



Estresse ocupacional e Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidades de emergência

Estrés laboral y Síndrome de Burnout en enfermeras de unidades de urgencias

Occupational stress and Burnout Syndrome in emergency unit nurses

Fernanda Cruz Ramos Ferreira¹, Joselma Silva Rufino¹, Arline Alexandre de Souza¹, Paloma Paulo Diniz¹, Suênia Gonçalves de Medeiros Diniz¹, José Evandro Silva Soares², Bruna Ravena Bezerra de Sousa³, Suenildo Messias da Silva¹, Ramon de Oliveira Mesquita⁴, Euzalice Gonçalves da Silva⁵.

RESUMO

Objetivo: Investigar a prevalência da Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidades de emergência hospitalar, os fatores que desencadeiam a síndrome e como afeta a saúde mental dos profissionais, além de estratégias para mitigar seus efeitos. **Métodos:** Estudo qualitativo por revisão integrativa da literatura. As buscas ocorreram nas bases Scielo, LILACS, PubMed, Science Direct e Cochrane, utilizando os descritores "Síndrome de Burnout", "Enfermagem" e "Ambiente Hospitalar". Foram incluídos estudos de 2014 em diante, focando em Burnout entre enfermeiros em emergências hospitalares. Ao final, 11 artigos foram selecionados para análise. **Resultados:** A Síndrome de Burnout é prevalente entre enfermeiros de emergência, sendo causada por carga de trabalho excessiva, múltiplos empregos e falta de recursos e apoio institucional. A exaustão física e emocional desses profissionais impacta a qualidade do atendimento. **Conclusão:** É urgente implementar políticas institucionais que promovam ambientes de trabalho saudáveis, oferecendo suporte psicológico, programas de gestão do estresse e melhores condições de trabalho para reduzir a incidência da Síndrome de Burnout e melhorar a qualidade do atendimento.

Palavras-chave: Síndrome de burnout, Enfermagem, Ambiente hospitalar, Saúde mental, Assistência de enfermagem.

RESUMEN

Objetivo: Investigar la prevalencia del Síndrome de Burnout en enfermeros de unidades de emergencia hospitalaria, los factores que desencadenan la síndrome y su impacto en la salud mental, además de estrategias para mitigar sus efectos. **Métodos:** Estudio cualitativo basado en una revisión integrativa de la literatura. Las búsquedas se realizaron en Scielo, LILACS, PubMed, Science Direct y Cochrane, utilizando los términos "Síndrome de Burnout", "Enfermería" y "Ambiente Hospitalario". Se incluyeron estudios desde 2014 centrados en Burnout entre enfermeros en emergencias hospitalarias. Se seleccionaron 11 artículos para análisis. **Resultados:** El Síndrome de Burnout es prevalente entre los enfermeros de emergencia, causado por sobrecarga de trabajo, empleos múltiples y falta de recursos y apoyo institucional. La extenuación física

¹ Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW/EBSERH), João Pessoa - PB.

² Hospital de Trauma Dom Luiz Gonzaga Fernandes. Campina Grande - PB.

³ Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC/EBSERH), Campina Grande - PB.

⁴ Empresa Brasil Vida - Táxi Aéreo, Goiânia - GO.

⁵ Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém - PA.

y emocional afecta la calidad del cuidado. **Conclusión:** Es urgente implementar políticas institucionales que promuevan entornos laborales saludables, ofreciendo apoyo psicológico, programas de gestión del estrés y mejores condiciones laborales para reducir el Síndrome de Burnout y mejorar la calidad de la atención.

Palabras clave: Síndrome de burnout, Enfermería, Ambiente hospitalario, Salud mental, Atención de enfermería.

ABSTRACT

Objective: To investigate the prevalence of Burnout Syndrome among emergency unit nurses, the factors triggering the syndrome, its impact on mental health, and strategies to mitigate its effects. **Methods:** This qualitative study was conducted through an integrative literature review. Searches were carried out in Scielo, LILACS, PubMed, Science Direct, and Cochrane using the terms "Burnout Syndrome," "Nursing," and "Hospital Environment." Studies published since 2014 focusing on Burnout among emergency nurses were included, with 11 articles selected for analysis. **Results:** Burnout Syndrome is highly prevalent among emergency nurses, driven by excessive workload, multiple jobs, lack of resources, and insufficient institutional support. Physical and emotional exhaustion affects the quality of care. **Conclusion:** It is urgent to implement institutional policies that promote healthier work environments for emergency nurses, offering psychological support, stress management programs, and better working conditions to reduce Burnout Syndrome and improve care quality.

Keywords: Burnout Syndrome, Nursing, Hospital environment, Mental health, Nursing care.

INTRODUÇÃO

O trabalho é algo primordial para as pessoas, pois além de se alcançar os propósitos da vida, ele é encarregado de ofertar a fonte de renda para própria subsistência. Além disso, é através do trabalho que se pode alcançar os propósitos da vida. Ele, a princípio, deve conceber prazer, satisfação e felicidade, porém pode trazer estresse, sofrimento, dor, tristeza e doenças, disponibilizando riscos à saúde ao invés de obter momentos de prazer (OLIVEIRA LEL, 2019; MARTINS JT, et al., 2014). Além disso, o trabalho, como ação humana social, engloba a capacidade do indivíduo de produzir o meio em que vive, e nesse processo de interação com a natureza, o homem também acaba por ser modificado.

