



Fatores ergonômicos na síndrome de *burnout* em enfermeiros de uma emergência hospitalar

Burnout syndrome among hospital emergency nurses

Síndrome de agotamiento en enfermeros de emergencias hospitalaria

Ana Paula da Penha Alves¹, Ana Karina Pessoa da Silva Cabral¹.

RESUMO

Objetivo: Avaliar a síndrome de *burnout* entre profissionais de enfermagem atuantes no setor de emergência de um hospital público municipal e propor recomendações ergonômicas para prevenção da síndrome. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa descritivo-analítica de abordagem quali-quantitativa, com a participação de 15 enfermeiros. Foram aplicados questionários para coleta de dados sociodemográficos e de saúde geral, além do Maslach *Burnout* Inventory (MBI). Foi realizada a análise ergonômica preliminar para identificar os riscos ocupacionais. **Resultados:** A amostra foi predominantemente composta por mulheres na faixa etária acima dos 35 anos, com filhos e companheiros e, mais de um vínculo empregatício. Em relação às dimensões do MBI, 54% dos enfermeiros apresentaram risco moderado de *burnout*, com alterações em duas dimensões. Por outro lado, 33% dos profissionais apresentaram alto risco, situando-se na faixa crítica das três dimensões avaliadas. Foram identificados fatores ergonômicos deficientes no setor de emergência, como problemas na organização do trabalho, inadequações no mobiliário e posturas incorretas que causam estresse e desgaste profissional. **Conclusão:** Nesta amostra, a síndrome de *burnout* foi caracterizada sobretudo pela exaustão emocional, intensificada pelas condições ergonômicas inadequadas. Assim, ressalta-se a necessidade de adoção de medidas ergonômicas físicas, organizacionais e cognitivas para promover o bem-estar dos enfermeiros.

Palavras-chave: Enfermagem, Exaustão emocional, Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

Objective: To evaluate burnout syndrome among nursing professionals in a municipal public hospital's emergency department and propose ergonomic recommendations for its prevention. **Methods:** This descriptive-analytical study with a mixed qualitative and quantitative approach, involving 15 nurses. Data collection included sociodemographic and general health questionnaires and the Maslach Burnout Inventory (MBI). A preliminary ergonomic assessment was conducted to identify occupational risks. **Results:** The sample consisted mainly of women aged 35 and over with children, partners, and more than one job. Regarding burnout syndrome dimensions, 54% of nurses exhibited a moderate risk of burnout, with impairments in two sizes. Additionally, 33% of the professionals showed a high risk, falling into the critical range across all three syndrome dimensions. Poor ergonomic factors were found in the emergency sector, including problems with work organization, inadequate furniture, and incorrect postures leading to stress and occupational burnout. **Conclusion:** In this sample, burnout syndrome was primarily characterized by emotional exhaustion, exacerbated by inadequate ergonomic conditions. Therefore, it is necessary to take physical, organizational and cognitive ergonomic measures to promote nurses' well-being.

Keywords: Nursing, Emotional exhaustion, Worker health.

¹ Universidade Federal de Pernambuco, Programa de Mestrado profissional em Ergonomia, Recife - PE.

RESUMEN

Objetivo: Evaluar la presencia de síndrome de burnout en profesionales de enfermería del sector de emergencias de un hospital público municipal y proponer recomendaciones ergonómicas para su prevención. **Métodos:** Estudio descriptivo-analítico con enfoque cuali-cuantitativo, con 15 enfermeros. Se aplicaron cuestionarios para recopilar datos sociodemográficos y de salud general, junto con el Maslach Burnout Inventory (MBI). Además, se realizó una evaluación ergonómica preliminar para identificar riesgos ocupacionales. **Resultados:** La muestra estuvo compuesta predominantemente por mujeres de más de 35 años, con hijos, pareja y múltiples vínculos laborales. En relación con las dimensiones del burnout, el 54% de los enfermeros presentó riesgo moderado, con alteraciones en dos dimensiones. A su vez, el 33% mostró alto riesgo, ubicándose en el rango crítico en las tres dimensiones del síndrome. Se han identificado factores ergonómicos deficientes en el sector de emergencia, como problemas en la organización del trabajo, inadecuaciones en el mobiliario y posturas incorrectas que causan estrés y desgaste profesional. **Conclusión:** En esta muestra, el síndrome de burnout se caracterizó principalmente por el agotamiento emocional, intensificado por las condiciones ergonómicas inadecuadas. Por lo tanto, se destaca la necesidad de adoptar medidas ergonómicas físicas, organizacionales y cognitivas para promover el bienestar de los enfermeros.

