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

Fatores associados à Síndrome de *Burnout* em enfermeiros(as) da Atenção Primária à Saúde

Factors associated with *Burnout* Syndrome in Primary Health Care nurses

Factores asociados al Síndrome de *Burnout* en enfermeras de Atención Primaria de Salud

Rafaela Brito Sampaio[1], Alessandra Carla Santos de Vasconcelos Chaves[1].

RESUMO

Objetivo: Identificar, na literatura científica da última década, os fatores relacionados ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* em enfermeiros(as) da Atenção Primária à Saúde. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, orientada pelas etapas propostas por Whittemore e Knafl e pelo método PRISMA. A questão norteadora foi estruturada a partir da estratégia PICo. As buscas foram realizadas nas bases PubMed, Scopus, Web of Science, LILACS e CINAHL, considerando estudos publicados na última década, nos idiomas português, inglês e espanhol. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, sete estudos compuseram a amostra final. **Resultados:** Os estudos apontaram como fatores associados os aspectos sociodemográficos, ocupacionais, organizacionais e biopsicossociais, destacando-se a sobrecarga de trabalho, a elevada carga horária, os múltiplos vínculos empregatícios, ambientes de prática desfavoráveis, ansiedade, depressão e fadiga por compaixão. Fatores protetores incluíram boas relações interpessoais, reconhecimento profissional, suporte social e maior tempo de experiência. **Considerações finais:** A síndrome de *burnout* em enfermeiros da atenção primária à saúde apresenta caráter multifatorial e está fortemente relacionada às condições e à organização do trabalho. Os achados reforçam a necessidade de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental desses profissionais e à melhoria dos ambientes de prática.

Palavras-chave: Esgotamento profissional, Enfermeiras e enfermeiros, Atenção Primária à Saúde.

ABSTRACT

Objective: To identify, in the scientific literature of the last decade, the factors related to the development of Burnout Syndrome in primary health care nurses. **Methods:** This is an integrative literature review, guided by the steps proposed by Whittemore and Knafl and the PRISMA method. The guiding question was structured using the PICo strategy. Searches were conducted in the PubMed, Scopus, Web of Science, LILACS, and CINAHL databases, considering studies published in the last decade, in Portuguese, English, and Spanish. After applying the inclusion and exclusion criteria, seven studies comprised the final sample. **Results:** The studies pointed to sociodemographic, occupational, organizational, and biopsychosocial aspects as associated factors, highlighting work overload, high working hours, multiple employment relationships, unfavorable practice environments, anxiety, depression, and compassion fatigue. Protective factors included good interpersonal relationships, professional recognition, social support, and greater experience. **Final considerations:** Burnout syndrome in primary healthcare nurses is multifactorial and strongly related to working conditions and organization. The findings reinforce the need for institutional strategies aimed at promoting the mental health of these professionals and improving practice environments.

Keywords: Burnout, Professional, Nurses, Primary Health Care.

[1] Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém – PA.

SUBMETIDO EM: 1/2026 | **ACEITO EM: 2/2026** | **PUBLICADO EM: 3/2026**

RESUMEN

Objetivo: Identificar, en la literatura científica de la última década, los factores relacionados con el desarrollo del síndrome de *Burnout* en enfermeras de atención primaria. **Métodos:** Se trata de una revisión bibliográfica integradora, guiada por los pasos propuestos por Whittemore y Knafl y el método PRISMA. La pregunta guía se estructuró utilizando la estrategia PICo. Se realizaron búsquedas en las bases de datos PubMed, Scopus, Web of Science, LILACS y CINAHL, considerando estudios publicados en la última década, en portugués, inglés y español. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, siete estudios constituyeron la muestra final. **Resultados:** Los estudios señalaron aspectos sociodemográficos, ocupacionales, organizacionales y biopsicosociales como factores asociados, destacando la sobrecarga laboral, las altas horas de trabajo, las relaciones laborales múltiples, los entornos de práctica desfavorables, la ansiedad, la depresión y la fatiga por compasión. Los factores protectores incluyeron buenas relaciones interpersonales, reconocimiento profesional, apoyo social y mayor experiencia. **Consideraciones finales:** El síndrome de Burnout en enfermeras de atención primaria es multifactorial y está fuertemente relacionado con las condiciones y la organización del trabajo. Los hallazgos refuerzan la necesidad de estrategias institucionales dirigidas a promover la salud mental de estos profesionales y mejorar los entornos de práctica.

Palabras clave: Agotamiento profesional, Enfermeras y enfermeros, Atención Primaria de Salud.

INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS) tem sua concepção fundamentada na Declaração de Alma-Ata, de 1978, que a definiu como eixo estruturante de sistemas de saúde orientados pela equidade, acessibilidade e resolutividade. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a APS constitui, na maioria dos contextos, o primeiro ponto de contato dos indivíduos com os serviços de saúde, devendo garantir cuidado contínuo, integral e centrado nas necessidades da população. (BATISTA CLF, et al., 2023).

No Brasil, a APS se operacionaliza por meio da Atenção Básica (AB), reconhecida como a principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS). Ao longo de seu processo de consolidação, a AB foi organizada para exercer a coordenação do cuidado e a ordenação das Redes de Atenção à Saúde (RAS), conforme estabelecido pela Política Nacional de Atenção Básica (PNAB). As ações desenvolvidas nesse nível de atenção abrangem a promoção, a proteção, a prevenção de agravos, o tratamento, a reabilitação e a manutenção da vida, sendo executadas por equipes multiprofissionais de forma contínua, integral e territorializada (BRASIL, 2017; SANTOS RC e BOSI MLM, 2021; BATISTA CLF, et al., 2023).

Nesse contexto, o(a) enfermeiro(a) desempenha papel central na organização e execução das ações da APS. Suas atribuições incluem desde o cuidado direto ao indivíduo, à família e à comunidade até o gerenciamento de processos assistenciais, administrativos e educativos, o que exige competências técnico-científicas, relacionais e organizacionais. A amplitude dessas responsabilidades, associada às condições de trabalho, repercute diretamente na saúde mental e na qualidade de vida laboral desses profissionais (FERREIRA SRS, et al., 2018; VIANA VGA e RIBEIRO MFM, 2022; GUIMARÃES YDNC, et al., 2024; PIMENTEL FE, et al., 2024).

A saúde mental dos enfermeiros que atuam na APS relaciona-se de forma direta com a qualidade do cuidado ofertado à população. Entretanto, a sobrecarga de trabalho, a insuficiência de recursos materiais e humanos, a pressão por resultados e as fragilidades estruturais e institucionais presentes em muitos serviços favorecem o desgaste psíquico, ampliando a exposição desses profissionais a condições de adoecimento relacionadas ao trabalho, entre elas a Síndrome de *Burnout* (SANTOS EL, et al., 2023).

A Síndrome de *Burnout* (SB) é definida por Maslach e colaboradores como uma resposta psicológica a estressores interpessoais crônicos no ambiente laboral, especialmente em ocupações que envolvem contato direto e contínuo com pessoas, como aquelas da área da saúde. De acordo com o modelo teórico proposto por Maslach C e Jackson SE (1981), a síndrome é composta por três dimensões inter-relacionadas: exaustão emocional, caracterizada pela sensação de esgotamento físico e emocional; despersonalização ou cinismo, expressa por atitudes de distanciamento e indiferença em relação aos usuários; e redução da realização profissional, associada a sentimentos de incompetência e diminuição da produtividade (VIEIRA I e RUSSO JA, 2019).

No Brasil, a SB foi reconhecida como doença relacionada ao trabalho em 1999, ao ser incluída na Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho, reforçando seu caráter ocupacional e sua relevância para as políticas de saúde do trabalhador (BRASIL, 1999). Evidências apontam que o esgotamento profissional pode se manifestar por meio de sintomas físicos, emocionais e cognitivos, além de repercutir negativamente no desempenho profissional, nas relações interpessoais e na organização dos serviços de saúde, com efeitos como abuso de álcool e outras drogas, absenteísmo, rotatividade e redução do vínculo com o trabalho (SALVAGIONI DAJ, et al., 2017; VIEIRA I e RUSSO JA, 2019; HAMMARSTRÖM P, et al., 2023).

Um estudo conduzido por LIMA AS, et al. (2017) identificou que mais de 51% dos profissionais enfermeiros analisados apresentavam sinais compatíveis com a síndrome. Tais achados sugerem que o adoecimento não decorre apenas de características individuais, mas está fortemente relacionado a fatores contextuais, organizacionais e institucionais que permeiam o processo de trabalho na APS.

Dessa forma, ambientes de trabalho marcados por limitações estruturais, fragilidades na gestão e demandas assistenciais complexas tendem a favorecer um ciclo de desgaste que compromete tanto a saúde mental dos enfermeiros quanto a qualidade do cuidado ofertado à população (ROCHA PA, et al., 2024). Apesar da relevância do tema, poucas pesquisas empíricas foram conduzidas sobre a SB em enfermeiros da APS, em comparação com outros ambientes hospitalares. Em vista disso, observa-se a necessidade de sistematizar as evidências científicas produzidas nos últimos anos acerca dos determinantes da síndrome de *burnout* em enfermeiros que atuam na APS, considerando as especificidades desse nível de atenção, podendo subsidiar a formulação de estratégias institucionais e políticas voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores da atenção primária e ao fortalecimento de práticas de cuidado mais sustentáveis no âmbito do SUS.

