitabilidade da tomada de decisões eticamente difíceis acerca do racionamento de cuidados pode ter efeitos devastante na saúde mental do pessoal da saúde. Pode-se citar, ainda, que os profissionais desenvolveram sentimentos de turbulência emocional devido ao testemunho de seus colegas, que estão sendo infectados, colocados em quarentena ou até mesmo morreram na luta contra a doença (RAUDENSKÁ J, et al., 2020; EWEIDA RS, et al., 2020). Ademais, quando há um resultado negativo, na unidade de Covid-19 muitas vezes não há tempo para os indivíduos processem completamente o trauma, vivenciem o luto e, posteriormente, se recuperem devido ao alto fluxo de pacientes e perdas. Isso causa maior estresse e possibilidade de Burnout além de sintomas depressivos (RIEDEL B, et al., 2021).

Essa pandemia exacerbou os estressores em um sistema de saúde em que o esgotamento dos profissionais de saúde, uma resposta ao estresse no local de trabalho, já é epidêmico (RESTAURI N e SHERIDAN AD, 2020). Os profissionais de saúde experimentam uma exaustão emocional ainda maior, o que pode levar a erros médicos, falta de empatia no tratamento dos pacientes, menor produtividade e maior rotatividade (SHREFFLER J, et al., 2020).

Essas condições podem impactar a saúde mental dos enfermeiros e levar ao desenvolvimento de depressão, ansiedade, sintomas de estresse pós-traumático (TEPT), transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e outros transtornos de saúde mental. Um estudo avaliou que durante a pandemia de Covid-19 o desenvolvimento de sintomas semelhantes ao TEPT em profissionais de saúde chegou a 73,4% (RIEDEL B, et al., 2021).

Em uma meta-análise analisando a prevalência de ansiedade, depressão e insônia durante o Covid-19, as taxas foram de 23, 28 e 39%, respectivamente. Uma maior taxa de sintomas afetivos foi relatada por enfermeiros e profissionais de saúde do sexo feminino. Esses achados sugerem que os hospitais devem priorizar o apoio psicológico e o tratamento adequados para esses grupos específicos de profissionais de saúde em risco (PAPPA S, et al., 2020; TOKAC U e RAZON S, 2021).

Quanto ao Burnout, um estudo italiano realizado com profissionais de saúde durante a pandemia identificou que mais de 1 em cada 3 apresentou alta pontuação de exaustão emocional e 1 em cada 4 relatou altos níveis de despersonalização, enquanto apenas cerca de 15% relataram baixos níveis de gratificação pessoal. 45% da amostra experimentou, com alta frequência, pelo menos um sintoma físico nas últimas 4 semanas. Em particular, o aumento da irritabilidade, a mudança de hábitos alimentares, a dificuldade em adormecer e a tensão muscular (BARELLO S, et al., 2020).

Nesse contexto, o apoio psicológico deve se concentrar nas características organizacionais e individuais, com um objetivo mais amplo de manter uma cultura organizacional de resiliência. Em situações de pandemia, a comunicação clara de diretrizes e medidas de precaução reduz a probabilidade de sofrimento emocional. O apoio social fora do local de trabalho também pode amortecer o estresse, mas os profissionais de saúde geralmente negligenciam os relacionamentos com seus amigos e familiares devido a cargas de trabalho pesadas ou preocupações em infectar outras pessoas devido à sua própria exposição ocupacional ao vírus (BLAKE H, et al., 2020).

É necessária, também, uma maior promoção do autocuidado (por exemplo, alimentação saudável, hidratação, atividade física), pois, durante uma pandemia (assim como em outros momentos), os profissionais de saúde muitas vezes priorizam sua própria saúde e bem-estar em favor do atendimento ao paciente (BLAKE H, et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental dos profissionais de saúde impacta tanto nas suas vidas pessoais quanto no meio laboral com redução de produtividade e maiores erros médicos. Nesse contexto, é imperativo que os serviços de saúde atendam às necessidades fisiológicas fundamentais dos profissionais de saúde. Isso envolve fornecer nutrição adequada, garantir que as rotações/horários sejam cumpridos para descanso suficiente e limitar o possível excesso de trabalho que é um fator conhecido para SB.