Palabras clave: Enfermería, Extenuación emocional, Salud del trabajador.

INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout* é um fenômeno ocupacional caracterizado pelo estado de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, que está associado a altos níveis de estresse (MASLACH C, et al., 1996). Nas duas últimas décadas, observou-se aumento de quase duas vezes no nível de *burnout* entre os profissionais de saúde em comparação com a população trabalhadora em geral (DA SILVA ACG, et al., 2019; FERREIRA MCL, et al., 2022). A exposição constante desses profissionais a condições estressantes, como a interação com pacientes e seus familiares, falta de apoio, sobrecarga e jornadas extenuantes de trabalho levam ao esgotamento típico da síndrome (GRINBERG K, et al., 2022; HOGARTH KM, et al., 2016).

Dentre os profissionais de saúde, os enfermeiros estão entre os mais vulneráveis à síndrome de *burnout* (CRUZ SP, et al., 2020). A prevalência global de burnout entre enfermeiros é estimada em 11,23%, com variações entre regiões e especialidades de atuação (WOO T, et al., 2020). Enfermeiros em serviços de emergência constituem um grupo de que merece atenção especial, pois lidam diretamente com pacientes em estado crítico, que necessitam de atendimento e tratamento imediatos (ESTUQUI MR, et al., 2022; WIJN AN e VAN DER DOEF MP, 2020).

Pesquisas têm demonstrado que enfermeiros que atuam na emergência frequentemente apresentam sintomas associados à síndrome de *burnout*, o que pode interferir nas tomadas de decisão e nas relações terapêuticas com os pacientes (LA FUENTE-SOLANA D, et al., 2019; PAES JL, et al., 2022). Em nível pessoal, o *burnout* reduz o bem-estar dos profissionais e pode desencadear insatisfação e desânimo, além de transtornos de pânico e ansiedade generalizada (CRUZ SP, et al., 2020; LA FUENTE-SOLANA D, et al., 2019). Por sua vez, essas condições estão associadas ao aumento de 25% no risco de abuso de álcool (KALMOE MC, et al., 2019).

Diante desse cenário, resultados de estudos sugerem que intervenções no ambiente de trabalho e sua humanização podem prevenir e combater a síndrome de *burnout* (FRANÇA SPS, et al., 2012; OLIVEIRA EB, et al., 2017; WOO T, et al., 2020). Assim, a incorporação de princípios ergonômicos no ambiente de trabalho tornou-se uma pauta fundamental para promover um espaço seguro, com organização eficiente, mobiliário e equipamentos adequados e, fomentar uma cultura de trabalho favorável. Esses elementos contribuem para redução do esforço físico, do estresse e do risco de lesões (FERREIRA MCL, et al., 2022; LA FUENTE-SOLANA D, et al., 2019). Considerando o aumento da prevalência da síndrome de *burnout* em profissionais de saúde, torna-se relevante investigar os enfermeiros que atuam em emergência hospitalar, explorando também os aspectos sociodemográficos desse grupo de profissionais. As informações obtidas podem orientar a implementação de medidas ergonômicas que melhorem as condições de trabalho e a assistência aos

pacientes. O objetivo deste estudo foi avaliar a síndrome de *burnout* entre profissionais de enfermagem no setor de emergência de um hospital público municipal e propor recomendações ergonômicas para prevenção da síndrome.

MÉTODOS

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo descritivo-analítico de natureza aplicada.

Cenário de Pesquisa

O estudo foi conduzido no setor de emergência de um hospital público municipal na região nordeste. O Serviço de emergência funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana, oferecendo serviços de Clínica Adulto, psiquiátrica e ortopedia, com média de 400 atendimentos realizados durante 24 horas, com maior demanda de atendimentos durante o dia. Em relação ao ambiente, a Emergência conta com Sala de Acolhimento e Classificação de risco, Sala de observação, Sala de reanimação (sala vermelha) com três leitos e três consultórios.