Entre essas modificações encontram-se aquelas que têm impacto sobre o psíquico do trabalhador (EZAIAS GM, et al., 2010). Entretanto, sabe-se que algumas profissões tornam o indivíduo mais predisposto a desenvolver doenças mentais em decorrência de seu trabalho. Sabe-se que os profissionais de saúde se deparam, no seu cotidiano, com situações de estresse e ansiedade; os enfermeiros, particularmente, lidam, de forma direta, como sofrimento alheio e as situações de alto risco aumentando, assim, a sua vulnerabilidade em relação às doenças ocupacionais, pois passam a maior parte do tempo interagindo com os pacientes (PAIVA JDM, 2019; DING Y, et al., 2015).

Entende-se que o desgaste físico e mental, em decorrência da jornada excessiva de trabalho, muitas vezes, em ambientes insalubres e sem o devido reconhecimento, faz com que esse profissional apresenta desmotivação, o que traz prejuízos no cuidado ao paciente (PAIVA JDM, 2019; CRUZ SPL e ABELLAN MV, 2015). A síndrome de Burnout (SB) foi descrita pela primeira vez pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974 (FREUDENBERGER HJ, 1974) e atualmente está inserida na Classificação Internacional de Doenças CID-11 sob o código QD85 (OMS, 2019). Burn significa queimar e out significa exterior, esgotamento. Burnout indica que o esgotamento do profissional já extrapolou os limites admissíveis. De forma geral, representa algo que se queimou completamente, deixando de funcionar por absoluta falta de energia.

O burnout é uma resposta de defesa, mesmo que imprópria, à cronificação do estresse ocupacional que chegou a limites intoleráveis (RUSSO NC, 2020). A SB se caracteriza por ser uma comorbidade gerada pela exposição do trabalhador a uma tensão emocional crônica no ambiente laboral, principalmente, nas profissões que mantêm contato direto com outros indivíduos, como professores, terapeutas, policiais e profissionais da saúde. O indivíduo não lida adequadamente com o estresse crônico relacionado ao trabalho e assim, surge a SB, quando há falhas nas estratégias de adaptação à tensão crônica (BARBOSA SSS, et al., 2021; ALVARES EME, et al., 2020; CÂNDIDO J e SOUZA LR, 2017).

Trazendo esta realidade para os enfermeiros que atuam em Urgência e Emergência, devido ao fato de neste setor os mesmos possuírem atribuições que demandam atenção e agilidade, este ambiente de trabalho acaba, por vezes, colocando o profissional em situações de alerta, disparando gatilhos estressores. Incorporado a esse contexto, a existência de uma carga horária de trabalho elevada, múltiplos vínculos empregatícios, carência de insumos e outros fatores podem desencadear o esgotamento profissional (RESENDE MA, et al., 2021).

Ainda que não se conte com números precisos, a Síndrome de Burnout é bem comum entre os profissionais de enfermagem. No momento, a elaboração de estratégias interacionais que favoreçam um clima de trabalho melhor é uma demanda bastante pertinente. Duas hipóteses que aqui se encaixam, porquanto despertam o interesse dos pesquisadores já algumas décadas, são a teoria da cultura organizacional e a teoria do clima organizacional. Se devidamente executadas, certamente poderão contribuir bastante para que os episódios da Síndrome de Burnout sejam pelo menos reduzidos (PAIVA JDM, et al., 2019).

Embora não seja uma meta simples de atingir, a realização deste estudo é totalmente justificável. Isso se dá porque a manifestação da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem representa um desafio organizacional significativo para qualquer unidade de emergência que deseja cumprir seus objetivos com qualidade. Equipes de enfermagem livres dessa síndrome têm melhores condições de executar suas atividades com maior eficácia

Assim, é imperativo que os profissionais sejam incentivados por meio da criação de um ambiente organizacional saudável, apoiado por uma cultura que favoreça os objetivos da unidade e evite ações que possam desencadear a Síndrome de Burnout. A manutenção de um ambiente de trabalho digno e humano é um investimento acessível a qualquer organização de saúde que busque inovação e excelência. Reconhecendo a relevância deste tema, este estudo visa destacar os principais aspectos que caracterizam a Burnout entre as equipes de enfermagem em unidades de emergência hospitalar

O estudo será conduzido por meio de uma revisão integrativa, com o intuito de identificar os elementos fundamentais da síndrome e propor alternativas eficazes para reduzir seu impacto. Assim, espera-se contribuir para a formulação de estratégias que promovam o bem-estar dos profissionais e melhorem a qualidade dos serviços prestados nas unidades de emergência.

MÉTODOS

Este estudo, de natureza teórica e abordagem qualitativa, foi concebido como uma revisão integrativa da literatura com o propósito de explorar e analisar a manifestação da Síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam em unidades hospitalares de emergência. A pesquisa teve como objetivo identificar as principais características e fatores que contribuem para o desenvolvimento desta síndrome, bem como mapear os desafios enfrentados por esses profissionais e as possíveis intervenções ou estratégias que podem ser adotadas para mitigar os seus efeitos adversos.

