



Síndrome de Burnout e Saúde Mental de Enfermeiros na Atenção Primária à Saúde: Revisão Narrativa de Literatura

Burnout Syndrome and Mental Health of Nurses in Primary Health Care: A Narrative Literature Review

Anny Caroline Costa da Silva

Antônia Lúcia Amorim da Silva

Fransuilma da Conceição Silva Falcão

Laudeci Silva Martins dos Santos

Maria Deuzamar de Sousa Oliveira Pereira

Mariane de Amarante Souza

Rosângela da Silva Cardoso

Suziane Pereira dos Santos

Resumo: O presente estudo teve como objetivo destacar as principais causas da Síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam na atenção primária, identificar estratégias de autocuidado destes profissionais no enfrentamento da doença. A metodologia utilizada trata-se de uma revisão de literatura narrativa, que aborda a Síndrome de Burnout e a saúde mental nos enfermeiros da atenção primária à saúde, com análise qualitativa usando como ferramenta para coleta de dados um levantamento bibliográfico, com uma leitura minuciosa e fichamentos. O método utilizado na análise de dados foi análise de conteúdo. Os resultados obtidos revelam os elementos que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos enfermeiros em face do estresse e das condições de trabalho, na qual apontam as principais medidas que devem ser tomadas para evitar o desenvolvimento dessa doença. Conclui-se que é necessário o desenvolvimento de políticas públicas de saúde voltadas para a prevenção e o enfrentamento da Síndrome de Burnout nos enfermeiros, através de medidas e melhores estratégias voltadas para bem estar da saúde mental desses profissionais a fim de garantir melhor prestação de serviço e o atendimento humanizado aos pacientes.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; enfermeiros; atenção primária à saúde; saúde mental.

Abstract: This study aimed to highlight the main causes of burnout syndrome in nurses working in primary care and identify self-care strategies for these professionals to cope with the disease. The methodology used was a narrative literature review addressing burnout syndrome and mental health in primary care nurses. The methodology used was a qualitative analysis using a bibliographic survey, including a thorough reading and file review. The data analysis method used was content analysis. The results reveal the elements that contribute to the development of burnout syndrome in nurses due to stress and working conditions, and highlight the main measures that should be taken to prevent the development of this disease. The conclusion is that public health policies aimed at preventing and addressing burnout syndrome in nurses are necessary, through measures and improved strategies aimed at the mental well-being of these professionals, ensuring better service delivery and humanized patient care.

Keywords: Burnout syndrome. Nurses. Primary health care. Mental health.

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos enfermeiros que trabalham na Atenção Primária à Saúde (APS) é um assunto de total relevância, considerando a importância desses profissionais no âmbito da saúde. A Atenção Primária à Saúde é um dos veículos de entrada ao atendimento ao SUS, sendo encarregadas de dispor e promover o cuidado em saúde. Portanto, os enfermeiros exercem atividades de assistência, trabalham com gestão em saúde e educação, apoiando o desenvolvimento de políticas públicas para atender a população de maneira integral e humanizada (Almeida; Pessoa, 2023; Paula *et al.*, 2024).

Muitos enfermeiros que atuam na (APS) enfrentam situações que afetam sua saúde mental (Abreu, 2025). Devido ao alto crescimento dessa Síndrome de Burnout a doença foi integrada na classificação internacional de doenças (CID11) em 2019, sendo definida como “problemas associados ao emprego ou desemprego” (código QD85). A doença é identificada como um fenômeno ocupacional adquirido através do estresse habitual do serviço, não tratado corretamente, o que acaba refletindo numa esfera global a compreensão desse transtorno (World Health Organization, 2019; Bridgeman *et al.*, 2018).

Dentre as profissões, a enfermagem se classifica como uma das mais estressantes, a rotina e a correria desencadeiam o estresse nos profissionais, o excesso de responsabilidades, a baixa quantidade de enfermeiros atuantes nas unidades de saúde, alta carga de trabalho, baixos salários, problemas de relacionamento com a equipe, dupla ou tripla jornada, ter mais de um trabalho, muitas horas de trabalho, tudo isso acaba sobrecarregando os profissionais de saúde (Murofuse *et al.*, 2005).