População, critérios de seleção e definição da amostra

Todos os 18 enfermeiros atuantes na emergência foram convidados a participar do estudo. Adotou-se como critério de inclusão ser enfermeiro com atuação mínima de 12 meses no hospital pesquisado. Foram excluídos os que estavam de licença ou afastamento no período da coleta de dados em dezembro de 2023. A amostra final foi composta por 15 enfermeiros.

Instrumentos e procedimentos para coleta de dados: questionário sociodemográfico e saúde geral

O questionário sociodemográfico e de saúde geral foi construído pelos autores deste estudo, contendo os seguintes itens: idade, sexo, formação acadêmica, educação continuada, dados gerais sobre suas atividades no trabalho e sobre suas condições de saúde de forma geral.

Avaliação da Síndrome de Burnout

A avaliação da ocorrência da síndrome de *burnout* foi realizada por meio da aplicação do *Maslach Burnout Inventory* (MBI) (MASLACH C, et al., 1996). Esse é um instrumento de autorrelato composto de 22 itens distribuídos em três subescalas: exaustão emocional, composta por nove questões (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20); despersonalização, composta por cinco questões (5, 10, 11, 15, 22); e realização profissional composta por oito questões (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21). Os pontos de corte utilizados para a divisão das dimensões foram baseados em valores pré-estabelecidos: exaustão emocional (≥ 27), despersonalização (≥ 10) e baixa realização profissional (≤ 33) que possui o escore reverso. Para calcular o MBI, cada item do questionário foi pontuado conforme a subescala específica. As pontuações de cada dimensão são somadas para obter um total. A escala *Likert* de sete pontos foi usada indicando a frequência de sentimentos (0 = "Nunca", 6 = "Todos os dias. Neste estudo, utilizou-se a interpretação de Maslach C, et al. (1996), segundo a qual altos escores em exaustão emocional e despersonalização, e baixos escores em realização profissional, são indicativos de um alto nível de *burnout*.

Identificação dos riscos ocupacionais

Para esta pesquisa foi realizada a análise ergonômica preliminar (AEP), conduzida por meio de observações detalhadas *in loco* e utilização do checklist baseado na norma regulamentadora NR-17, que define a AEP como o processo de avaliação inicial para identificar os riscos ergonômicos presentes em um ambiente de trabalho. Para entender melhor os riscos, os enfermeiros foram entrevistados sobre os principais desconfortos ergonômicos no ambiente laboral. A coleta de dados foi iniciada após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP), sob o parecer número: 6.481.994 e CAAE: 74115023.7.0000.5208. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Análise dos dados

Os dados foram analisados por meio de análise descritiva, considerando frequências absolutas e relativas, média e desvio padrão. Para a análise dos dados da MBI, os resultados foram classificados em: baixo, médio e alto fatores de risco.

RESULTADOS

Dos 18 enfermeiros que atuam na Emergência, 15 estavam em atividade durante o período de coleta de dados e aceitaram participar do estudo (n=15). A maioria dos enfermeiros era do sexo feminino, representando 93% dos participantes, sendo a média de idade de 37,5 anos (**Tabela 1**). Além disso, 60% dos enfermeiros eram casados ou tinham um parceiro e afirmaram ter um ou dois filhos. Em relação às características laborais no hospital em estudo, 46% dos participantes (n= 7) trabalham no hospital há mais de 10 anos, conforme demonstrado na Tabela 1. A jornada de trabalho mais comum foi de 24 a 30 horas semanais, abrangendo 53% dos profissionais (n=8), 67% dos participantes (n=10) informaram possuir dois vínculos empregatícios (Tabela 1). Considerando a escolaridade e a renda, todos os enfermeiros (n=15, 100%) possuem pós-graduação e 53% relataram renda mensal de até 5.000,00 reais (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Características gerais dos participantes.