A escolha da revisão integrativa como método de pesquisa foi fundamentada na capacidade dessa abordagem em sintetizar as evidências disponíveis sobre o tema, permitindo uma compreensão mais ampla e aprofundada do fenômeno em questão. Seguindo as diretrizes metodológicas propostas pelo Joanna Briggs Institute (JBI), a revisão foi conduzida de forma rigorosa e sistemática, garantindo a inclusão de estudos relevantes e atuais sobre a Síndrome de Burnout em contextos hospitalares.

Ciente disso tudo, o problema de pesquisa deste estudo se resume na seguinte questão: Considerando os estudos em pauta, é possível pelo menos reduzir, se não impedir por completo, os principais malefícios da Síndrome de Burnout entre os profissionais da enfermagem que atuam em unidades de emergência hospitalar?

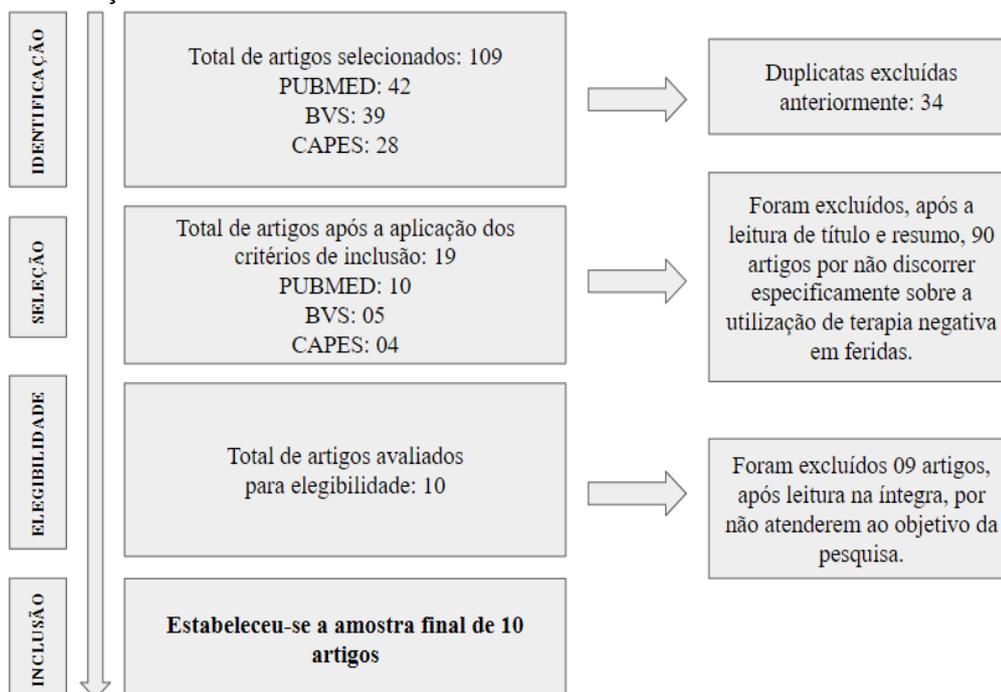
Para realizar a busca bibliográfica, foram adotados descritores controlados pelo DeCS/MeSH, como "Síndrome de Burnout", "Enfermagem" e "Ambiente Hospitalar". Esses termos foram escolhidos estrategicamente para garantir que a pesquisa abrangesse as publicações mais relevantes, oferecendo um

panorama detalhado sobre o tema. A pesquisa foi realizada em bases de dados científicas amplamente reconhecidas, como Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Portal CAPES (Acesso CAFe) e PubMed (via MEDLINE). Essas bases foram selecionadas por sua abrangência e relevância no campo das ciências da saúde, possibilitando o acesso a uma vasta gama de estudos científicos sobre a Síndrome de Burnout.

Os critérios de inclusão definidos para esta revisão foram essenciais para delimitar a amostra. Apenas artigos publicados a partir de 2014 foram considerados, seguindo a recomendação de Resende MA, Lourenço MAR e Amorim MS (2021), que destacam a importância de revisar estudos atualizados para refletir as práticas contemporâneas no campo da saúde. Além disso, foram incluídos estudos que abordassem diretamente a Síndrome de Burnout em enfermeiros, com foco em ambientes hospitalares de alta pressão, como os setores de urgência e emergência. Artigos que tratassem de outras patologias ou que não abordassem diretamente a enfermagem ou o ambiente hospitalar foram excluídos, garantindo que a análise fosse centrada nos objetivos propostos pela pesquisa.

O processo de triagem inicial resultou em uma amostra de 109 artigos identificados a partir da aplicação dos descritores escolhidos. Esses artigos foram submetidos a uma leitura crítica de seus títulos e resumos, com o objetivo de verificar a pertinência e relevância para a questão de pesquisa. A triagem e seleção dos estudos seguiram um procedimento rigoroso e padronizado, utilizando o software Rayyan para organizar os documentos e garantir a imparcialidade na seleção. Conforme descrito por Page MJ et al. (2021), o recurso de cegamento do Rayyan foi utilizado para que dois revisores independentes pudessem avaliar os artigos sem influências externas, assegurando uma maior confiabilidade na seleção dos estudos. Ao final desse processo, 10 artigos foram selecionados para uma análise mais detalhada.

