Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Síndrome de burnout na enfermagem

Burnout syndrome in nursing

Síndrome de burnout en enfermería

Ana Karen Silva Macedo[1], Ana Isabel Sobral Bellemo[1].

RESUMO

Objetivo: Entender e divulgar conhecimento e informação sobre SB no intuito de facilitar o reconhecimento de sinais e sintomas da mesma entre os profissionais da enfermagem, evitando assim o comprometimento maior tanto do profissional quanto da qualidade da assistência prestada por ele. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa realizada nas bases de dados BVS, BDENF e SciELO, utilizando o descritor Burnout na Enfermagem. Foram incluídos artigos disponíveis na íntegra, publicados entre março de 2022 e março de 2025, com critérios previamente definidos. **Resultados:** Foram selecionados 29 artigos. A SB destacou-se prevalente entre a enfermagem, relacionado à sobrecarga de trabalho, múltiplos vínculos, baixa valorização, fragilidade institucional e alta demanda emocional. Durante a Covid-19, esses fatores se intensificaram diante da escassez de recursos, medo da contaminação e dos altos índices de mortalidade. Os principais sintomas relatados foram exaustão emocional, despersonalização, baixa realização profissional, além de manifestações físicas e psicológicas. Estratégias de enfrentamento incluíram autocuidado, espiritualidade, apoio familiar e programas de acolhimento psicológico, porém mostraram-se insuficientes sem suporte institucional adequado. **Considerações finais:** A SB representa um desafio crescente na enfermagem, afetando a saúde mental dos profissionais e a qualidade do cuidado. São necessárias medidas institucionais contínuas de prevenção e apoio.

Palavras-chave: Esgotamento profissional, Enfermagem, Burnout.

ABSTRACT

Objective: To understand and disseminate knowledge and information about BS in order to facilitate the recognition of signs and symptoms of BS among nursing professionals, thus avoiding greater impairment of both the professional and the quality of care provided by him. **Methods:** This is an integrative review carried out in the VHL, BDENF and SciELO databases, using the descriptor Burnout in Nursing. Articles available in full, published between March 2022 and March 2025, with previously defined criteria, were included. **Results:** A total of 29 articles were selected. BS stood out prevalent among nursing, related to work overload, multiple bonds, low valuation, institutional fragility and high emotional demand. During Covid-19, these factors intensified in the face of scarcity of resources, fear of contamination, and high mortality rates. The main symptoms reported were emotional exhaustion, depersonalization, low professional achievement, as well as physical and psychological manifestations. Coping strategies included self-care, spirituality, family support, and psychological support programs, but they proved to be insufficient without adequate institutional support. **Final considerations:** BS represents a growing challenge in nursing, affecting the mental health of professionals and the quality of care. Continuous institutional prevention and support measures are needed.

Keywords: Burnout, Nursing, Professional burnout.

[1] Centro Universitário Lusíada (UNILUS), Santos – SP.

SUBMETIDO EM: 8/2025 | **ACEITO EM: 9/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

RESUMEN

Objetivo: Comprender y difundir el conocimiento y la información sobre el SB con el fin de facilitar el reconocimiento de los signos y síntomas del SB entre los profesionales de enfermería, evitando así un mayor deterioro tanto del profesional como de la calidad de la atención prestada por él. **Métodos:** Se trata de una revisión integradora realizada en las bases de datos BVS, BDENF y SciELO, utilizando el descriptor Burnout in Nursing. Se incluyeron artículos disponibles en su totalidad, publicados entre marzo de 2022 y marzo de 2025, con criterios previamente definidos. **Resultados:** Se seleccionaron 29 artículos. La BS se destacó prevalente entre la enfermería, relacionada con la sobrecarga de trabajo, los vínculos múltiples, la baja valoración, la fragilidad institucional y la alta demanda emocional. Durante Covid-19, estos factores se intensificaron ante la escasez de recursos, el miedo a la contaminación y las altas tasas de mortalidad. Los principales síntomas reportados fueron agotamiento emocional, despersonalización, bajo rendimiento profesional, así como manifestaciones físicas y psicológicas. Las estrategias de afrontamiento incluyeron programas de autocuidado, espiritualidad, apoyo familiar y apoyo psicológico, pero demostraron ser insuficientes sin un apoyo institucional adecuado. **Consideraciones finales:** La SB representa un desafío creciente en enfermería, afectando la salud mental de los profesionales y la calidad de la atención. Se necesitan medidas institucionales continuas de prevención y apoyo.

Palabras clave: Agotamiento profesional, Enfermería, Burnout.

INTRODUÇÃO

A interação entre o indivíduo e o ambiente de trabalho é fundamental para a saúde mental. Todavia, quando essa relação se estabelece em contextos profissionais precários, marcados por sobrecarga, baixa autonomia e ausência de suporte organizacional, pode desencadear efeitos deletérios à saúde psicofísica do trabalhador. Observa-se, nos últimos anos, um aumento nos afastamentos do trabalho motivados por transtornos psicossociais, destacando-se a Síndrome de Burnout (SB) e o presenteísmo como principais manifestações desse adoecimento (SOUSA RM, et al., 2023).

A SB, ou síndrome do esgotamento profissional, é caracterizada como uma condição típica do contexto de trabalho, resultante da exposição prolongada a estressores ocupacionais. Trata-se de um processo de desgaste progressivo com três dimensões interdependentes: exaustão emocional (EE), despersonalização (DP) e diminuição da realização profissional (RP), que compromete significativamente o bem-estar do indivíduo, impactando negativamente seu desempenho profissional, bem como suas relações familiares e sociais. A SB vem sendo considerada como um problema de saúde pública, considerando sua multicausalidade, prejudicando sua resolução (ALVES BN, et al., 2023; PERNICIOTTI P, et al., 2020).

A título de esclarecimento sobre as dimensões, a EE refere-se à sensação de sobrecarga e esgotamento emocional decorrente das exigências laborais. Já a DP é caracteriza-se pelo distanciamento afetivo e atitudes impessoais ou cínicas em relação ao trabalho e às pessoas atendidas e por último a diminuição da RP se associa à percepção de baixa competência e produtividade, refletindo sentimentos de inadequação e insatisfação com o desempenho profissional (MAGALHÃES FJ, 2022; ALVES RM, et al., 2025).