A Síndrome de Burnout (SB), também chamada de síndrome do esgotamento profissional é uma doença ocasionada pelo estresse no ambiente de trabalho. Uma das principais causas é o excesso de trabalho, em algumas situações os profissionais passam por pressão e assumem inúmeras responsabilidades. Os profissionais que adoecem sentem um cansaço excessivo e passam por longo período de estresse, onde esses sintomas acabam acarretando prejuízos para a sua saúde física e mental (Kestenberg, 2018; Silveira *et al.*, 2016).

A Síndrome de Burnout é percebida através de sintomas físicos, mudanças no comportamento e sintomas psíquicos, podendo ocorrer alguns desses sintomas ou todos. Refletindo de maneira negativa na vida dos indivíduos, acaba afastando colegas, prejudicando a instituição, ocasionando o afastamento do trabalho, queda no rendimento e o mau atendimento (Freudenberger, Staff Burn-Out, 1974; Maslach, Goldberg, 1998; Borges, 2005).

A SB não é percebida somente nos profissionais de enfermagem como também em outros trabalhadores da saúde, no entanto ela se sobressai nos enfermeiros porque eles atuam no cuidado e são determinados a exercer muitas

responsabilidades na APS. Quando diagnosticados com Síndrome de Burnout enfrentam diversas dificuldades em ofertar um trabalho efetivo e integral aos pacientes, pois a SB prejudica o exercício de suas funções (Santos *et al.*, 2021).

Contudo, a saúde mental dos enfermeiros está pautada na qualidade do âmbito que ele está inserido. Ambientes laborais saudáveis que contam com apoio da instituição, através do reconhecimento e valorização do trabalho contribuem para o bem-estar mental dos profissionais da enfermagem (Manomenidis *et al.*, 2019).

A presente pesquisa pode contribuir de forma significativa na compreensão da importância da saúde mental dos enfermeiros em face das suas atribuições, visando melhores condições de trabalho, reconhecendo os seus limites e utilizando estratégias de controle do estresse dentro do ambiente de trabalho. Além disso, abordar essa temática sobre a síndrome de Burnout reacende um alerta sobre quais medidas devem ser tomadas para prevenir essa doença que acomete muitos enfermeiros.

Sendo assim, o presente artigo tem por objetivo destacar as principais causas da síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam na atenção primária, identificar estratégias de autocuidado destes profissionais no enfrentamento da doença.

METODOLOGIA

A presente pesquisa trata-se de uma revisão de literatura narrativa com abordagem qualitativa e descritiva, com o intuito de analisar e descrever sobre a Síndrome de Burnout nos enfermeiros e os aspectos da saúde mental.

Nesse contexto, o estudo propõe a seguinte questão de pesquisa: quais os principais mecanismos que desencadeiam o desequilíbrio mental dos enfermeiros na atenção primária à saúde ocasionando a Síndrome de Burnout e quais ações podem ser tomadas para promover a prevenção desse problema?

A busca de artigos foi realizada nas bases Scielo e Google Acadêmico, entre agosto e outubro de 2025, utilizando os descritores: “saúde mental”, “enfermeiros”, “Síndrome de Burnout” e “atenção primária à saúde”. Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e 2025, em português, disponíveis na íntegra, que abordassem a temática da Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem. Excluíram-se teses, dissertações e trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema. Dos 150 artigos encontrados, oito atenderam aos critérios de inclusão e foram analisados qualitativamente.

A análise dos dados foi por meio de leitura minuciosa avaliando todas as informações e também foram realizados fichamentos para a obtenção de dados.

Portanto, o método utilizado nesta revisão de literatura narrativa colaborou de maneira positiva para a realização deste estudo, na virtude de contribuir para futuras pesquisas.

RESULTADOS

Após a análise dos artigos foi proposto no quadro 1 abaixo, os dados pertencentes ao autor do artigo, ano de publicação, título, objetivo, impactos para a saúde mental dos enfermeiros e conclusão.

Quadro 1 – Artigos científicos utilizados para a construção dos dados do estudo.