Figura 1 - Fluxo de seleção da amostra.



Fonte: Ferreira FCR, et al., 2024.

Para garantir a integridade e a consistência da extração dos dados, foi utilizado um instrumento de coleta de dados adaptado e validado por Ursi ES e Gavão CM (2006). Esse instrumento permitiu que os dados fossem coletados de forma organizada e sistemática, com foco em informações como os objetivos do estudo, metodologia empregada, resultados obtidos e conclusões apresentadas. A coleta de dados incluiu informações sobre a prevalência da Síndrome de Burnout, seus sintomas, os principais fatores de risco associados e as estratégias de enfrentamento adotadas pelos enfermeiros nos contextos estudados.

A análise dos dados seguiu a técnica de análise de conteúdo, conforme o modelo proposto por Bardin L (2011). Esta técnica foi escolhida por permitir a categorização dos achados em temas centrais, facilitando a identificação de padrões e tendências recorrentes nos estudos selecionados. A análise de conteúdo é amplamente utilizada em estudos qualitativos, pois oferece uma abordagem sistemática para a interpretação de dados textuais, possibilitando uma discussão aprofundada dos resultados. Nesse processo, foram identificados os principais temas relacionados à Síndrome de Burnout, como os sintomas mais comuns entre os enfermeiros, os fatores desencadeantes, as condições de trabalho adversas, e as práticas institucionais que podem influenciar o desenvolvimento da síndrome.

RESULTADOS

Os resultados desta análise apontaram para uma alta prevalência da Síndrome de Burnout entre os enfermeiros que atuam em unidades de emergência, especialmente em decorrência de fatores como longas jornadas de trabalho, múltiplos vínculos empregatícios, falta de recursos e condições de trabalho precárias, como descrito por Resende MA, et al. (2021).

Além disso, foi observado que a ausência de suporte psicológico adequado e a falta de políticas institucionais voltadas para o bem-estar mental dos profissionais contribuem significativamente para o agravamento da síndrome. A pesquisa também identificou que, apesar das dificuldades enfrentadas, há diversas estratégias de enfrentamento que podem ser eficazes na redução dos efeitos da Síndrome de Burnout, como programas de apoio psicológico, treinamento de habilidades de gestão do estresse, e melhorias nas condições de trabalho.

Quadro 1 - Descrição dos artigos selecionados.

Autor/ano	Principais achados
Alvares MEM, et al., 2020.	O estudo transversal com base populacional foi realizado com 241 enfermeiros e médicos em 17 unidades de terapia intensiva em São Luís (MA) analisou a prevalência e os fatores associados à Síndrome de Burnout. Utilizando o Maslach Burnout Inventory, foi constatado que 36,9% dos profissionais apresentaram a síndrome, com os maiores índices de exaustão emocional associados a profissionais de UTI pediátrica. Profissionais com mais de 35 anos demonstraram menor propensão à exaustão emocional e despersonalização. O estudo sugere que a alta carga horária e a ausência de atividades físicas regulares estão associadas a maior risco de burnout, destacando a importância de estratégias de intervenção para esses profissionais.
Castro CSAA, et al., 2020.	Este estudo transversal investigou a prevalência da Síndrome de Burnout entre profissionais de terapia intensiva e semi-intensiva, correlacionando-a com o engajamento no trabalho. Entre 206 profissionais entrevistados, 34,3% apresentaram Burnout grave. Não foram encontradas diferenças significativas entre médicos, enfermeiros e fisioterapeutas, nem entre as unidades. Além disso, observou-se uma correlação negativa entre burnout e engajamento no trabalho, com aqueles menos engajados apresentando maior prevalência da síndrome. O estudo reforça a necessidade de intervenções para melhorar o ambiente de trabalho e o suporte a esses profissionais.
Freitas RF, et al., 2021.	Durante a pandemia da COVID-19, 25,5% dos técnicos de enfermagem de UTI apresentaram Síndrome de Burnout. As variáveis associadas ao aumento da prevalência incluem idade acima de 36 anos, realização de horas extras, considerar a carga horária rígida e consumo de álcool. O estudo destaca o impacto das condições de trabalho durante a pandemia e sugere que fatores ocupacionais e comportamentais são preditores importantes da síndrome. Esses resultados apontam para a urgência de estratégias de suporte para os profissionais na linha de frente.
Moreira DC, et al., 2021.	Este estudo qualitativo avaliou o trabalho dos Núcleos Ampliados de Saúde da Família (NASF-AB) com base nos atributos da Atenção Primária à Saúde, como acesso, longitudinalidade e integralidade. A pesquisa revelou que, embora os usuários tenham dificuldades de acesso aos serviços do NASF-AB, a oferta de visitas domiciliares e atividades em grupo contribuiu para a criação de vínculos. No entanto, o estudo concluiu