Diante desse cenário, o presente estudo teve como objetivo identificar, na literatura científica da última década, os fatores relacionados ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* em enfermeiros(as) da Atenção Primária à Saúde.

MÉTODOS

Trata-se de revisão integrativa da literatura de caráter qualitativo. Esse método possibilita analisar a literatura existente, fornecendo abordagem que permite a combinação de diversos desenhos de estudo, com potencial para contribuição para a prática de enfermagem. Nesse método se agrupam resultados de pesquisas obtidos em bases de dados a partir de seis etapas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; identificação dos estudos pré-selecionados; categorização dos estudos selecionados; análise e interpretação dos resultados; e apresentação da revisão do conhecimento (HOPIA H, et al., 2016; WHITTEMORE R e KNAFL K, 2005).

A primeira etapa da revisão integrativa é a formulação da pergunta de pesquisa, a qual norteará as buscas nas bases de dados, sendo adotada a estratégia PICo (P = População, I = Intervenção, Co = Contexto) para elaboração da questão. Nessa perspectiva, utilizou-se o método Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), que direciona a elaboração de revisões sistemáticas, e tem sido adotado para as revisões integrativas de forma adaptada da versão original. Esse método tem sido adotado para garantir maior transparência, reprodutibilidade e qualidade metodológica das revisões (MOTHER D, et al., 2009).

Seguindo o acrônimo PICo, a questão norteadora foi organizada da seguinte forma: P: profissionais enfermeiros(as) da atenção primária à saúde; I: fatores associados ao desenvolvimento do esgotamento profissional; Co: atenção primária à saúde. Diante disso, foi elaborada a seguinte pergunta base: Quais são os fatores associados ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* em enfermeiros(as) da Atenção Primária à Saúde?

A segunda etapa corresponde à busca em base de dados, por meio da formulação de diferentes estratégias de busca e combinações entre os descritores controlados utilizados. Dessa forma, a consulta para identificação dos descritores ocorreu na base de dados de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)

e no Medical Subject Headings (MeSH), em inglês e português, tais como “Enfermeiras e Enfermeiros”, “Profissionais de enfermagem”, “Síndrome de *Burnout*”, “Esgotamento profissional”, “Atenção Primária à Saúde”, “Estratégia Saúde da Família”, “*Nurses*", "*Burnout, Professional*", "*Burnout, Psychological*” e "*Primary Health Care*", com a combinação dos operadores booleanos “AND” e “OR”, adaptados a cada uma das bases de dados.