A incidência da SB mostra-se mais acentuada em ocupações que envolvem interação interpessoal frequente e intensa, como é o caso das profissões assistenciais. Esses profissionais estabelecem vínculos interpessoais pautados na escuta, cuidado e atenção ao sofrimento do outro, inserem-se em uma lógica de trabalho permeada por demandas emocionais elevadas. No campo da saúde, essa proximidade constante com o sofrimento humano, associada a múltiplos estressores ocupacionais, contribui de forma significativa para a vulnerabilidade desses trabalhadores ao desenvolvimento da síndrome (VIERA JLC, et al., 2023; ALVES RM, et al., 2025).

O trabalho na enfermagem é frequentemente caracterizado por uma rotina exaustiva, com jornadas prolongadas, múltiplos vínculos empregatícios e demandas constantes, além de baixos salários e pouco apoio da equipe. A sobrecarga de trabalho, agravada pela complexidade e gravidade dos casos, contribui para o aumento do estresse e do desgaste emocional dos profissionais, afetando sua saúde e bem-estar (SANTOS BLF, et al, 2022; BEZERRA CMB, et al., 2019).

A falta de reconhecimento e valorização social da enfermagem também constitui um fator relevante no contexto do desgaste profissional. Apesar de sua função essencial no sistema de saúde, os enfermeiros frequentemente enfrentam carência de apoio institucional e visibilidade pública. A ausência de políticas públicas eficazes que promovam a valorização da categoria contribui para a manutenção desse cenário, impactando negativamente a motivação, o engajamento e a satisfação no trabalho (PAIVA SL, 2024).

Outro ponto agravante nos tempos atuais foi a pandemia de COVID-19, observou-se um impacto significativo na saúde mental da população em geral, com repercussões ainda mais acentuadas entre os profissionais da saúde. Os profissionais de enfermagem, em especial, foram diretamente afetados por fatores como a alta demanda assistencial, a escassez de recursos materiais e humanos, o risco constante de contaminação, a baixa remuneração e a sobrecarga decorrente da dupla jornada de trabalho. Esses elementos contribuíram para o agravamento da SB nesses profissionais, tendo um aumento no número de casos (JUNIOR MDS, et al., 2023).

Vale ressaltar que a SB se diferencia de estresse porque abrange atitudes e comportamentos de procrastinação em relação ao trabalho de ordem emocional. Em contrapartida, o estresse trata-se de um esgotamento pessoal que prejudica diretamente o indivíduo, mas não necessariamente o seu trabalho. Com um início lento, gradual e progressivo, a SB pode nos primeiros momentos evidenciar uma tensão, sintomas de fadiga e um esgotamento emocional gerando mudanças de atitude e estratégias de defesa que podem incluir distanciamento e a indiferença no trabalho (VIERA JLC, et al., 2023; BARBOSA FMZG, 2020).

Dessa forma, são recomendadas intervenções que minimizem o estresse no ambiente de trabalho, como a implementação de políticas organizacionais voltadas à promoção da qualidade de vida. Essas ações contribuem para a redução de demandas excessivas e impactam positivamente na eficiência e na qualidade do ambiente laboral. O uso de estratégias de intervenções baseadas em evidências para aliviar o esgotamento e promover melhoria de saúde e bem-estar das profissionais, tornam se imprescindível (MALTA M e CARMO ED, 2020; BARBOSA FMZG, 2020).

A abordagem comportamental cognitiva pode também ser aplicada para ajudar os trabalhadores acometidos na busca pelo alívio dos sintomas. Estratégias e técnicas de desenvolvimento pessoal, como mindfulness, relaxamentos, restruturação cognitivas, atividades físicas e hobbies, são indicadas como ações positivas e benéficas ao ambiente laboral e seus trabalhadores. A escuta ativa torna-se uma ferramenta importante no apoio desses profissionais, considerando seu papel no acolhimento e sustentação um espaço emocional seguro, despontando a confiança e favorecendo o processo de cuidado bem-sucedido. Em casos graves, o uso de antidepressivos e ansiolíticos podem ser associados a terapias cognitivas comportamentais (BARBOSA FMZG, 2020; HART D, et al., 2019; MALTA M e CARMO ED, 2020).

Frente o aqui exposto, paira no ar os questionamentos sobre o real conhecimento sobre a SB e seus sinais e seus sintomas pelos enfermeiros e demais profissionais da enfermagem. Bem como a identificação desses sinais precocemente podendo facilitar o encaminhamento e tratamento desse profissional com mais eficácia. Este estudo tem como objetivo principal entender e divulgar conhecimento e informação sobre SB no intuito de facilitar o reconhecimento de sinais e sintomas da mesma entre os profissionais da enfermagem evitando assim o comprometimento maior tanto do profissional quanto da qualidade da assistência prestada por ele.