Autor/ano	Principais achados
	que a longitudinalidade do cuidado e a articulação com a rede de atenção são fracas, limitando o potencial do NASF-AB em promover cuidados abrangentes e integrados.
Pinto LF e Giovanella L, 2018.	O artigo avalia a implementação da Estratégia Saúde da Família (ESF) no Brasil, focando na redução de internações por condições sensíveis à atenção básica (ICSAB). O estudo constatou uma redução de 45% nas taxas de ICSAB entre 2001 e 2016, atribuída ao aumento da cobertura da ESF. A ampliação do acesso à saúde e a melhoria no acompanhamento de condições crônicas são destacadas como fatores-chave para essa redução. Embora não seja possível isolar completamente os efeitos da atenção primária, a expansão da ESF foi crucial para melhorar o cuidado e reduzir internações desnecessárias.
Moreira HA, et al, 2018.	Este estudo revisa a Síndrome de Burnout (SB) em médicos, identificando a prevalência em diferentes especialidades. A revisão sistemática revelou que as cinco especialidades médicas com maior incidência de Burnout são: medicina de terapia intensiva, medicina de família, medicina de emergência, medicina interna e ortopedia. A etiologia da síndrome é multifatorial, destacando-se fatores relacionados à organização e ao ambiente de trabalho, além da forma como os médicos lidam com o estresse. A SB afeta negativamente a saúde dos médicos e a qualidade dos serviços prestados, reforçando a necessidade de intervenções para mitigar seus efeitos.
Paiva JDM, et al., 2019.	Este artigo revisa os fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros, com base em uma análise de artigos publicados entre 2010 e 2015. Os principais fatores identificados incluem a jornada excessiva de trabalho e a insatisfação profissional, seguidos pelo vínculo emocional com pacientes e o enfrentamento da morte e risco de contaminação. O estudo conclui que os enfermeiros precisam conscientizar-se sobre a importância de cuidar da própria saúde para minimizar o risco de desenvolvimento da síndrome.
Perniciotti P, et al., 2020.	O artigo aborda definições, fatores de risco e estratégias de prevenção da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, com destaque para médicos e enfermeiros. A síndrome é caracterizada por três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. O ambiente hospitalar, especialmente as Unidades de Terapia Intensiva, é identificado como um dos principais gatilhos para o desenvolvimento da síndrome, com a autoestima sendo um fator individual relevante. O estudo discute intervenções potenciais para prevenir a SB, como estratégias organizacionais e individuais.
Ribeiro LM, et al., 2020.	Este estudo revisa os efeitos físicos e mentais da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia de COVID-19. A revisão integrativa identificou que os profissionais da saúde são os mais propensos ao desenvolvimento da síndrome, especialmente durante a pandemia, quando a carga de trabalho e o estresse se intensificaram. A exaustão física e emocional foi agravada pelo aumento das horas de trabalho e pela falta de recursos, destacando a importância do bem-estar dos profissionais para garantir a qualidade do atendimento à população.
Tomaz HC, et al., 2020.	O estudo analisa a prevalência e os fatores associados à Síndrome de Burnout entre profissionais da Estratégia Saúde da Família. A pesquisa revelou uma alta prevalência da síndrome, especialmente de exaustão (59,6%) e distanciamento (47,9%). Fatores como a falta de estratégias eficazes de enfrentamento e níveis moderados de resiliência foram observados. O estudo destaca a importância de melhorar as condições de trabalho e o suporte psicológico para mitigar os efeitos do Burnout entre esses profissionais.

Fonte: Ferreira FCR, et al., 2024.

Após a análise dos artigos selecionados, constatou-se que a Síndrome de Burnout afeta significativamente os enfermeiros em unidades de emergência. Essa condição é atribuída principalmente à sobrecarga de trabalho, falta de recursos adequados e múltiplos turnos sem suporte institucional. Tais fatores criam um ambiente de trabalho estressante, com constante exposição a situações de alta pressão, favorecendo o desenvolvimento de esgotamento físico e emocional. A ausência de políticas de saúde mental e suporte psicológico agrava ainda mais essa situação, aumentando os índices de Burnout.

Os estudos sugerem que programas de gestão do estresse e apoio psicológico contínuo são eficazes para mitigar o Burnout. Além disso, a melhoria das condições de trabalho, como adequação da carga horária e

investimentos em infraestrutura, são essenciais para o bem-estar dos profissionais. A valorização da saúde mental na cultura organizacional pode reduzir a incidência do Burnout e melhorar a qualidade do atendimento prestado aos pacientes, uma vez que o bem-estar dos profissionais de saúde está diretamente relacionado à qualidade da assistência oferecida.

DISCUSSÃO

Pela análise dos artigos, é possível afirmar que a saúde mental é essencial para o bom desempenho das atividades em ambientes organizacionais (PINTO LF e GIOVANELLA L, 2018). No campo da enfermagem, se os profissionais não têm uma saúde mental adequada, há um grande risco de que suas funções não sejam realizadas de maneira satisfatória. A saúde mental é crucial em contextos de alta pressão, como em unidades de urgência e emergência, pois impacta diretamente a qualidade dos cuidados aos pacientes (TOMAZ HC, et al., 2020). Um estudo realizado em um hospital público de Caruaru, PE, identificou altos níveis de estresse ocupacional entre os enfermeiros da urgência e emergência, com jornadas de 40 a 90 horas semanais.