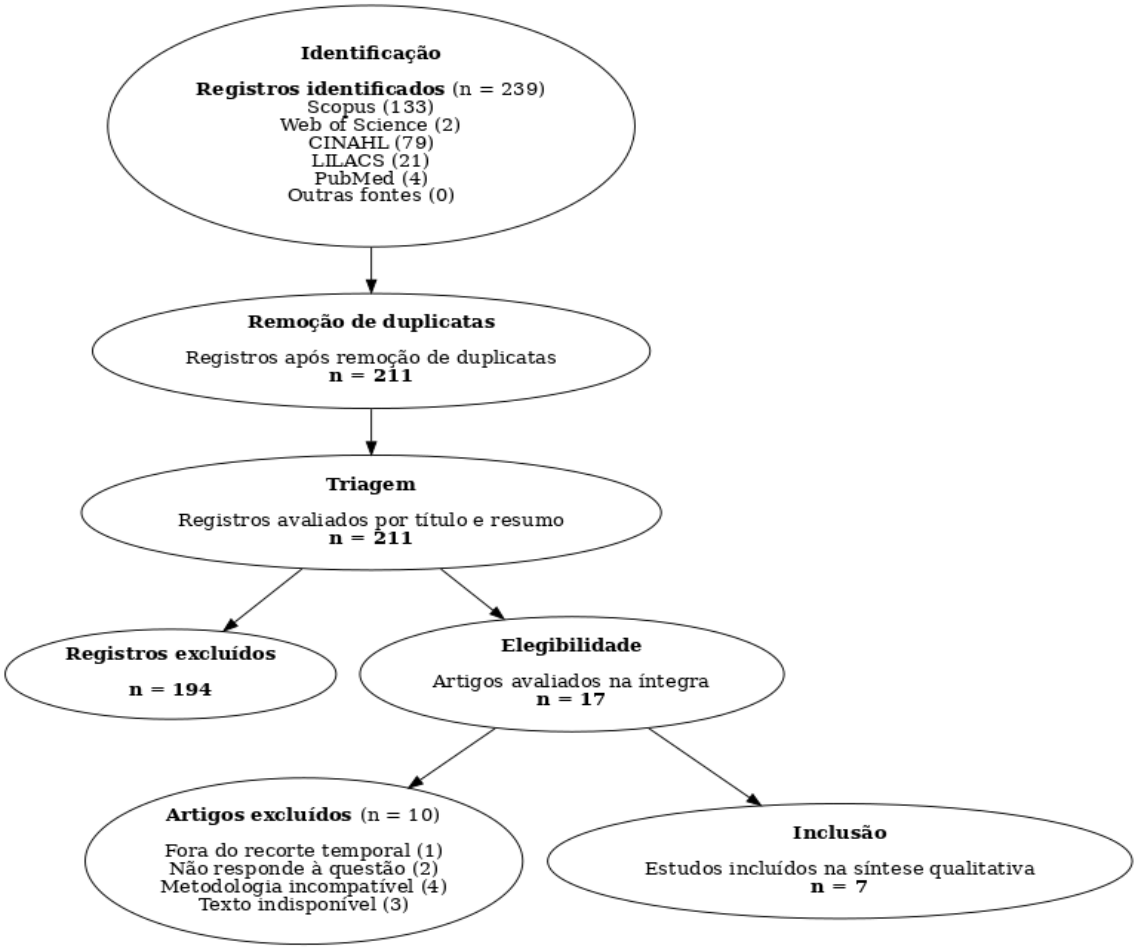
A seleção ocorreu nas bases de dados PubMed, Scopus, Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Web of Science e CINAHL, plataformas de ampla indexação online de revistas científicas em saúde.

As buscas foram realizadas no período de novembro de 2025 a janeiro de 2026, em recorte temporal dos últimos dez anos, com o intuito de obter maior abrangência de estudos e também dados na literatura mais recente, nos idiomas português, inglês e espanhol, para favorecimento da busca nas bases de dados internacionais.

Foram incluídos somente artigos disponíveis eletronicamente publicados em periódicos nas bases de dados selecionadas, com resumo nos idiomas português, inglês e espanhol, com textos publicados na forma completa (*full-text*) e de livre acesso, compreendendo a última década conforme o objetivo proposto. Foram excluídos editoriais, artigos de opinião, resumo de anais, publicações duplicadas, teses, dissertações, manuais, artigos que não estão dispostos na íntegra, documentos oficiais de programas nacionais e internacionais, livros, estudos que focaram em outros profissionais além de enfermeiros e que fossem em outros níveis de atenção à saúde.

A princípio foram identificados 239 estudos nas bases de dados e após a remoção de duplicatas, 211 registros foram triados por meio da leitura de títulos e resumos, sendo excluídos 194 por não atenderem aos critérios de inclusão. Em seguida, 17 artigos foram avaliados na íntegra para elegibilidade, dos quais 10 foram excluídos por não atenderem ao recorte temporal, não responderem à questão norteadora, apresentarem metodologia incompatível ou por indisponibilidade do texto completo. Ao final, 7 estudos compuseram a síntese qualitativa da revisão integrativa, conforme a **Figura 1**.

Figura 1 - Fluxograma PRISMA 2020 do processo de seleção dos estudos.



Fonte: Sampaio RB e Chaves ACSV, 2026. Adaptado de Page MJ, et al., 2022.

Após a seleção dos artigos, procedeu-se à terceira etapa, destinada à extração dos dados dos estudos incluídos. Para essa finalidade, foi utilizado um roteiro contendo as seguintes informações: autor, ano de publicação e país, objetivo, delineamento do estudo e principais resultados.

Na quarta etapa, realizou-se a análise crítica dos artigos que compuseram a amostra. A quinta etapa correspondeu à síntese e à análise dos resultados, por meio da organização dos achados dos estudos selecionados e sua articulação com a literatura científica, o que permitiu identificar convergências e divergências entre as evidências. Por fim, a sexta etapa consistiu na apresentação da revisão, com a exposição dos resultados de forma sistematizada e detalhada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram incluídos sete estudos na presente revisão integrativa, publicados entre 2016 e 2025, desenvolvidos em diferentes contextos geográficos, com predominância de pesquisas realizadas no Brasil, seguidas por estudos conduzidos na Espanha, em Portugal e na Arábia Saudita. Todos os estudos apresentaram delineamento quantitativo, com desenho transversal, observacional, descritivo ou analítico, e tiveram como população enfermeiros atuantes na atenção primária à saúde. Os objetivos dos estudos concentraram-se na estimativa da prevalência da síndrome de *burnout* e na identificação de fatores associados ao seu desenvolvimento.