REFERÊNCIAS

1. AGARWAL SD, et al. Professional Dissonance and Burnout in Primary Care: A Qualitative Study. *JAMA Intern Med*, 2020; 180(3): 395-401.
2. AL- HUMADI S, et al. Depression, Suicidal Thoughts, and Burnout Among Physicians During the Covid- 19 Pandemic: a Survey- Based Cross Sectional Study. *Acad Psychiatry Res*, 2021; 45(5): 557- 565.
3. BARELLO S, et al. Burnout and somatic symptoms among frontline healthcare professionals at the peak of the Italian Covid-19 pandemic. *Psychiatry Res*, 2020; 290: 113129.
4. BLAKE H, et al. Mitigating the Psychological Impact of Covid-19 on Healthcare Workers: A Digital Learning Package. *Int J Environ Res Public Health*, 2020; 17(9): 2997.
5. BRAND SL, et al. Whole-system approaches to improving the health and wellbeing of healthcare workers: A systematic review. *PLoS One*, 2017; 12(12): e0188418.
6. CRUZ LTS, et al. Síndrome de Burnout, transtornos mentais e suicídio em médicos: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2022, 15(5), e10218.
7. DUTHEIL F, et al. Suicide among physicians and health-care workers: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One*, 2019; 14(12):e0226361.
8. EWEIDA RS, et al. Mental strain and changes in psychological health hub among intern-nursing students at pediatric and medical-surgical units amid ambience of Covid-19 pandemic: A comprehensive survey. *Nurse Educ Pract*, 2020; 49:102915.
9. FREIRE FO, et al. Factors associated with suicide risk among nurses and physicians: a cross-section study. *Rev Bras Enferm*, 2020; 73(1):e20200352.
10. GARCÍA-CAMPAYO J, et al. Burnout Syndrome and Demotivation Among Health Care Personnel. *Managing Stressful Situations: The Importance of Teamwork. Actas Dermosifiliogr*, 2016; 107(5): 400-6.
11. GRAY P, et al. Workplace-Based Organizational Interventions Promoting Mental Health and Happiness among Healthcare Workers: A Realist Review. *Int J Environ Res Public Health*, 2019; 16(22): 4396.
12. HILGERT JB, et al. Satisfaction and burden of mental health personnel: data from healthcare services for substance users and their families. *Braz J Psychiatry*, 2018; 40(4):403-409.
13. KELLY LA, et al. Impact of nurse burnout on organizational and position turnover. *Nurs Outlook*, 2021; 69(1): 96-102.
14. KOTERA Y, et al. Mental health shame, self-compassion and sleep in UK nursing students: Complete mediation of self-compassion in sleep and mental health. *Nurs Open*, 2021; 8(3): 1325-1335.
15. LI X, et al. Factors associated with mental health of graduate nursing students in China. *Medicine (Baltimore)*, 2021; 100(3): e24247.
16. MAHARAJ S, et al. Prevalence and Risk Factors of Depression, Anxiety, and Stress in a Cohort of Australian Nurses. *Int J Environ Res Public Health*, 2018; 16(1): 61.
17. MELNYK BM, et al. Interventions to Improve Mental Health, Well-Being, Physical Health, and Lifestyle Behaviors in Physicians and Nurses: A Systematic Review. *Am J Health Promot*, 2020; 34(8): 929-941.
18. MIHAILESCU M, NEITERMAN E. A scoping review of the literature on the current mental health status of physicians and physicians-in-training in North America. *BMC Public Health*, 2019; 19(1): 1363.
19. MOURA RS, et al. Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(11), e9205.
20. MULYADI M, et al. Prevalence of mental health problems and sleep disturbances in nursing students during the Covid-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Nurse Educ Pract*, 2021; 57:103228.
21. PAPPAS S, et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the Covid-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun*, 2020; 88: 901-7.
22. PRADO AD, et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do Covid-19: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; (46): e4128.
23. RAUDENSKÁ J, et al. Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (Covid-19) pandemic. *Best Pract Res Clin Anaesthesiol*, 2020; 34(3): 553-560.
24. RESTAURI N, SHERIDAN AD. Burnout and Posttraumatic Stress Disorder in the Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Pandemic: Intersection, Impact, and Interventions. *J Am Coll Radiol*, 2020; 17(7): 921-926.
25. RIEDEL B, et al. Mental Health Disorders in Nurses During the Covid-19 Pandemic: Implications and Coping Strategies. *Front Public Health*, 2021; 9: 707358.
26. ROMANI M, ASHKAR K. Burnout among physicians. *Libyan J Med*, 2014; 9:23556.
27. SALYERS MP, et al. The Relationship Between Professional Burnout and Quality and Safety in Healthcare: A Meta-Analysis. *J Gen Intern Med*, 2017; 32(4):475-482.
28. SHREFFLER J, et al. The Impact of Covid-19 on Healthcare Worker Wellness: A Scoping Review. *West J Emerg Med*, 2020; 21(5): 1059-1066.
29. TAWFIK DS, et al. Evidence Relating Health Care Provider Burnout and Quality of Care: A Systematic Review and Meta-analysis. *Ann Intern Med*, 2019; 171(8): 555-567.
30. TOKAC U, RAZON S. Nursing professionals' mental well-being and workplace impairment during the Covid-19 crisis: A Network analysis. *J Nurs Manag*, 2021; 29(6): 1653-1659.
31. VASCONCELOS EM, et al. Burnout and depressive symptoms in intensive care nurses: relationship analysis. *Rev Bras Enferm*, 2018; 71(1): 135-141.
32. WEST CP, et al. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. *J Intern Med*, 2018; 283(6): 516-529.
33. ZHANG XJ, et al. Interventions to reduce burnout of physicians and nurses: An overview of systematic reviews and meta-analyses. *Medicine (Baltimore)*, 2020; 99(26): e20992.