Autor/ ano	Título	Objetivo	Impactos para à saúde mental dos enfermeiros	Conclusão
Abreu, 2018	Saúde mental dos enfermeiros na atenção primária	Identificar os fatores que influenciam a saúde mental dos enfermeiros na APS. Analisar as consequências desses fatores na vida profissional e pessoal desses profissionais; Propor estratégias de intervenção para a promoção da saúde mental dos enfermeiros na APS.	A sobrecarga de trabalho, as exigências burocráticas, a precarização das condições de trabalho e a exposição constante a situações de vulnerabilidade social, acabam impactando na saúde mental dos enfermeiros.	É urgente a implementação de estratégias estruturadas de promoção da saúde mental e suporte psicossocial aos enfermeiros da APS, a fim de garantir condições dignas de trabalho e qualidade na assistência prestada à população.
Conceição <i>et al.</i> , 2025	Impactos da Síndrome de Burnout na qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem na Atenção Primária em Saúde	Compreender os impactos da Síndrome de Burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem que atuam na Atenção Primária em Saúde	Exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Acaba ocasionando estresse elevado, desmotivação, sensação de inutilidade e declínio da autoestima, comprometendo tanto sua saúde mental, quanto sua capacidade de atuação.	Diante do estudo realizado, se faz necessário, que as instituições de saúde adotem estratégias favoráveis para a prevenção da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem.

Autor/ ano	Título	Objetivo	Impactos para à saúde mental dos enfermeiros	Conclusão
Holmes <i>et al.</i> , 2014	Síndrome de Burnout em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida	Investigar a repercussão da Síndrome de Burnout na qualidade de vida dos enfermeiros que atuam na atenção básica no município de João Pessoa-Paraíba, Brasil, do Distrito Sanitário III, de João Pessoa – Paraíba; identificar a existência de sintomas da Síndrome de Burnout entre os enfermeiros.	Insatisfação com as condições de trabalho, com a função desempenhada, sobrecarga de trabalho, dentre muitas outras, as quais causam danos principalmente emocionais, interferindo desse modo na qualidade de vida do trabalhador.	Com esse estudo pode-se concluir que os sintomas da SB estão presentes nos enfermeiros da Atenção Básica, sendo a exaustão emocional o marco precursor para o seu desenvolvimento
Lima <i>et al.</i> , 2018	Análise da prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde.	Objetivou identificar a prevalência da SB nos profissionais da APS e fatores associados.	Os fatores referentes à percepção do estado de saúde ruim e insatisfação ao trabalho podem ser consequências do trabalhador em Burnout.	O estudo procurou contribuir para o incremento do conhecimento acerca da SB, além de apontar a importância dos profissionais de saúde para a provisão de um cuidado integral à sociedade.

Autor/ ano	Título	Objetivo	Impactos para à saúde mental dos enfermeiros	Conclusão
Nascimento <i>et al.</i> , 2022	Análise dos riscos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem da atenção primária.	Identificar os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem atuantes na Atenção Primária à Saúde.	A existência de diversos riscos para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, dentre eles a carga horária de 60 horas (n=8; 11,1%), ter mais de um emprego (n=46; 63,8%).	O estudo identificou que os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem entrevistados. É importante o desenvolvimento de estratégias que atuem na promoção da saúde psicológica, objetivando-se prevenir a ocorrência da Síndrome de Burnout.
Santos <i>et al.</i> , 2021	Síndrome de Burnout em profissionais enfermeiros na atenção primária à saúde: revisão de literatura integrativa	Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais enfermeiros na Atenção Primária à Saúde.	Os profissionais acometidos por essa doença, eles possuem dificuldade em oferecer uma assistência efetiva e integral aos pacientes, uma vez que Síndrome de Burnout compromete seu processo de trabalho.	Carência de produções científicas sobre a temática. Espera-se maior realização de estudos sobre a temática, acarretando maior visibilidade desta situação.
Silveira <i>et al.</i> , 2014	Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS	Estudar a prevalência da SB (Perfil 1 e Perfil 2) e seus preditores entre profissionais da atenção básica de dois distritos sanitários de Porto Alegre/RS.	Adoecimento físico e mental e afastamento laboral.	A elevada prevalência de SB na amostra aponta a necessidade de as instituições de saúde na atenção básica realizarem ações de prevenção e promoção à saúde de seus trabalhadores.