MÉTODOS

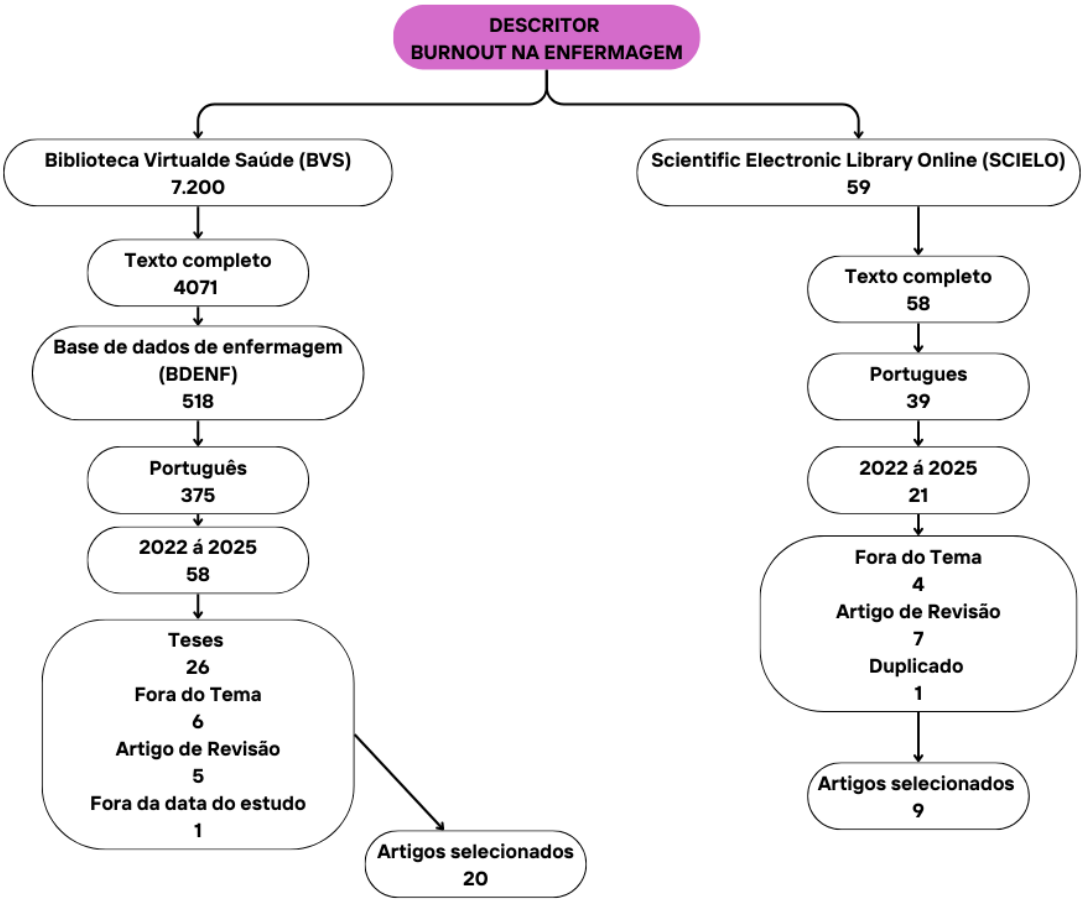
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura em artigos científicos, do tipo descritiva. Inicialmente a opção da busca foi através da base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) priorizando base de dados de enfermagem (BDENF), seguido da base de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO). Em ambas as bases foi utilizado o mesmo descritor no intuito de padronizar a busca: Burnout na Enfermagem. E dando sequência a metodologia foi realizado o refinamento da busca utilizando os seguintes filtros: artigos com texto completo, no idioma português e dentro do balizamento temporal de março de 2022 a março de 2025, como mostra o fluxograma abaixo (**Figura 1**).

Houve ainda uso de critérios de exclusão como: artigos pagos ou em situação de duplicação, artigos de revisão de literatura, teses e artigos que fugiram ao tema central do estudo. Em sequência, os artigos previamente selecionados foram lidos em sua forma resumida e seguidos de uma leitura criteriosa em sua íntegra. Os mesmos foram ainda organizados e apresentados por ordem de ano de publicação em uma sequência decrescente destacando os principais achados, como mostra o **Quadro 1**.

A posteriori eles foram classificados em duas categorias no intuito de facilitar a discussão: a) Síndrome de Burnout e seu prejuízo na assistência e na vida do profissional e b) Síndrome de Burnout e a Covid-19, como mostra o **Quadro 2**. Os mesmos foram discutidos entre si e com a literatura estudada a priori.

RESULTADOS

Figura 1 - Fluxograma da metodologia aplicada e seus resultados.



Fonte: Macedo AKS e Bellemo AIS, 2025.

Quadro 1 - Artigos selecionados e seus principais achados.

N°	Autor e ano de publicação	Principais achados
1	AMARAL GG, et al. (2022)	Trata-se de um relato de experiência. Com objetivo de descrever a experiência de planejamento, execução e avaliação de um serviço de suporte ético-emocional para profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID-19. O apoio psicológico a 241 profissionais de enfermagem durante a pandemia ajudou a reduzir emoções negativas, fortalecer o autoconhecimento, a valorização pessoal e o autocuidado, mostrando-se essencial para a saúde mental no contexto de trabalho.
2	BARÃO RC et al (2022)	Trata-se de um estudo descritivo, quantitativo e transversal. Com objetivo de identificar fatores de esgotamento psíquico e emocional dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente em Unidade de Terapia Intensiva especializada no tratamento de pacientes suspeitos e/ou confirmados com COVID-19. Se foi identificado que 34,8% relataram esgotamento emocional ocasional, enquanto 53,6% mantiveram a crença na profissão. Foram identificados fatores de esgotamento ligados à vivência da pandemia, destacando a importância do suporte emocional e do reconhecimento profissional.
3	FERREIRA MCL, et al. (2022)	Trata-se de um estudo transversal, descritivo, quantitativo. Com objetivo de investigar o estresse e Burnout nos enfermeiros da emergência de um pronto-socorro referência em trauma em Belo Horizonte. Cerca de 30% dos enfermeiros estavam em alto desgaste, com prevalência de alta demanda psicológica e sintomas de SB em diferentes dimensões, incluindo três casos confirmados.
4	KIST DR, et al. (2022)	Trata-se de um estudo transversal. Com objetivo de identificar a prevalência da SB e as características sociodemográficas e ocupacionais. A SB apresentou prevalência de 57,4%, sendo mais frequente entre enfermeiros que demonstraram interesse em mudar de profissão e entre os que atuavam em áreas urbanas.
5	MAGALHÃES FJ, et al. (2022)	Trata-se de um estudo descritivo, transversal, quantitativo. Com objetivo de descrever a avaliação preliminar da SB nos profissionais de enfermagem, atuantes em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal. Evidenciou-se que 63,3% dos participantes encontravam-se na fase inicial da síndrome; 35,0% tiveram possibilidade de desenvolver e um deles sendo diagnosticado. Dentre as dimensões, 50,0% apresentaram baixa realização e motivação profissional.
6	NASCIMENTO FS, et al. (2022)	Trata-se de um estudo descritivo exploratório. Com objetivo de identificar os fatores de risco para o desenvolvimento da SB entre os profissionais de enfermagem atuantes na Atenção Primária à Saúde. Os principais fatores de risco identificados na amostra concentraram-se nas dimensões de cansaço emocional e de realização pessoal.
7	NASCIMENTO JF, et al. (2022)	Trata-se de um estudo quantitativo transversal. Com objetivo de identificar os sinais e sintomas do estresse prevalentes em profissionais da enfermagem que atuaram no combate a COVID-19. Foi observado que grande parte dos profissionais de enfermagem atuando em setores destinados a pacientes com COVID-19, apresentava níveis elevados de estresse, predominando as fases de resistência e, posteriormente, de exaustão.
8	REZER F, et al (2022)	Trata-se de um estudo transversal, exploratório e quantitativo. Com objetivo de avaliar os fatores de risco para o desenvolvimento da SB em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19. Enfermeiros hospitalares e docentes apresentaram aumento da exaustão emocional e despersonalização, com redução da realização profissional, indicando SB, enquanto enfermeiros da Atenção Básica tiveram aumento na despersonalização.
9	ROCHA GB, et al (2022)	Trata-se de um estudo transversal do tipo descritivo, exploratório, com abordagem quantitativa. Com o objetivo de analisar os impactos da pandemia no desenvolvimento da SB e identificar a incidência em profissionais de enfermagem que enfrentaram a COVID-19. A exaustão emocional foi comum entre técnicos (35%) e enfermeiros (43%). Ambos tiveram média despersonalização (57%), mas diferiram na realização profissional: alta entre técnicos (74%) e baixa entre enfermeiros (43%).
10	VIEIRA LS, et al (2022)	Trata-se de um estudo multicêntrico, de delineamento transversal. Com objetivo de analisar a relação entre as dimensões do Burnout e a resiliência no trabalho dos profissionais de enfermagem de terapia intensiva na pandemia de COVID-19. A resiliência no trabalho mostrou correlação inversa com o desgaste emocional e a despersonalização, e correlação direta com a realização profissional. A percepção do impacto da pandemia na saúde mental foi a variável mais influente nessas relações.