Características	Frequência (N)	Porcentagem (%)	Média
Sexo			
Feminino	14	93%	
Masculino	1	7%	
Idade (anos)			37,5 (DP = 9,08)
21 a 24 anos	2	14%	
25 a 34	5	33%	
≥35 anos	8	53%	
Situação familiar			
Com companheiro	9	60%	
Sem companheiro	6	40%	
Filhos			
Sim	9	60%	
Não	6	40%	
Número de filhos			
0	6	40%	
1	5	33%	
2	4	27%	
Pós-graduação			
Sim	15	100%	
Não	0	0%	
Renda Pessoal			
≤5.000	8	53%	
5.001-10.000	5	33%	
> 10.000	2	14%	
Vínculo empregatício			
1	5	33%	
2	10	67%	
Tempo de trabalho no Hospital em estudo			9,7 DP = (5,02)
2 a 5 anos	6	40%	
6 a 10 anos	2	14%	
≥10 anos	7	46%	
Carga de trabalho (horas) no Hospital de estudo			
24 a 30	8	53%	
31 a 40	2	14%	
41 a 60	5	33%	

Características	Frequência (N)	Porcentagem (%)	Média
Ingestão de álcool			
Sim	9	60%	
Não	6	40%	
Tabagismo			
Sim	0	0%	
Não	15	100%	
Atividade física			
Sim	8	53%	
Não	7	47%	
Acompanhamento psicológico/psiquiatra			
Sim	3	20%	
Não	12	80%	
Medicação psiquiátrica			
Sim	3	20%	
Não	12	80%	

Nota: DP= Desvio padrão. **Fonte:** Alves APP e Cabral AKPS, 2025.

Em relação a saúde geral dos participantes, 53% dos enfermeiros afirmaram praticar atividade física (n=8). Conforme apresentado na Tabela 1, nenhum dos enfermeiros afirmou ser tabagista, enquanto, 60% (n=9) fazem uso de álcool. Apenas três participantes (n=3) relataram a necessidade de suporte profissional para questões de saúde mental. Esses participantes disseram ter recebido diagnóstico de depressão ou ansiedade e estão em uso de medicação e acompanhamento psicológico e psiquiátrico.

O questionário MBI permitiu identificar sinais de *burnout* entre os participantes (**Tabela 2**). A maioria dos profissionais de enfermagem do hospital apresentou alta exaustão emocional (73%).

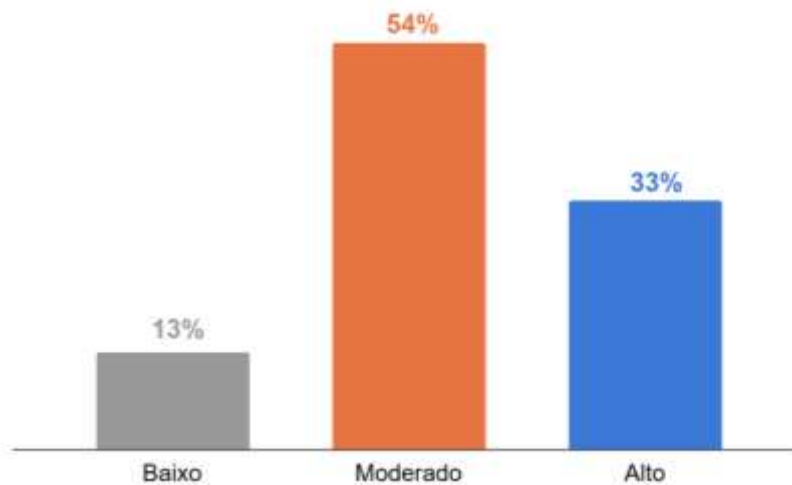
Tabela 2 - Interpretação dos escores das dimensões exaustão emocional, despersonalização e realização profissional de acordo com o MBI.

Dimensões da síndrome de <i>burnout</i> *	Escores	n	%
Exaustão Emocional			
Alto	≥27	11	73%
Moderado	18-26	4	27%
Baixo	0-17	-	-
Média dos escores	36		
Despersonalização			
Alto	≥10	6	40%
Moderado	6-9	5	33%
Baixo	0-5	4	27%
Média dos escores	11		
Realização Profissional			
Alto nível para baixa realização profissional	0-33	9	60%
Moderado para baixa realização	34-39	4	27%
Baixo para baixa realização	≤40	2	13%
Média dos escores	32		

Fonte: Alves APP e Cabral AKPS, 2025. *Critério proposto por Maslach C, et al. (1996).