Esse cenário agrava a vulnerabilidade desses profissionais à Síndrome de Burnout, principalmente devido à sobrecarga de trabalho, falta de recursos e pressão para atender demandas de forma rápida. Essas condições exigem a implementação urgente de políticas de saúde mental voltadas para os profissionais (SILVA BMF, et al., 2022). Espera-se que as ações de saúde mental ofereçam meios para que esses profissionais desempenhem suas funções de maneira eficiente, sem apresentar comportamentos inadequados no ambiente de trabalho. O desenvolvimento de habilidades emocionais e estratégias de enfrentamento é fundamental, assim como a conscientização sobre o autocuidado e a gestão emocional (MOREIRA HA, et al., 2018).

Um estudo em Portugal revelou que os enfermeiros da urgência médico-cirúrgica enfrentaram altos níveis de exaustão emocional durante a pandemia da COVID-19, com 20,5% dos profissionais apresentando sinais de Burnout. A falta de recursos e o aumento das horas de trabalho foram fatores agravantes. As intervenções para mitigar os efeitos incluem suporte psicológico e a criação de ambientes mais humanos, essenciais para evitar o esgotamento e melhorar a qualidade dos serviços (SAUANE SMF, 2023).

De qualquer forma, frente aos desafios cotidianos enfrentados pela consciência humana, é impossível ignorar os obstáculos interacionais que os enfermeiros encontram em ambientes como unidades de saúde da família ou em outras áreas que exigem envolvimento total. As atividades desempenhadas por esses profissionais são complexas e essenciais para responder às demandas diárias que a população impõe sobre os serviços de saúde pública. A pressão inerente à responsabilidade de cuidar de vidas humanas aumenta as demandas emocionais e psicológicas, tornando indispensáveis estratégias de enfrentamento mais eficazes (PAIVA JDM, et al., 2019).

A pesquisa realizada no Líbano durante a pandemia da COVID-19 revelou que enfermeiros de emergência sofreram impactos psicológicos significativos, agravados pela crise econômica e pela falta de recursos. Relataram altos níveis de ansiedade e estresse, intensificados pela insegurança financeira e condições de trabalho precárias. O estudo demonstra que, em cenários de crise, a ausência de suporte financeiro e organizacional pode aumentar os sintomas de Burnout, prejudicando ainda mais a qualidade dos cuidados prestados. A combinação da crise econômica e da pandemia gerou uma sobrecarga que afeta tanto a vida profissional quanto pessoal dos enfermeiros, exacerbando os efeitos do esgotamento (HARIRI MA, et al., 2022).

Diante disso, é fundamental fornecer aos profissionais de saúde ferramentas interacionais adequadas para que suas ações estejam alinhadas com as expectativas e necessidades dos usuários dos serviços de saúde, especialmente em situações estressantes. O desenvolvimento de programas de formação e suporte psicológico contínuo é essencial para garantir que esses profissionais estejam preparados para lidar com as demandas emocionais, sem prejudicar sua saúde mental ou seu desempenho no trabalho (SILVA BMF et al., 2022). No contexto brasileiro, um estudo com enfermeiros emergencistas mostrou que despersonalização e baixa realização profissional estão entre os principais fatores associados ao Burnout.

A insatisfação com as condições de trabalho, salários inadequados e a falta de reconhecimento são grandes contribuintes para o esgotamento emocional. Esses elementos não só afetam a saúde mental dos profissionais, mas também comprometem a qualidade do atendimento prestado aos pacientes, demandando ações urgentes para melhorar a valorização desses trabalhadores. Melhorar a remuneração e o reconhecimento profissional, assim como as condições de trabalho, são medidas necessárias para evitar que o Burnout agrave a saúde dos enfermeiros (MOREIRA PO e HONÓRIO LC, 2022).

Quando um profissional de saúde enfrenta problemas psicológicos, seu desempenho tende a ser prejudicado. É crucial que os gestores enfrentem essa realidade com seriedade, criando um ambiente que promova o bem-estar dos profissionais, o que, por consequência, levará à melhoria dos serviços prestados (PERNICIOTTI P, et al., 2020; RIBEIRO LM, et al., 2020). Um estudo em um hospital público de Belo Horizonte indicou que a sobrecarga de trabalho e a pressão por resultados imediatos aumentam os níveis de exaustão emocional nos enfermeiros emergencistas.

A ausência de políticas institucionais voltadas à saúde mental agrava ainda mais o problema. Instituições de saúde precisam desenvolver programas preventivos e oferecer suporte psicológico aos profissionais, especialmente em unidades de alta demanda, como as de urgência e emergência, para minimizar o impacto do Burnout. Isso destaca a importância de uma abordagem multidisciplinar que envolva enfermeiros, psicólogos e gestores na busca de soluções para os desafios diários (SILVA BMF, et al., 2022).