N°	Autor e ano de publicação	Principais achados
11	AMPOS LF, et al (2023)	Trata-se de um estudo multicêntrico, descritivo-exploratório, com abordagem qualitativa. Com objetivo de analisar as implicações autopercebidas e as estratégias utilizadas por trabalhadores de enfermagem de unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19 acerca da atuação profissional no enfrentamento da pandemia. O estudo revelou exaustão emocional ligada à gravidade dos casos e sobrecarga de trabalho, além do uso de estratégias de enfrentamento como autocuidado e espiritualidade, com maior realização profissional nas unidades dedicadas à COVID-19.
12	BARBOSA AS, et al. (2023)	Trata-se de um desenho misto explanatório sequencial. Com objetivo de avaliar as repercussões da pandemia de COVID-19 na organização do trabalho e no Burnout dos profissionais de enfermagem em um hospital da região sul do Brasil. A maioria dos profissionais atuou com pacientes de COVID-19, com afastamentos frequentes e 11,5% apresentando SB. Destacaram-se medo, compromisso e falhas institucionais como temas centrais.
13	DORNELES AJA, et al (2023)	Trata-se de um estudo de métodos mistos, apresentando-se na parte quantitativa, um estudo transversal e, na parte qualitativa um estudo exploratório-descritivo. Este estudo analisou a relação entre Burnout e percepção do clima ético em profissionais de enfermagem de UTIs covid-19, considerando a visão dos gestores. Encontraram-se 10% de prevalência de Burnout e 24,5% de percepção negativa do clima ético, evidenciando que sobrecarga e cansaço no trabalho estão associados à tensão, medo e estresse, influenciados pela organização e relações laborais nessas unidades.
14	VALDEZ-ELIZONDO GD, et al. (2023)	Trata-se de um estudo comparativo e transversal. Com o propósito de avaliar os sintomas da SB entre médicos e enfermeiros, antes e após o atendimento dos pacientes no COVID-19. A prevalência de Burnout grave foi de 30,4% antes, 63,2% durante e 34,5% após o atendimento aos pacientes. Sintomas de exaustão emocional e despersonalização foram mais frequentes entre enfermeiros do que médicos. A SB grave também foi mais comum entre mulheres, profissionais de enfermagem e aqueles que atuavam no turno da noite.
15	MEDEIROS RTO, et al. (2023)	Trata-se de um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa, utilizando como referencial a Teoria das Representações Sociais. Com objetivo de conhecer as representações sociais de profissionais de enfermagem que atuaram no atendimento aos pacientes acometidos pela COVID-19 diante da sobrecarga de trabalho. As representações evidenciaram condições de trabalho marcadas por desgaste mental, em um contexto de incertezas e exigências impostas pela crise sanitária, impactando diretamente a saúde mental dos profissionais.
16	MEDEIROS SEG, et al. (2023)	Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, exploratório, correlacional. Com o objetivo de identificar as possíveis associações entre o estresse e o sofrimento com as variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida. O estresse esteve ligado à insatisfação com a remuneração, sofrimento psicológico e desejo de mudar de emprego ou profissão, com associações significativas entre esses indicadores e os domínios do estresse investigados.
17	SAUANE SMF, et al. (2023)	Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo-correlacional, num plano transversal. Com objetivo de identificar o nível de Burnout percebidos pelos enfermeiros do serviço de urgência médico-cirúrgica, após a pandemia COVID-19. A maioria da amostra, 51,3%, apresentou Burnout baixo ou ausente, 28,2% Burnout moderado e 20,5% Burnout elevado. A dimensão com maior média foi a exaustão emocional (2,60 ± 1,35). Foram encontradas associações significativas entre Burnout e fatores como sexo, horas diárias de trabalho, satisfação no trabalho e percepção do aumento da exaustão devido à pandemia.
18	SOUSA RM, et al. (2023)	Trata-se de um estudo transversal e analítico com 291 trabalhadores de enfermagem, com a finalidade de investigar a associação entre a SB, aspectos ocupacionais e de saúde, a ocorrência do presenteísmo e a perda de produtividade. A maioria tem trabalho precário, alta carga horária e problemas de saúde mental. O presenteísmo foi comum e afetou a produtividade. Apesar do baixo risco predominante, houve sinais relevantes de SB em parte dos profissionais.
19	SOUZA PM, et al (2023)	Trata-se de uma pesquisa transversal. Com objetivo de investigar a ocorrência da SB em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. A média geral encontrada de SB foi de 3,21. As diferenças de médias dos domínios exaustão emocional e eficácia no trabalho foram significativas nas variáveis “mudaria de emprego” e “satisfação com o trabalho”.
20	SOUSA VTS, et al. (2023)	Refere-se a um estudo com abordagem quantitativa, do tipo transversal, que teve como principal analisar a associação entre risco de esgotamento profissional (Burnout) e cultura de segurança na Atenção Primária à Saúde. Participaram 78 trabalhadores de saúde, dos quais 64,1% apresentaram risco baixo de Burnout e 11,5% risco elevado. As dimensões mais fragilizadas da cultura de segurança foram: pressão no trabalho e ritmo, apoio de gestores e líderes, avaliação global da qualidade e avaliação global da segurança do paciente.