Na dimensão de despersonalização, dentre os participantes, 40% apresentaram nível elevado, 33% nível moderado e 27% baixo nível de despersonalização. Sobre a dimensão da realização profissional, 60% dos participantes relataram alto nível de baixa realização profissional, enquanto 27% evidenciaram nível moderado e 13% baixo nível de insatisfação, ou seja, mostram-se realizados profissionalmente. Ressalta-se que essa dimensão, apresenta relação inversa, pois os itens expressam sentimentos positivos, assim, os escores seguem o padrão de "maior é melhor". A partir dos resultados obtidos nas três dimensões foi possível identificar o risco de *burnout*. No presente estudo, 13% dos enfermeiros apresentaram alteração em apenas um domínio da escala MBI, indicando baixo risco para a síndrome de *burnout* (**Figura 1**).

Figura 1 – Risco de síndrome de *burnout* de acordo com o *Maslach Burnout Inventory*.



Nota: A figura foi criada no Google Sheets. **Fonte:** Alves APP e Cabral AKPS, 2025.

Por outro lado, 54% dos participantes apresentam alterações em duas dimensões e potencial moderado de desenvolver *burnout*. Além disso, a prevalência de alto risco de *burnout*, que se consolida quando as três dimensões são alteradas, atingiu 33% dos profissionais (**Figura 1**). As questões abordadas pela NR-17 puderam ser observadas durante as visitas *in loco*. Nas visitas ao serviço de emergência, identificou-se que a maioria dos riscos ergonômicos estava relacionada a posturas inadequadas, especialmente em atividades como a troca de decúbito, que exigem esforço físico intenso, e a condições ambientais desfavoráveis, como o *layout* de ambientes com salas pequenas e áreas inadequadas para descanso.

Destacaram-se ainda problemas com o mobiliário, como cadeiras desconfortáveis, além de questões de conforto térmico e lumínico nos locais de trabalho. Em relação aos fatores de ergonomia organizacional e cognitiva, verificou-se dificuldades para realizar pausas de qualidade durante a jornada e poucas oportunidades de interação entre colegas, dada a alta demanda do serviço.

A partir das entrevistas realizadas com os enfermeiros durante as visitas, foram obtidas informações sobre a percepção desses profissionais em relação às situações de desconforto enfrentadas no ambiente de trabalho. Os dados coletados, apresentados na Tabela 3, incluem relatos sobre as condições físicas e organizacionais que impactam a rotina dos enfermeiros. De acordo com 100% dos enfermeiros, as condições das cadeiras são preocupantes, com assentos inadequados (**Tabela 3**). A maioria dos enfermeiros (87%) enfrenta posturas extremas em suas atividades, sendo que 73% curvam o tronco por mais da metade da jornada e 60% permanecem em pé por períodos prolongados.

Tabela 3 - Condições ergonômicas e posturais no ambiente de trabalho do Serviço de Emergência de um Hospital Público Municipal.

Riscos ergonômicos	Frequência	%
Sentado em cadeira inadequada ou em posição forçada	15	100%
Postura de trabalho extrema	13	87%
Atividades predisponentes a acidentes	12	80%
Tronco curvado por mais de 50% da jornada	11	73%
Níveis elevados de ruído, calor ou vibração	10	67%
Aplicação de força extrema com mãos, braços ou coluna	10	67%
Permanência em pé por mais de 85% da jornada, sem oportunidade de sentar-se	9	60%
Esforços extremos durante o trabalho	8	53%
Levantamento de peso acima de 25 kg	8	53%
Ritmo de trabalho intenso sem pausas adequadas	8	53%

Fonte: Alves APP e Cabral AKPS, 2025.

Além disso, 53% dos enfermeiros relataram esforços extremos, 67% a necessidade de aplicar força, e 53% o manuseio de cargas acima de 25 kg. Mais da metade dos enfermeiros também mencionou ritmo de trabalho intenso sem pausas adequadas (53%), atividades de alto risco de acidentes (80%) e exposição a ruído, calor ou vibração (67%).

DISCUSSÃO

O perfil sociodemográfico e econômico dos enfermeiros participantes deste estudo é consistente com outras pesquisas em ambientes de emergência no Brasil (OLIVEIRA EB, et al., 2017; FERREIRA MCL, et al., 2022). A predominância feminina na enfermagem está historicamente associada ao papel assistencial da profissão, reforçado por normas sociais e culturais. Maior frequência de profissionais entre 30 e 40 anos, com filhos e relacionamento conjugal é corroborada por estudos que evidenciaram essas características no perfil desse grupo profissional (FRANÇA SPS, et al., 2012; SOUSA MKP, et al., 2019; RIBEIRO EKA, et al., 2021).