Uma perspectiva mais ampla sobre a Síndrome de Burnout em enfermeiros de urgência e emergência revela que o ambiente hospitalar, com alta demanda e urgência constante, é um grande fator contribuidor para o esgotamento emocional. Segundo o estudo de Hariri MA, et al., 2022, longas jornadas de trabalho, combinadas com a falta de infraestrutura, intensificam os sintomas de Burnout. A necessidade de um atendimento rápido e eficaz em situações críticas aumenta a probabilidade de exaustão emocional e despersonalização, reforçando a necessidade de um suporte psicológico contínuo para esses profissionais.

O estudo realizado em Portugal reforça a necessidade de uma gestão eficaz da saúde mental, especialmente em períodos de crise, como durante a pandemia da COVID-19. Segundo Sauane SMF (2023), os enfermeiros de serviços de urgência enfrentam uma pressão psicológica acentuada devido à imprevisibilidade da pandemia e à falta de recursos, o que agrava sentimentos de esgotamento e de baixa realização profissional. A pesquisa sugere que, para combater esses efeitos, as instituições devem adotar medidas proativas, incluindo programas de apoio psicológico, redução da carga de trabalho e maior valorização dos enfermeiros.

A conscientização sobre o Burnout precisa ser acompanhada de ações práticas para prevenir a intensificação dos sintomas. Nesse sentido, espera-se que as intervenções no campo da saúde mental possam proporcionar aos profissionais da saúde os meios necessários para desempenhar suas funções de forma eficaz, permitindo que eles alcancem seu pleno potencial. Essas ações devem ser estruturadas para prevenir comportamentos que comprometam a qualidade do atendimento e a saúde mental dos trabalhadores, principalmente em ambientes organizacionais de alta pressão, como unidades de saúde pública (MOREIRA HA, et al., 2018).

O estudo conduzido por Moreira PO e Honório LC (2022) examinou o impacto da despersonalização no desempenho dos enfermeiros de urgência. A despersonalização, definida como o distanciamento emocional dos pacientes, é uma estratégia usada para lidar com o estresse emocional. No entanto, essa prática pode reduzir a qualidade do atendimento, tornando-o mais mecânico e menos humanizado. O estudo sugere que um suporte emocional contínuo e pausas regulares durante o expediente podem ajudar a minimizar a despersonalização, resultando em um atendimento mais eficaz e no bem-estar dos enfermeiros.

Apesar dos esforços, os enfermeiros ainda enfrentam inúmeros obstáculos interacionais durante seu trabalho diário, especialmente em unidades de saúde da família e outros ambientes que exigem envolvimento integral. As atividades complexas realizadas pelos profissionais de saúde são essenciais para atender às demandas públicas diárias no sistema de saúde (PAIVA JDM, et al., 2019). Essas dificuldades ressaltam a importância de ferramentas adequadas para ajudar os profissionais a lidar com o estresse e atender às expectativas dos pacientes.

A pesquisa no Líbano, realizada durante a pandemia, destacou a insegurança financeira e a falta de equipamentos de proteção individual como fatores que agravaram o Burnout nos enfermeiros de urgência. Segundo Hariri MA, et al. (2022), em cenários de crise sanitária e econômica, os profissionais da linha de frente enfrentam níveis elevados de estresse e ansiedade. Medidas de suporte financeiro e psicológico, bem como uma melhor alocação de recursos, são cruciais para aliviar esses impactos e garantir a qualidade dos cuidados prestados, mesmo em condições adversas.

A literatura também destaca a importância de medidas preventivas contra o Burnout. Freitas RF, et al. (2021) apontam que políticas organizacionais que reduzam a carga horária, aumentem o número de profissionais e ofereçam pausas regulares podem diminuir significativamente os níveis de exaustão emocional entre os enfermeiros. Além disso, o incentivo ao autocuidado e a formação continuada em saúde mental são essenciais para aumentar a resiliência dos profissionais e evitar o desenvolvimento de Burnout em estágios avançados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando os achados deste estudo, conclui-se que a Síndrome de Burnout é um problema significativo entre os enfermeiros de unidades de emergência, causado por múltiplos fatores, incluindo carga horária excessiva, falta de recursos e suporte inadequado. A exaustão emocional e física decorrente dessas condições compromete a qualidade do atendimento prestado. É fundamental que políticas institucionais sejam implementadas com urgência para promover um ambiente de trabalho mais saudável. Medidas como suporte psicológico contínuo, programas de gestão do estresse e melhorias nas condições de trabalho podem reduzir os impactos negativos do Burnout e melhorar tanto o bem-estar dos profissionais quanto a qualidade do atendimento aos pacientes.