N°	Autor e ano de publicação	Principais achados
21	VIANA DSL et al (2023)	Trata-se de um estudo transversal, que ocorreu de outubro de 2020 a março de 2021. Com intuito de investigar a SB e a empatia autoreferida pela equipe de enfermagem e a percebida pelo paciente. Participaram 92 profissionais de enfermagem e 271 pacientes. A maioria dos profissionais relatou impacto da COVID-19 (86,96%) e aumento da SB (75%), apesar de baixos níveis de EE (74%) e DP (78%), e alta RP (83%). Também relataram aumento da empatia, com médias de 39,89 (6,44) segundo os profissionais e 38,25 (9,45) segundo os pacientes.
22	VIEIRA JLC, et al. (2023)	Trata-se de um estudo de método misto, com uma amostra quantitativa de 64 líderes de enfermagem. Com objetivo de analisar a relação entre o contexto de trabalho das lideranças de enfermagem na pandemia da COVID-19 e a SB. Foi identificada uma prevalência de 6,3% de SB, associada ao medo, maior consumo de álcool e impactos na saúde. Destacou-se o aumento das exigências e da carga de trabalho como fatores contribuintes.
23	BARBOSA MLL et al (2024)	Trata-se de um estudo transversal analítico. Com objetivo de avaliar os fatores geradores do estresse ocupacional dos enfermeiros e técnicos de enfermagem atuantes no cuidado direto aos pacientes acometidos pela COVID-19, durante a pandemia, e verificar sua relação com estratégias de coping adotadas pela equipe de enfermagem. Enfermeiros apresentaram maior estresse ocupacional (M = 106) em comparação aos técnicos de enfermagem (M = 98,5), especialmente em fatores ligados ao próprio trabalho. As relações interpessoais foram apontadas como principal fonte de estresse.
24	BATALHA EMSS et al (2024)	Trata-se de um estudo misto, na etapa transversal com 91 profissionais. Com objetivo de investigar a relação entre carga de trabalho e o registro de cansaço e impotência em profissionais de enfermagem na linha de frente contra a COVID-19. Os dados indicam que cansaço e impotência apresentaram correlação positiva moderada entre si e com a carga de trabalho, além de correlação negativa com a experiência profissional.
25	CARNIDE S et al (2024)	Trata-se de um estudo transversal. Com objetivo de verificar escores de Qualidade de Vida Profissional da equipe de enfermagem dos setores dedicados ao atendimento de pacientes com COVID-19. A maioria da equipe apresentou níveis médios a elevados de satisfação por compaixão (72,3%), porém também foram identificados escores médios e altos de Burnout (71,3%) e estresse traumático secundário (72%).
26	GONÇALVES RES et al (2024)	Trata-se de um estudo transversal, descritivo, quantitativo. Com objetivo de identificar a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem durante a pandemia por Covid-19. Os dados permitiram identificar que 37 (63,8%) participantes não apresentaram indicativo da SB e 21 (36,2%) apresentaram indicativo da síndrome, a partir do MBI.
27	SACCOMANN ICR et al (2024)	Trata-se de um estudo correlacional, que consiste em analisar a associação entre cultura de segurança do paciente e qualidade de vida profissional em profissionais de enfermagem mais resumido. A SB e o estresse traumático secundário apresentaram correlação negativa com aspectos da cultura de segurança do paciente, especialmente em trabalho em equipe, percepção de segurança e adequação de profissionais. Apenas a comunicação sobre erros teve associação positiva com o estresse.
28	VILHALVA RC et al (2024)	Trata-se de um projeto de intervenção, que decorreu de junho de 2023 a março de 2024. Com o objetivo de prevenir a SB entre profissionais de saúde de uma Unidade de Saúde Familiar do Norte. Antes da intervenção, 46% dos profissionais apresentavam alta exaustão emocional, 37% alta despersonalização e 61% alta realização profissional. Após a intervenção, houve uma redução média de 35% nos níveis elevados de Burnout.
29	DAMACENO RC et al (2025)	Trata-se de um estudo exploratório transversal. Com intuito de analisar possíveis impactos à saúde geral, mental e auditiva de trabalhadores da enfermagem acometidos pelo vírus da COVID-19. Entre 52 trabalhadores, 80,8% apresentaram SB ou altos níveis de exaustão/distanciamento, com sintomas comuns como cefaleia, perda de olfato e cansaço. SB teve relação significativa com tosse e febre, mas não com sintomas auditivos.

Fonte: Macedo AKS e Bellemo AIS, 2025.

Quadro 2 - Categorias estabelecidas para discussão.

Categorias	N° dos artigos	Base de dados		Quantidade de artigos agrupados
a) SB e Seu prejuízo na assistência e na vida do profissional.	3, 4, 5, 6, 16, 18, 20, 24, 25	BVS	SciELO	9
		4	5	
b) SB e a Covid-19.	1, 2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29	15	5	20
29				

Fonte: Macedo AKS e Bellemo AIS, 2025.

DISCUSSÃO

Categoria 1 - Burnout e Seu prejuízo na assistência e na vida do profissional

Dando início a discussão, cabe pontuar que a literatura aponta que o trabalho na enfermagem é frequentemente caracterizado por uma rotina exaustiva, com jornadas prolongadas e demandas constantes, além de baixos salários e pouco apoio da equipe.