As principais características dos estudos incluídos, como autor, ano de publicação, país, objetivo, delineamento e principais resultados estão sintetizadas no **Quadro 1**.

Quadro 1 - Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa (n=7).

N	Autor/ano	País	Objetivo	Delineamento do estudo	Principais resultados
1	Ortega-Campos E, et al. (2019)	Espanha	Estimar o nível de *burnout* entre enfermeiros que trabalham nos Cuidados Primários de Saúde no Serviço Público de Saúde da Andaluzia; determinar as fases do *burnout* que mais afetam estes enfermeiros; analisar a relação entre variáveis sociodemográficas, relacionadas com o trabalho e de personalidade e a síndrome de *burnout* sofrida por este grupo de pessoas.	Estudo quantitativo, observacional, transversal e multicêntrico.	A prevalência de *burnout* é alta entre enfermeiros da Atenção Primária à Saúde (APS), especialmente entre os mais jovens, aqueles que sofrem de ansiedade e depressão e apresentam altos níveis de neuroticismo e baixos níveis de amabilidade, responsabilidade e extroversão.
2	Lucas P, et al. (2025)	Portugal	Avaliar a relação entre o ambiente de prática de enfermagem e a satisfação no trabalho, a rotatividade e a Síndrome de *Burnout* entre enfermeiros da atenção primária à saúde de Portugal.	Estudo descritivo, transversal e correlacional	Os enfermeiros da atenção primária à saúde em Portugal avaliaram o ambiente de prática de enfermagem como desfavorável ou misto, o que está associado a menor satisfação no trabalho, intenção moderada de deixar o emprego e correlação negativa com os níveis de *burnout* e suas dimensões.
3	Kist DR, et al. (2022)	Brasil	Identificar a prevalência da síndrome de *burnout* e características sociodemográficas e ocupacionais associadas em enfermeiros de ESFs de municípios da 28 Região de Saúde do Rio Grande do Sul.	Estudo transversal, exploratório, de caráter quantitativo.	A prevalência de *burnout* foi de 57,4%. Os fatores associados à SB foram o interesse em trocar de profissão e a localização da ESF. Os enfermeiros que atuam na zona urbana possuem maior propensão a desenvolver a síndrome.
4	Nascimento FSP, et al. (2022)	Brasil	Identificar os fatores de risco pessoais e institucionais que podem levar ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* em profissionais de enfermagem da atenção primária à saúde.	Estudo exploratório descritivo com abordagem quantitativa	Dentre os fatores que influenciam o desenvolvimento da SB estão a carga horária de 60 horas, ter mais de um emprego, cansaço emocional, realização pessoal e fadiga por compaixão.
5	Fabri NV, et al. (2021)	Brasil	Verificar a satisfação e a fadiga por compaixão e seus fatores associados em enfermeiros de Unidade Básica de Saúde.	Estudo descritivo, transversal e quantitativo.	Boas relações interpessoais no trabalho, sentimento de reconhecimento no trabalho, prática de atividade física e mais tempo de experiência no trabalho diminuem as probabilidades de baixa satisfação por compaixão e *burnout*.
6	Shahin MA, et al. (2020)	Arábia Saudita	Determinar a prevalência e os fatores associados à síndrome de *burnout* entre enfermeiros em centros de atenção primária à saúde na Arábia Saudita.	Estudo observacional analítico transversal	Em relação aos fatores associados à síndrome de *burnout*, este estudo constatou que a alta exaustão emocional estava associada à faixa etária e a fontes de estresse no ambiente de trabalho, como sobrecarga de trabalho, falta de recursos, colegas não cooperativos e ambiente de trabalho inadequado. A despersonalização foi associada à baixa renda, ambiente de trabalho inadequado e incapacidade de participar da tomada de decisões. A baixa realização pessoal foi associada à faixa etária e ausência de envolvimento em atividades administrativas.
7	Merces MC das, et al. (2016)	Brasil	Estimar a associação entre a síndrome de *burnout* e a adiposidade abdominal em profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde.	Estudo epidemiológico confirmatório e transversal.	Os resultados sugerem uma associação entre *burnout* e adiposidade abdominal nos profissionais analisados. Assim como as variáveis idade, escolaridade, hipertensão, diabetes, tempo de trabalho e alta exaustão emocional estiveram associadas à adiposidade abdominal.