O acúmulo de vínculos empregatícios e a remuneração inadequada são fatores críticos que afetam diretamente a qualidade de vida e o desempenho dos profissionais de enfermagem. Conforme observado por Estuqui MR, et al. (2022), a baixa remuneração é apontada como a principal razão pela qual os enfermeiros assumem múltiplos empregos. No entanto, esse acúmulo de vínculos pode resultar em elevada carga de trabalho, desgaste físico e mental.

Os estressores organizacionais e cognitivos no ambiente de trabalho são fatores que podem desencadear ansiedade e outros problemas psicológicos e sociais entre os profissionais de enfermagem (QUICK JC e HENDERSON DF, 2016; MAHARAJ S, et al., 2018). Apesar disso, a procura por acompanhamento psicológico ou psiquiátrico entre esses profissionais ainda é baixa. Essa baixa adesão pode estar relacionada à dificuldade em distinguir os sintomas de desgaste mental dos associados ao estresse cotidiano, conforme observado por SCHAUFELI WB, et al. 2015; GROCHOWSKA A, et al. 2022. A confusão entre esses sintomas pode resultar no agravamento de problemas de saúde mental, que permanecem sem tratamento adequado.

Outro fator preocupante é o consumo frequente de álcool entre os profissionais de enfermagem. Diversos estudos indicam que o padrão de consumo de álcool está associado a fatores como características sociodemográficas, escassez de atividades de lazer, histórico familiar de alcoolismo, altos níveis de estresse no trabalho e baixa renda familiar (JUNQUEIRA MAB, et al., 2017; MARTINEZ MC, et al., 2022). O consumo de álcool entre esses profissionais levanta preocupações, especialmente por se tratar de uma categoria que diariamente passa por situações complexas e estressantes no ambiente de trabalho.

A realização de atividade física regular a longo prazo é apontada como possível fator de proteção contra estressores ocupacionais e conseqüentemente contra o *burnout*. Nesse contexto, o exercício físico regular facilita o distanciamento psicológico do trabalho e aumenta a autoeficácia dos profissionais. Assim, os profissionais tendem a se sentir mais confiantes em suas habilidades, enfrentando tanto tarefas desafiadoras quanto rotineiras com maior eficácia, o que diminui o risco de esgotamento profissional (CRUZ SP, et al., 2020). O cansaço e a sobrecarga de trabalho são frequentemente associados ao alto risco de *burnout* entre enfermeiros (SOUSA MKP, et al., 2019). No contexto da emergência hospitalar, as características intrínsecas do ambiente, como a imprevisibilidade, a superlotação, contato constante com o sofrimento e morte, e ampla diversidade de doenças, são fatores críticos para o desenvolvimento de exaustão emocional (OLIVEIRA EB, et al., 2017; RIBEIRO EKA, et al., 2021). Essas condições aumentam o desgaste físico e mental dos profissionais, contribuindo para o risco de *burnout*. Ainda em relação à exaustão, a pandemia de SARS-CoV-2 pode ter agravado o desgaste emocional desse grupo que esteve na linha de frente em todas as ondas da pandemia (PRASAD K, et al., 2021).

Quando avaliado o componente despersonalização, a sensação de distanciamento emocional no trabalho da emergência tem sido associada a fatores como violência, sobrecarga de trabalho e dimensionamento inadequado das equipes conforme sugerido pelos resultados das pesquisas desenvolvidas por Fernandes MA, et al. (2017), Oliveira EB, et al. (2017) e Paes JL, et al. (2022). Nesses estudos, cerca de 60% dos profissionais apresentavam níveis moderados a altos de despersonalização. No presente levantamento, esse percentual foi superior a 70% dos profissionais, indicando uma tendência preocupante e que pode refletir a

intensificação dos fatores estressores no ambiente de trabalho. No âmbito desta pesquisa, observou-se que as questões referentes à dimensão da realização profissional, “Sinto-me com muita disposição” e “Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para meus pacientes” obtiveram as menores pontuações, contribuindo para classificar a amostra como de alto fator de risco. Assim, quanto menor é a pontuação, maior o fator de risco. Além disso, a relação entre profissionais pode ser considerada um fator psicossocial relacionado ao trabalho capaz de diminuir o senso de realização pessoal e da saúde mental (AHORSU DK, et al., 2022). As situações de difícil recuperação ou de não recuperação do paciente, vivenciadas por profissionais, podem levar ao sentimento de insatisfação. Características individuais como variáveis demográficas (maior tempo de exercício da profissão, idade e gênero), personalidade e estratégias de enfrentamento, também podem influenciar a realização profissional (ADRIAENSSENS J, et al., 2015).