A sobrecarga de trabalho, agravada pela complexidade e gravidade dos casos, contribui para o aumento do estresse e do desgaste emocional dos profissionais, afetando sua saúde e bem-estar. O artigo 3 da busca mostra exatamente o quanto o trabalho dessa categoria sofre com estresse ocupacional, principalmente entre os profissionais de setores de emergência, 65,22% desses profissionais acabam enfrentando alta demanda psicológica (SANTOS BLF, 2022; FERREIRA MCL, et al., 2022).

De forma complementar, o artigo 5 também traz dados relevantes de seu estudo que expõe o percentual de 64% dos profissionais de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva Neonatal apresentavam sinais iniciais da SB, enquanto 35% estavam em predisposição ao seu desenvolvimento. A dimensão mais comprometida foi a de baixa RP, o que demonstra que mesmo em contextos tecnicamente especializados e altamente vigilantes, a perca de sentido do trabalho e a sobrecarga emocional estão presentes de forma expressiva (MAGALHÃES FJ, et al., 2022).

Tanto o artigo 16 como o artigo 24, corroboram essa discussão, apontando que além das condições objetivas de trabalho, aspectos subjetivos como insatisfação salarial, frustrações com a precariedade do vínculo empregatício geram fadiga, sentimento de desvalorização, de vazio e de ruptura da identidade profissional contribuem significativamente para o adoecimento psíquico que consequentemente afeta o comprometimento, o desempenho profissional, a qualidade da assistência e a segurança da assistência prestada (MEDEIROS SEG, et al., 2023; BATALHA EMSS, et al., 2024).

Dando ênfase à percepção da cultura de segurança do paciente, o artigo 18 aborda da interferência negativa da SB na tomada de decisões, na comunicação empática, nos erros assistenciais e no absenteísmo. E é nesse contexto que surge o presenteísmo, como uma das manifestações mais críticas da SB, ao manter o trabalhador fisicamente presente, porém funcionalmente comprometido, ampliando assim o risco de falhas, retrabalho e eventos adversos (SOUSA RM, et al., 2023).

Inclusive o artigo 24 traz um estudo realizado em um hospital público, onde os autores observaram que níveis elevados do esgotamento, estavam associados à percepção negativa da cultura de segurança do paciente, especialmente em dimensões como apoio da liderança, comunicação efetiva e colaboração entre colegas. Semelhantemente, o artigo 20 aborda fragilidades estruturais no ritmo de trabalho, ausência de escuta por parte da gestão e carência de valorização profissional em equipes da Atenção Básica que acabam aumentando o risco para a SB (BATALHA EMSS, et al., 2024; SOUSA VTS, et al., 2023).

Assim sendo, os sintomas de SB não se restringem somente ao ambiente hospitalar e a setores específicos, como destacam alguns estudos na literatura, eles também aparecem em profissionais nos serviços de Atenção Primaria, como mostra o artigo 6. Houve predominância de sintomas como EE e baixa RP nesses serviços. Fato esse reforçado pelo artigo 4 que traz a prevalência de 57,4% de SB entre enfermeiros atuantes na Estratégia Saúde da Família (ESF) no sul do Brasil. Entre os principais fatores associados estavam o desejo de mudar de unidade de atuação ou de profissão, indicando que a fragilidade no suporte institucional pode intensificar o sofrimento emocional dos profissionais (NASCIMENTO FS, et al., 2022; KIST, DR et al., 2022; PERNICIOTTI P, et al., 2020).

Diante desse cenário, o artigo 25 relata os resultados de um projeto de intervenção para prevenção da SB, implementado em uma unidade de saúde da família, que combinou estratégias de convivência institucional, revisão de normas e encontros de educação permanente. Após o ciclo de atividades, foi observada uma redução de 35% nos índices de Burnout entre os profissionais. Apesar de alguns desafios na adesão às sessões, o estudo reforça a importância de intervenções que promovam vínculos de equipe, diálogo aberto e valorização do trabalhador como formas efetivas de proteção emocional e fortalecimento da prática do cuidado (CARNIDE S, et al., 2024).

Categoria 2 - Burnout e a Covid-19

A pandemia da COVID-19 instaurou um cenário de crise sanitária global, afetando diretamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem. Um dos efeitos mais evidentes foi o aumento expressivo da SB. Tanto os artigos 8 e 11 como a literatura demostram que os enfermeiros atuaram sob jornadas exaustivas, altos índices de mortalidade, escassez de equipamentos de proteção individual (EPIs), medo da contaminação e reestruturações emergenciais, fatores esses que contribuíram para um ambiente de trabalho altamente estressante (REZER F, et al., 2022; AMPOS LF, et al., 2023; JUNIOR MDS, et al., 2023).

Ademais, os artigos 9, 21, 26 e 27 destacam também a falta de capacitação, as mudanças frequentes de equipe, a complexidade da paramentação, a incerteza na prestação do cuidado, a angústia dos familiares, a fragilidade na segurança durante a execução das práticas assistenciais, o acúmulo de funções, a suspensão de férias, o afastamento de colegas por adoecimento e a necessidade manter múltiplos vínculos empregatícios para complementar a renda, como componentes agravantes, que ampliaram a vulnerabilidade emocional da equipe (ROCHA GB, et al., 2022; VIANA DSL, et al., 2023; GONÇALVES RES, et al., 2024; SACCOMANN ICR, et al., 2024; SANTOS BLF, et al., 2022)

Reforçando esse cenário, não somente o artigo 12, mas o artigo 10 e a literatura também apontam que a falta de estrutura nos serviços, aliada à sobrecarga emocional, comprometeu a capacidade assistencial dos profissionais e gerou sentimento de impotência diante das limitações institucionais principalmente nesse período da pandemia. O desgaste emocional vivido por esses profissionais estava intimamente correlacionado a distúrbios psíquicos menores e baixa realização profissional, impactando no sofrimento mental no contexto laboral (BARBOSA AS, et al., 2023; ALVES BN, et al., 2023; VIERA LS, et al., 2022).