Fonte: Sampaio RB e Chaves ACSV, 2026.

Os resultados dos estudos apontaram alta prevalência da síndrome de *burnout* entre enfermeiros da atenção primária à saúde, com predomínio das dimensões de exaustão emocional e baixa realização profissional (ORTEGA-CAMPOS E, et al., 2019; SHAHIN MA, et al., 2020; KIST DR, et al., 2022). Esses resultados dialogam com o modelo teórico de Maslach C e Leiter MP (2016), que compreende a exaustão emocional como núcleo do *burnout*, decorrente da exposição contínua a demandas emocionais e estressoras no ambiente de trabalho.

A APS por apresentar pacientes mais estáveis e que apresentam menos complicações é considerada menos estressante do que outros serviços hospitalares. No entanto, a necessidade de vínculo longitudinal com os usuários, a complexidade das demandas sociais e a ampliação das responsabilidades do enfermeiro(a) na coordenação do cuidado, somada à insuficiência de recursos humanos, materiais e de infraestrutura, conforme descrito por Starfield B (2002) e Giovanella L, et al. (2020), tende a resultar em jornadas extensas e acúmulo de responsabilidades, favorecendo o desgaste emocional e o interesse em mudar de profissão. (ORTEGA-CAMPOS E, et al., 2019; NASCIMENTO FSP, et al., 2022; VIANA VGA e RIBEIRO MFM, 2022; PIMENTEL FE, et al., 2024; LUCAS P, et al., 2025)

Em relação aos fatores ocupacionais, a revisão evidenciou associação entre *burnout* e sobrecarga de trabalho, carga horária elevada, múltiplos vínculos empregatícios e realização frequente de plantões (ORTEGA-CAMPOS E, et al., 2019). Esses elementos refletem a intensificação do trabalho na enfermagem, amplamente descrita na literatura como fator associado ao adoecimento mental dos profissionais (SANTOS EL, et al., 2023). Além desses fatores, o estudo de Kist DR, et al. (2022) evidenciou a localização da Estratégia Saúde da Família (ESF) como fator de risco no desenvolvimento da SB, devido à exposição a condições de pobreza, violência, maior demanda de trabalho e grande pressão assistencial.

Os fatores organizacionais e institucionais apresentaram relação consistente com os níveis de *burnout*, reforçando a compreensão da síndrome como fenômeno relacionado à organização do trabalho e não apenas a características individuais. Nesse contexto, ambientes de prática desfavoráveis, marcados por falta de recursos materiais, sobrecarga assistencial, baixa participação nas decisões, desvalorização salarial, falta de oportunidades de progressão de carreira e ausência de reconhecimento profissional, estiveram associados à menor satisfação no trabalho e, consequentemente, ao aumento do risco de *burnout*. Esses achados são coerentes com a literatura sobre ambientes de prática de enfermagem, que destaca a influência da gestão, do suporte institucional e da participação profissional na saúde mental dos trabalhadores e para a permanência dos profissionais nos serviços de atenção básica. (SHAHIN MA, et al., 2020; FABRI NV, et al., 2021; ROCHA PA, et al., 2024; LUCAS P, et al., 2025)

A maior vulnerabilidade observada no estudo de Ortega-Campos E, et al. (2019) e Kist DR, et al. (2022) entre profissionais mais jovens e com menor tempo de atuação sugere relação com a sua experiência limitada, falta de maturidade para lidar com situações complexas, quando comparada aos profissionais com mais tempo de carreira, exposição a problemas organizacionais e até mesmo um ambiente de trabalho hostil, aspecto já apontado por Wang J, et al. (2020) em seu estudo.

Os aspectos psicossociais também se mostraram relevantes na compreensão do *burnout* entre enfermeiros(as) da APS. A associação entre *burnout*, ansiedade, depressão e fadiga por compaixão evidencia a inter-relação entre sofrimento psíquico e desgaste ocupacional, especialmente em profissões centradas no cuidado. Ademais, a presença de traços de personalidade, como elevado neuroticismo (desajustamento e instabilidade emocional) e baixos níveis de amabilidade, responsabilidade e extroversão, foi associada a maior propensão ao *burnout*, indicando que características psicológicas individuais podem influenciar a forma como os profissionais respondem às exigências do trabalho, e quanto mais traços de personalidade negativos, mais o profissional tem probabilidade de desenvolver a SB (ORTEGA-CAMPOS E, et al., 2019; FABRI NV, et al., 2021; NASCIMENTO FSP, et al., 2022; ZHAO M e XIE M, 2025). Contudo, esses achados devem ser interpretados em interação com o contexto organizacional, evitando abordagens que individualizem o adoecimento relacionado ao trabalho.