O avanço das pesquisas sobre *burnout* permitiram identificar perfis dos indivíduos que experimentam alterações em apenas uma ou duas das dimensões. Maslach C e Leiter MP (2016) observaram que, quando há altos níveis de exaustão emocional, é possível inferir que os profissionais estão sobrecarregados emocionalmente devido às intensas demandas e pressões do trabalho. Indivíduos com altos escores na dimensão de Despersonalização podem indicar um perfil profissional 'Desengajado'. Por outro lado, quando dois domínios estão afetados, o quadro apresentado é considerado indicativo de *burnout* moderado, condição que representou a maioria dos participantes no presente estudo.

O alto risco de *burnout*, identificado em 33% dos enfermeiros, caracterizado por alterações nos três domínios, sendo altos níveis de exaustão emocional e despersonalização e, baixa eficácia profissional requer mais atenção. O percentual de enfermeiros verificado com alto risco de *burnout* no presente estudo é maior do que os encontrados para profissionais de enfermagem das UTIs e de outras unidades hospitalares, onde 12% estavam dentro da faixa crítica da tríade de *burnout* (RIBEIRO EKA, et al., 2021; MAGALHÃES AMM, et al., 2022).

A presença de fatores ergonômicos inadequados no ambiente da emergência pode ser minimizada por meio de abordagens voltadas à atualização de políticas organizacionais, com objetivo de reduzir a sobrecarga (FERREIRA MCL, et al., 2022). Adicionalmente, a construção de uma rede de apoio no ambiente laboral (CRUZ SP et al., 2020) e à adequação das condições físicas e estruturais podem contribuir para prevenir o esgotamento dos profissionais (FERREIRA TCR et al., 2015). Desse modo, para prevenção do *burnout*, recomenda-se ampliar o dimensionamento da equipe por meio da contratação de mais enfermeiros, adoção de pausas de qualidade, ajustes na escala de profissionais e rodízio de tarefas de modo a reduzir a sobrecarga de trabalho, além de acesso a suporte psicológico no ambiente de trabalho. É igualmente importante promover a interação entre os membros da equipe para fortalecer o apoio social e a redução de conflitos. Também podem ser promovidas intervenções, como uso de musicoterapia, *mindfulness* para minimizar a carga mental das tarefas. Outras recomendações incluem a substituição do mobiliário por cadeiras e mesas ergonômicas, bem como, ajustes na iluminação e melhorias de infraestrutura para minimizar o ruído no local. Essas ações implementadas de forma integrada podem minimizar o estresse, melhorar o conforto físico e, conseqüentemente, promover a saúde ocupacional dos enfermeiros.

CONCLUSÃO

Os enfermeiros participantes deste estudo são majoritariamente do sexo feminino, com idade média de 37,5 anos. Além disso, a maioria possui parceiro e filhos. A prevalência da síndrome de *burnout* entre os enfermeiros do Hospital em estudo é crítica. A análise ergonômica preliminar (AEP) aponta a necessidade de adoção de estratégias ergonômicas centradas em aspectos físicos, como a substituição de mobiliário inadequado e melhorias no espaço de trabalho. No âmbito organizacional, sugere-se a revisão do dimensionamento da equipe e das escalas, o fortalecimento das interações interpessoais e apoio social. Recomenda-se também o acesso ao suporte psicológico e intervenções para minimizar a carga mental das tarefas. Além disso, ressalta-se que treinamentos específicos sobre ergonomia e prevenção da síndrome de *burnout* para os enfermeiros podem contribuir para um ambiente de trabalho mais saudável e apoiar o bem-estar físico e emocional dos profissionais.