A SB se manifesta através de sintomas físicos, emocionais e cognitivos. Artigos como o 7 e 29 evidenciam sintomas físicos como tensão muscular, fadiga, cefaleia, taquicardia, insônia e tontura. Já os artigos 2, 14, 22 e 28 apontam para consequências comportamentais como isolamento social, lapsos de memória, irritabilidade, crises de choro, ideação suicida, baixa autoestima, além de elevados índices de uso e abuso de álcool, e uso de medicações não utilizadas antes. Esses sintomas afetam negativamente a qualidade do cuidado, a capacidade de tomar decisões e o bem-estar geral dos profissionais (NASCIMENTO JF, et al., 2022; DAMACENO RC, et al., 2025; BARÃO RC, et al., 2022; VALDEZ-ELIZONDO GD, et al., 2023; VIERA JLC, et al., 2023; VILHALVA RC, et al., 2024).

Nesse período pandêmico, segundo os artigos 8, 13 e 19, a falta, bem como, a má gestão institucional associada a rotinas improvisadas, a falta de notoriedade pública e consideração ao profissional aumentaram o estresse e prejudicaram a produtividade e a eficácia do cuidado. Muitos profissionais relataram insegurança diante a liderança, conflitos nas equipes e sentimento de injustiça organizacional. Acrescentando ainda a esses artigos, o artigo 26, reforça que a ausência de protocolos definidos e a sobrecarga de plantões

contribuíram para o desgaste emocional e a desarticulação das equipes (REZER F, et al., 2022; DORNELES AJA, et al., 2023; SOUZA PM, et al., 2023; GONÇALVES RES, et al., 2024; PAIVA SL, 2024).

Cabe pontuar que mesmo após a redução de casos de COVID-19 e controle da pandemia, os impactos psicológicos permaneceram, como mostra os artigos 9, 14, 15, 17 e 23, sinalizando que o sofrimento psíquico dos profissionais se prolonga mesmo após a fase aguda. Sintomas como medo do auto contaminação ou contaminação de familiares, perdas pelo luto e a ausência de tempo para o enfrentamento dessa realidade relatando colapsos emocionais, sensações de descaso pelo local de trabalho, acarretando perda qualidade de vida (ROCHA GB, et al., 2022; VALDEZ-ELIZONDO GD, et al., 2023; MEDEIROS RTO, et al., 2023; SAUANE SMF, et al., 2023; BARBOSA MLL, et al., 2024).

Tanto a literatura, como o artigo 11, mostram que diante a todas as adversidades desse período, os profissionais de enfermagem adotaram estratégias de enfrentamento, como acompanhamento psicológico, prática regular de exercício físico (yoga, pilates, alongamento), além de técnicas de relaxamento. Também mencionaram atividades como leitura, artesanato, meditação e participação em grupos de oração, bem como a adoção de hábitos relacionados ao consumo de notícias, seja evitando assistir noticiários para reduzir a sobrecarga emocional, seja acompanhando-os de forma controlada como forma de se manter informado (AMPOS LF, et al., 2023; BARBOSA FMZG, 2020).

O artigo 11 destaca ainda a importância do apoio familiar e social, expresso, por meio de chamadas de vídeo, conversas com amigos e maior convivência com os filhos, medidas que ajudaram a atenuar o cansaço e a tristeza que enfrentavam. Entretanto, todos esses recursos mostraram-se insuficientes sem um apoio institucional efetivo. O artigo 22 e 27 corroboram essa realidade de ineficiência mostrando a necessidade de maior valorização do trabalho do profissional de enfermagem (AMPOS LF, et al., 2023; VIERA JLC, et al., 2023; SACCOMANN ICR, et al., 2024).

Nesse sentido, o artigo 1 descreve a experiência do Conselho Regional do Estado de Minas Gerais com apoio do Comitê de Gestão de Crise que instituiu uma Comissão de Suporte Ético-Emocional que implantou um serviço de acolhimento emocional remoto e gratuito, pautada na realidade descrita da escuta ativa considerando a subjetividade e complexidade do cotidiano desses profissionais. Essa experiência mostrou 79% de aprovação e satisfação com o serviço, afirmando que as intervenções feitas foram indispensáveis na promoção e prevenção da saúde mental, ajudando a reduzir sentimento de impotência e frustração (AMARAL GG, et al., 2022).

Complementarmente, os artigos 14, 22, 27 e 29 destacam a importância de ações estruturadas e contínuas para o cuidado emocional de profissionais de saúde, como espaços de escuta ativa, programas de apoio psicológico e políticas permanentes voltadas à promoção do bem-estar psíquico no ambiente de trabalho. A literatura corrobora a ideia da manutenção de um espaço emocional seguro na promoção de cuidado bem-sucedido (VALDEZ-ELIZONDO GD, et al., 2023; VIEIRA JLC, et al., 2023; SACCOMANN ICR, et al., 2024; DAMACENO RC, et al., 2025; MALTA M, CARMO EL, 2020).

Ademais, os artigos 14 e 26 evidenciam a necessidade de assegurar níveis adequados de pessoal e recursos, bem como fortalecer o apoio da educação permanente e da saúde do trabalhador. Tais medidas visam ao estabelecimento de rotinas, protocolos e processos de trabalho seguros, ao acompanhamento da saúde física e emocional dos profissionais, à implementação de estratégias que favoreçam o enfrentamento de adversidades e ao fortalecimento do apoio psicossocial oferecido pelas instituições (VIEIRA JLC, et al., 2023; GONÇALVES RES, et al., 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A SB configura-se como um dos maiores desafios para a enfermagem, comprometendo a saúde dos profissionais e a qualidade do cuidado prestado. Os achados evidenciaram que a sobrecarga de trabalho, a baixa valorização, os múltiplos vínculos empregatícios e as demandas emocionais intensas foram fatores determinantes para o desenvolvimento da síndrome, agravados pela pandemia da COVID-19. Embora estratégias de enfrentamento, como autocuidado, apoio familiar e espiritualidade, tenham sido utilizadas,

mostrou-se que tais medidas não bastam, sem um suporte institucional consistente. Torna-se essencial a adoção de políticas de valorização profissional e de programas permanentes de prevenção e promoção da saúde mental, capazes de reduzir os riscos de esgotamento e fortalecer a qualidade da assistência em saúde.