Os profissionais enfermeiros(as) com altos níveis de neuroticismo e baixos níveis de amabilidade, responsabilidade e extroversão têm tendência a não se envolver no trabalho e frequentemente, estão insatisfeitos com ele. Esses traços implicam em habilidades sociais deficientes e redução na qualidade do atendimento, o que pode resultar em diminuição da autoeficácia, aumento da hostilidade e um relacionamento ruim entre enfermeiro(a) e usuário, afligindo uma das diretrizes do SUS. (ORTEGA-CAMPOS E, et al., 2019)

Por outro lado, foram apontados fatores protetores, como boas relações interpessoais, reconhecimento profissional, prática regular de atividade física e maior tempo de experiência, associados a menores níveis de *burnout*. Esses elementos reforçam a importância do suporte social e da valorização profissional como estratégias institucionais para a promoção da saúde do trabalhador, conforme evidenciado por estudos recentes na área da enfermagem (FABRI NV, et al., 2021; LUCAS P, et al., 2025; HUANG ZP, et al., 2023; MINCARONE P, et al., 2024). Esses resultados indicam que ambientes de trabalho colaborativos e participativos podem atenuar os efeitos das demandas ocupacionais sobre a saúde mental dos enfermeiros(as).

A associação entre SB e Adiposidade Abdominal (AA), identificada por Merces MC das, et al. (2016), amplia a compreensão do fenômeno ao evidenciar possíveis repercussões do *burnout* sobre a saúde física dos enfermeiros(as). As alterações na circunferência da cintura, no peso corporal e no Índice de Massa Corporal (IMC), foram significativamente maiores em profissionais com *burnout*.

Além dos efeitos diretos inerentes à estimulação do eixo Hipotálamo-hipófise-adrenal, o consumo de álcool e o aumento da ingestão de alimentos ricos em gorduras e açúcares são efeitos indiretos inerentes ao enfrentamento e alívio do estresse e, consequentemente, à síndrome de *burnout*. (MERCES MC das, et al., 2016)

A literatura aponta que o estresse ocupacional crônico está relacionado a alterações metabólicas e cardiovasculares mediadas por respostas neuroendócrinas prolongadas, reforçando a necessidade de compreender o *burnout* como um fenômeno com implicações biológicas. (BAYES A, et al., 2021)

As implicações desta revisão para a enfermagem residem na consolidação do *burnout* como fenômeno influenciado por diversos fatores relacionados às condições de trabalho, à organização dos serviços de saúde e aos aspectos biopsicossociais dos(as) enfermeiros(as). Desse modo, ao sintetizar as evidências sobre os determinantes associados ao esgotamento profissional na APS, o estudo contribui para a determinação de perfis de risco dos profissionais de enfermagem e oferece subsídio para o planejamento de políticas e estratégias voltadas à saúde mental dos enfermeiros(as).

Por fim, entre as limitações deste estudo destacam-se a predominância de estudos quantitativos e transversais, o que limita a compreensão das relações de causalidade entre os fatores associados e o desenvolvimento do *burnout*, além da escassez de investigações qualitativas e longitudinais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou que o desenvolvimento da síndrome de *burnout* está associado a um conjunto de fatores, envolvendo aspectos sociodemográficos, ocupacionais, organizacionais e biopsicossociais, o que reforça seu caráter multifatorial. Sob essa perspectiva, estratégias de prevenção do esgotamento profissional devem abordar ações em múltiplos níveis, com destaque para a reestruturação do processo de trabalho na APS, o dimensionamento adequado de pessoal, o fortalecimento da gestão participativa e a valorização profissional. Entre as limitações do estudo, destaca-se a predominância de delineamentos transversais e quantitativos nos estudos incluídos, o que restringe inferências causais, além da escassez de investigações qualitativas e longitudinais. Assim, recomenda-se o desenvolvimento de pesquisas que explorem experiências subjetivas dos profissionais e avaliem intervenções institucionais voltadas à prevenção e ao manejo do *burnout* na atenção primária à saúde, contribuindo para o aprimoramento das políticas de gestão do trabalho e da saúde do trabalhador no âmbito do SUS.