REFERÊNCIAS

1. ALVARES EME, et al. Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. *Revista brasileira de terapia intensiva*, 2020; 32: 251-260.
2. BARBOSA SSS, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes em áreas de alta complexidade. *Revista Caparaó*, 2021; 3(1): 1-20.
3. BORGES FES, et al. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2021; 95: 33.
4. CANDIDO J, SOUZA LR. Síndrome de Burnout: As Novas Formas de Trabalho que adoecem. *Psicologia*, 2017; 28: 1-12.
5. CARDOSO HF, et al. Síndrome de Burnout: Análise da Literatura nacional entre 2006 e 2015. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 2017; 17(2): 121-128.
6. CARLOTTO MS, CÂMARA SG. Riscos Psicossociais Associados à Síndrome de Burnout em Professores Universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 2017; 35(3): 447-457.
7. CASTRO CSAA, et al. Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, 2020; 32: 381-390.
8. COSTA SMS et al. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem. *Rev. Enferm. UFPE on line*, 2020: 1-8.
9. CRUZ SPL, ABELLAN MV. Desgaste profissional, stress e satisfação no trabalho do pessoal de enfermagem em um hospital universitário. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2010; 23(3): 543-552.
10. DALCIN L, CARLOTTO MS. Avaliação de efeito de uma intervenção para a síndrome de burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*, 2018; 22: 141-150.
11. DING Y, et al. The Mediating Role of Coping Style in the Relationship between Psychological Capital and Burnout among Chinese Nurses. *PLoS One*, 2015; 10(4).
12. EZAIAS GM, et al. Síndrome de burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. *Revista de Enfermagem da UERJ*, 2010; 18(4): 524-529.
13. FARIAS M, et al. As consequências da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: revisão integrativa. *Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS*, 2017; 4(2): 259-259.
14. FREITAS RF, et al. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2021; 70: 12-20.
15. FREUDENBERGER HJ. Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 1974; 90(1): 159-165.

16. HARIRI MA, et al. Psychological impact of COVID-19 on emergency department healthcare workers in a tertiary care center during a national economic crisis. *The American journal of emergency medicine*, 2022; 51: 342-347.
17. KUMAR N, JIN Y Impact of nurses' emotional labour on job stress and emotional exhaustion amid COVID-19: The role of instrumental support and coaching leadership as moderators. *Journal of Nursing Management*, 2022, 30(7): 2620-2632.
18. LAKATOS EM, MARCONI MA. *Metodologia do Trabalho Científico: Procedimentos Básicos*. São Paulo: Editora Atlas, 2007.
19. LIMA AS, et al. Análise da Prevalência da Síndrome de Burnout em Profissionais da Atenção Primária em Saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, 2017; 16: 283-304.
20. MARTINS JT, et al. Equipe de enfermagem de emergência: riscos ocupacionais e medidas de autoproteção. *Revista Enfermagem UERJ*, 2014; 22(3): 334-340.
21. MOREIRA HÁ, et al. Síndrome de Burnout em Médicos: uma Revisão Sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2018; 43.
22. MOREIRA PO, HONÓRIO LC. Síndrome de Burnout: como enfermeiros emergencistas vivenciam e lidam com os elementos que a caracterizam? *Revista Gestão Organizacional*, 2022; 15(3): 75-92.
23. MUROFUSE NT, ABRANCHES SS, et al. Reflexões sobre estresse e burnout e a relação com a enfermagem. *Rev Latino-Americana de Enfermagem*, 2005; 13(2): 255-261.
24. OMS/OPAS. Organização Mundial de Saúde. Organização Panamericana de Saúde, BRASIL. CID: burnout é um fenômeno ocupacional. OPAS, 28 maio 2019.
25. PAGE MJ, et al. A declaração PRISMA 2020: uma diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Jornal internacional de cirurgia*, 2021; 88(2): 105906.
26. PAIVA JDM, et al. Fatores desencadeantes da síndrome de Burnout em enfermeiros. *Rev. Enferm. UFPE on line*, 2019: 483-490.
27. PERNICIOTTI P, et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Revista da SBPH*, 2020; 23(1): 35-52.
28. PINTO LF, GIOVANELLA L. Do Programa à Estratégia Saúde da Família: expansão do acesso e redução das internações por condições sensíveis à atenção básica (ICSAB). *Ciência & Saúde Coletiva*, 2018; 23: 1903-1914.
29. PRADO RL, et al. Avaliação da Síndrome de Burnout em Professores Universitários. *Revista da ABENO*, 2017; 17(3): 21-29.
30. RESENDE MA, LOURENZO MAR, et al. Esgotamento profissional em enfermeiros nas unidades de pronto atendimento (UPA) de Palmas – TO. *Revista de Patologia do Tocantins*, 2021; 8(3): 75-81.
31. RIBEIRO LM, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; 12(11): 5021.
32. RICHARDSON RJ. *Pesquisa Social: Métodos e Técnicas*. Atlas: São Paulo, 2018; 3.
33. RUSSO NC. Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva neonatal: revisão integrativa. *Rev Soc Bras Enferm Ped*, 2020; 20(1): 40-46.
34. SAUANE SMF. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem do serviço de urgência médico-cirúrgica de uma região norte de Portugal, 2023.
35. SILVA BMF, et al. Análise dos fatores estressores relacionados à Síndrome de Burnout em enfermeiros de um setor de urgência e emergência. *Brazilian Journal of Development*, 2022; 8(1): 8190-8210.
36. TOMAZ HC, et al. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 2020; 24.
37. URSI ES, GAVÃO CM. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2006; 14: 124-131.