REFERÊNCIAS

1. ALVES BN, et al. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em enfermeiros de um hospital público de Mossoró/RN, Brasil. Revista Ciências Em Saúde, 2023; 13(2): 25–32.
2. ALVES RM, et al. Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária à saúde durante a pandemia da COVID-19. Journal of Health & Biological Sciences, 2025; 13(1): 1–9.
3. AMARAL GG, et al. Suporte ético-emocional à profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID-19: relato de experiência. Escola Anna Nery, 2022; 26(spe).
4. AMPOS LF, et al. Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. Escola Anna Nery, 2023; 27.
5. BARÃO RC, et al. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva especializada em COVID-19. Revista CuidEnferm, 2022; 16(1):43-50.
6. BARBOSA AS, et al. Organização do trabalho e Burnout entre profissionais de enfermagem na pandemia: estudo de método misto. Online Brazilian Journal of Nursing, 2023;22:e20236665.
7. BARBOSA FMZG. Burnout: uma revisão sobre o diagnóstico e tratamento da síndrome. Artigo (Especialização em Medicina do Trabalho) – Universidade Federal do Paraná, Setor de Ciências da Saúde, Departamento de Saúde Coletiva, Curitiba, 2020.
8. BARBOSA MLL, et al. Carga de trabalho, cansaço e impotência entre profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19. Journal of Nursing and Health, 2024; 14(1): e1424370.
9. BATALHA EMSS, et al. Association between patient safety culture and professional quality of life among nursing professionals. Revista Da Escola de Enfermagem da USP, 2024; 58: e20230359.
10. BEZERRA CMB, et al. Prevalence of stress and Burnout syndrome in hospital nurses working in shifts. REME, 2019; 23: e-1232.
11. CARNIDE S, et al. Projeto de Intervenção para Prevenção de Burnout nos Profissionais de uma Unidade de Saúde Familiar. Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional online. 2024; 18: esub500.
12. DAMACENO RC, et al. Aspectos de saúde geral, mental e auditiva de trabalhadores da equipe de enfermagem de um hospital público acometidos pela Covid-19. Revista CEFAC, 2025; 27(1).
13. DORNELES AJA, et al. Burnout, clima ético e organização do trabalho em unidade de terapia intensiva covid-19: estudo misto. Revista brasileira de enfermagem, 2023; 76(suppl 3): e20220684.
14. 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.
15. GONÇALVES RES, et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem no contexto Da pandemia por covid-19. Enfermagem Em Foco, 2024; 15: e-2024140.
16. HART D, et al. Does implementation of a corporate wellness initiative improve Burnout?. The Western Journal of Emergency Medicine, 2019; 20(1), 138–144.
17. JUNIOR MDS, et al. os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao covid-19: uma revisão de escopo. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, 2023; 27(2), 701–719.
18. KIST DR, et al. Sindrome de Burnout em enfermeiros de estratégia saúde da família do sul do Brasil. Revista Nursing, 2022: 25 (288): 7780-7786.
19. MAGALHÃES FJ, et al. Avaliação da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem em unidade de terapia intensiva neonatal. Revista Nursing, 2022; 25 (286): 6000.
20. MALTA M, CARMO ED. A escuta ativa como condição de emergência da empatia no contexto do cuidado em saúde. Atas de Ciências da Saúde, 2020; 8(3): 41-51.
21. MEDEIROS SEG, et al. Estresse e sofrimento em enfermeiros hospitalares: relação com variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida. Texto & contexto enfermagem, 2023; 32.
22. MEDEIROS RT, et al. COVID-19: A sobrecarga de trabalho na luta pela vida. representações sociais de profissionais de enfermagem. Nursing (São Paulo), 2023; 26(303): 9831–9835.

23. NASCIMENTO FSP, et al. Análise dos riscos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem da atenção primária. Revista Enfermagem Atual In Derme, 2022; 96(38).
24. NASCIMENTO JF, et al. Sinais e sintomas do estresse em profissionais da enfermagem que atuaram no combate a covid-19. Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online, 2022; 14: 1–7.
25. PAIVA S. A desvalorização da enfermagem no brasil: uma análise crítica. Revista Tópicos, 2024; 2(12): 1-13.
26. PERNICIOTTI P et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Rev. SBPH, 2020; 23(1): 35-52.
27. REZER F, FAUSTINO WR. Síndrome de Burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19. Journal Health NPEPS, 2022; 7(2): e6193.
28. ROCHA GB, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem frente a pandemia da covid-19. revista enfermagem atual in derme, 2022; 96(40): e021315.
29. SACCOMANN ICR, et al. Estresse ocupacional e estratégias de coping de enfermeiros e técnicos de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. Revista Eletrônica de Enfermagem, 2024; 26: 75608.
30. SANTOS BLFD, et al. Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem. Enfermagem Em Foco, 2022; 13: e202240ESP1.
31. SAUANE S, MAGALHÃES C. Burnout em enfermeiros do serviço de urgência médico-cirúrgica após a pandemia COVID-19. Revista de Enfermagem Referência, 2023; 6(2): 1-11.
32. SOUSA RM, et al. Síndrome de Burnout, presenteísmo e perda de produtividade em trabalhadores de enfermagem. Revista de Enfermagem Referência, 2023; 6(2): 1–10.
33. SOUSA VT, et al. Esgotamento profissional e cultura de segurança do paciente na Atenção Primária à Saúde. Revista brasileira de enfermagem, 2023; 76(3): e20220311.
34. SOUZA PM, et al. Burnout syndrome in nursing professionals in the context of the COVID-19 pandemic. Rev Rene, 2023; 24: e91947.
35. VALDES-ELIZONDO GD, et al. Sintomas de Burnout entre médicos e enfermeiros antes, durante e depois do cuidado de pacientes com COVID-19. Revista latino-americana de enfermagem,2023; 31: e4047.
36. VIANA DSL, KAWAGOE JY. Pronto-Socorro e COVID-19: Burnout e empatia reportada pelos profissionais de enfermagem e percebida pelos pacientes. Revista brasileira de enfermagem, 2023; ;76(6): e20210869.
37. VIEIRA JL, et al. Burnout em lideranças de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. Revista Enfermagem UERJ, 2023; 31: e77471.
38. VIEIRA LS, et al. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. Revista latino-americana de enfermagem, 2022; 30: e3589.
39. VILHALVA RC, et al. Qualidade de vida profissional na equipe de enfermagem dos setores dedicados ao atendimento da COVID-19. Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde, 2024; 13(3): e202431.