REFERÊNCIAS

1. BATISTA CLF, et al. Atributos da atenção primária à saúde: teoria e prática em uma unidade de saúde da família. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, 2023; 27(2): 829–842.
2. BAYES A, et al. A biologia do burnout: causas e consequências. The World Journal of Biological Psychiatry, 2021; 22(9): 686–698.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.339, de 18 de novembro de 1999. Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho. Brasília: Ministério da Saúde, 1999. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html. Acessado em: 10 de dezembro de 2025.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html. Acessado em: 17 de novembro de 2025.
5. FABRI NV, et al. Satisfacción, fatiga por compasión y factores asociados en las enfermeras de la atención primaria. Enfermería Global, 2021; 20(64): 291–323.
6. FERREIRA SRS, et al. A complexidade do trabalho do enfermeiro na atenção primária à saúde. Revista Brasileira de Enfermagem, 2018; 71: 704–709.
7. GIOVANELLA L, et al. Política Nacional de Atenção Básica: para onde vamos? Ciência & Saúde Coletiva, 2020; 25(4): 1475–1482.
8. GUIMARÃES YDNC, et al. Práticas de enfermagem: contexto ambiental e a relação com o materialismo histórico dialético. Enfermagem em Foco, 2024; 15(Supl. 1).
9. HAMMARSTRÖM P, et al. Somatic symptoms in burnout in a general adult population. Journal of Psychosomatic Research, 2023; 168: 111217.
10. HOPIA H, et al. Reviewing the methodology of an integrative review. Scandinavian Journal of Caring Sciences, 2016; 30(4): 662–669.
11. HUANG ZP, et al. Socioeconomic factors, perceived stress, and social support effect on neonatal nurse burnout in China. BMC Nursing, 2023; 22: e1.
12. KIST RD, et al. Síndrome de burnout em enfermeiros de estratégia saúde da família do sul do Brasil. Nursing (Edição Brasileira), 2022; 25(288): 7780–7793.
13. LIMA AS, et al. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da atenção primária. Trabalho, Educação e Saúde, 2017; 16(1): 283–304.
14. LUCAS P, et al. Ambiente de prática de enfermagem, satisfação no trabalho e síndrome de burnout. Nursing Reports, 2025; 15(7): 224.
15. MASLACH C, JACKSON SE. The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior, 1981; 2(2): 99–113.
16. MASLACH C, LEITER MP. Understanding the burnout experience. World Psychiatry, 2016; 15: 103–111.
17. MERCES MCD, et al. Burnout syndrome and abdominal adiposity. Psicologia: Reflexão e Crítica, 2016; 29.
18. MINCARONE P, et al. Physical activity and risk of burnout in health care workers. JMIR Public Health and Surveillance, 2024; 10: e49772.
19. MOTHER D, et al. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses. PLoS Medicine, 2009; 6(7): e1000097.
20. NASCIMENTO FSP, et al. Riscos da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem da atenção primária. Revista Enfermagem Atual In Derme, 2022; 96(38): e021230.
21. ORTEGA-CAMPOS E, et al. Psychological variables and burnout among primary health care nurses. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2019; 16(18): 3242.
22. PAGE MJ, et al. A declaração PRISMA 2020. Epidemiologia e Serviços de Saúde, 2022; 31(2).
23. PIMENTEL FE, et al. Valorização no trabalho na atenção primária. Enfermagem em Foco, 2024; 15.
24. ROCHA PA, et al. Aspectos trabalhistas na atenção primária à saúde. Enfermagem em Foco, 2024; 15(Supl.).

25. SALVAGIONI DAJ, et al. Consequences of job burnout. PLOS ONE, 2017; 12(10): e0185781.
26. SANTOS EL, et al. Burnout na atenção primária à saúde. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, 2023; 30: 66–82.
27. SANTOS RC, BOSI MLM. Mental health in primary care. Ciência & Saúde Coletiva, 2021; 26(5): 1739–1748.
28. SHAHIN MA, et al. Burnout among nurses in primary health care centers. AIMS Public Health, 2020; 7(4): 844–853.
29. STARFIELD B. Atenção primária: equilíbrio entre necessidades de saúde, serviços e tecnologia. Brasília: UNESCO; Ministério da Saúde, 2002.
30. VIANA VGA, RIBEIRO MFM. Desafios do profissional de enfermagem da ESF. Ciência, Cuidado e Saúde, 2022; 21.
31. VIEIRA I, RUSSO JA. Burnout and stress. Physis, 2019; 29(2).
32. WANG J, et al. Burnout in healthcare professionals. BMC Health Services Research, 2020; 20(1): 841.
33. WHITTEMORE R, KNAFL K. The integrative review methodology. Journal of Advanced Nursing, 2005; 52(5): 546–553.
34. ZHAO M, XIE M. Personality traits and compassion fatigue in nurses. PLOS ONE, 2025; 20(7): e0329270.