REFERÊNCIAS

1. ADRIAENSSENS J, et al. Determinants and prevalence of burnout in emergency nurses: A systematic review of 25 years of research. *International Journal of Nursing Studies*, 2015; 52(2): 649-661.
2. AHORSU DK, et al. The association between fear of COVID-19 and mental health: The mediating roles of burnout and job stress among emergency nursing staff. *Nursing Open*, 2022; 9(2): 1147-1154.
3. CRUZ SP, et al. A Multicenter Study into Burnout, Perceived Stress, Job Satisfaction, Coping Strategies, and General Health among Emergency Department Nursing Staff. *Journal of Clinical Medicine*, 2020; 9(4): 1007.
4. DA SILVA ACG, et al. Síndrome de Burnout como problema em evidência nas equipes de enfermagem. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, 2019; 1(4): 102-108.
5. ESTUQUI MR, et al. Saúde mental do enfermeiro frente ao setor de emergência e a reanimação cardiopulmonar. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2022; 96(38): e-021236.
6. FERNANDES MA, et al. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem do serviço de atendimento móvel de urgência. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 2012; 4(4): 3125-3135.
7. FERREIRA MCL, et al. Estresse e *burnout* em enfermeiros da emergência de um hospital referência em urgência e trauma. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2022; 12: e4413.
8. FERREIRA TCR, et al. Prevalência de *Burnout* em enfermeiros do Hospital Metropolitano de Urgência e Emergência, por meio do questionário Maslach. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, 2015; 13 (1): 175-185.
9. FRANÇA SPS, et al. Preditores da Síndrome de *Burnout* em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2012; 25(1): 68-73.
10. GRINBERG K, et al. Violence in hospitals and burnout among nursing staff. *International Emergency Nursing*, 2022; 65: 101230.
11. GROCHOWSKA A, et al. Stress-Inducing Factors vs. the Risk of Occupational *Burnout* in the Work of Nurses and Paramedics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2022; 19(9): 5539.
12. HOGARTH KM, et al. Nurses' attitudes towards the reporting of violence in the emergency department. *Australasian Emergency Nursing Journal*, 2016; 19(2): 75-81.
13. JUNQUEIRA MAB, et al. Uso de álcool e comportamento de saúde entre profissionais da enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2017; 51: e03265.
14. KALMOE MC, et al. Physician Suicide: A Call to Action. *Missouri Medicine*, 2019; 116(3): 211-216.
15. LA FUENTE-SOLANA D, et al. Prevalence, related factors, and levels of burnout syndrome among nurses working in gynecology and obstetrics services: A systematic review and meta-analysis. *International journal of environmental research and public health*, 2019; 16(14): 2585.
16. MAGALHÃES AMM, et al. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem atuante no enfrentamento à pandemia do novo coronavírus. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2022; 75, e20210498.
17. MAHARAJ S, et al. Prevalence and Risk Factors of Depression, Anxiety, and Stress in a Cohort of Australian Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018; 16(1): 61.
18. MARTINEZ MC, et al. Fatores associados ao consumo abusivo de álcool em profissionais de enfermagem no estado de São Paulo, Brasil. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional [online]*, 2022; 47.
19. MASLACH C, et al. Maslach burnout inventory manual. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1996.
20. MASLACH C, LEITER MP. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry*, 2016; 15(2): 103-111.
21. OLIVEIRA EB, et al. Estresse ocupacional e *burnout* em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho. *Revista Enfermagem UERJ*, 2017; 25: e28842.
22. PAES JL, et al. Prevalence of burnout syndrome among nursing professionals in an emergency room and in an intensive care unit. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2022; 71(4): 296-302.
23. PRASAD K, et al. Prevalence and correlates of stress and burnout among US healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a national cross-sectional survey study. *EClinicalMedicine*, 2021; 35: 100879.
24. QUICK JC, HENDERSON DF. Occupational stress: preventing suffering, enhancing wellbeing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2016, 13(5): 459.
25. RIBEIRO EKA, et al. Influence of burnout syndrome on the quality of life of nursing professionals: quantitative study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021; 74(Suppl 3): e20200298.
26. SCHAUFELI WB, et al. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 2015; 20(5): 565-582.
27. SOUSA MKP, et al. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2019; 34: e1413-e1413.
28. WIJN AN, VAN DER DOEF MP. Patient-related stressful situations and stress-related outcomes in emergency nurses: A cross-sectional study on the role of work factors and recovery during leisure time. *International Journal of Nursing Studies*, 2020; 107: 103579.
29. WOO T, et al. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 2020; 123: 9-20.