Autor/ ano	Título	Objetivo	Impactos para à saúde mental dos enfermeiros	Conclusão
Silva <i>et al.</i> , 2017	Burnout e tecnologias em saúde no contexto da enfermagem na Atenção Primária à Saúde	Analisar as relações do Burnout e das tecnologias em saúde no contexto dos enfermeiros da atenção primária à saúde	O estresse ocupacional pode ocasionar doenças e transtornos mentais nos enfermeiros.	A utilização das tecnologias em saúde, pelo enfermeiro, possibilita a melhoria do conhecimento, da saúde, do estresse laboral e do adoecimento mental.

Fonte: elaborado pelas pesquisadoras, 2025.

Por meio do estudo realizado, foram identificados os elementos que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos enfermeiros em face do estresse e das condições de trabalho, na qual apontam as principais medidas que devem ser tomadas para evitar o desenvolvimento dessa doença.

Contudo, o prestígio e o sentimento de valorização é algo necessário aos servidores, equivale a uma necessidade básica para o seu bem-estar. São motivos pelas quais importam na forma de como as pessoas reconhecem seu trabalho, se identificam como prazeroso ou desgastante e como administram suas tarefas e suas vidas, o que pode ser ligado ao Burnout (Lima *et al.*, 2015; Zhou *et al.*, 2015; Martins *et al.*, 2014).

A análise dos estudos evidenciou que os principais fatores relacionados à Síndrome de Burnout foram a sobrecarga de trabalho, as jornadas extensas, a falta de reconhecimento profissional e as condições inadequadas de trabalho. Esses elementos repercutem diretamente na saúde mental e na qualidade do atendimento oferecido aos usuários do sistema de saúde.

DISCUSSÃO

Dentro dessa analogia surgiram algumas temáticas a serem abordadas como: Síndrome de Burnout e a saúde mental dos enfermeiros que atuam na atenção primária à saúde, Fatores ocupacionais e institucionais associados à Síndrome de Burnout na Atenção Primária à Saúde, Medidas de prevenção ao surgimento da Síndrome de Burnout.

Síndrome de Burnout e a Saúde Mental dos Enfermeiros que Atuam na Atenção Primária à Saúde

Definida como “síndrome do esgotamento profissional” pelo Ministério da Saúde permite-se ser compreendida como uma reação aos estressores emocionais,

relações interpessoais que ocorrem no ambiente de trabalho (Brasil, 2001; Gil-Monte *et al.*, 2010). Ela está relacionada ao estresse de trabalho crônico, no qual o profissional se desgasta comprometendo seu interesse pelo trabalho e ocasionando a desistência por parte do profissional (Matubaro *et al.*, 2013).

A Síndrome de Burnout se caracteriza em três formas: a primeira é a exaustão emocional, a segunda é a despersonalização e a terceira é a diminuição da realização pessoal (Rossi *et al.*, 2010).

Além disso, podem surgir alguns sintomas como: exaustão, insônia, dores de cabeça, fadiga crônica e tensão muscular. E até acompanhadas de algumas doenças tais como: depressão, ansiedade e problemas no coração, contudo há um aumento do uso de remédios controlados, o trabalhador pode apresentar absenteísmo, baixa autoestima em relação ao trabalho (Palazzo *et al.*, 2012).

Entretanto, é notável uma baixa estimativa de estudos sobre Síndrome Burnout e entre os profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil (Martins *et al.*, 2014).

Em relação à Síndrome de Burnout ela é compreendida como um transtorno crônico e adaptativo referente ao exercício do trabalho na qual os profissionais passam por situações de pressão psicológica, apresentando múltiplos sintomas e um cansaço emocional (Moreira *et al.*, 2009; Pallazo 2012).

O bem estar do profissional da saúde está ligado a diversos fatores e que reage a diferentes estressores laborais. Esses fatores estão relacionados à organização do processo de trabalho, à definição das tarefas e à eficiência das atividades desempenhadas, e até da ocorrência de um trabalho ineficiente (Kovaleski *et al.*, 2012).

Os enfermeiros passam por diversos mecanismos estressores dentro do âmbito laboral, podemos citar que a sobrecarga de trabalho, baixos valores salariais e ter mais de um trabalho, são fatores que predispõem o desenvolvimento de distúrbios mentais nesses profissionais (Macedo *et al.*, 2024).

Na atenção primária à saúde, os enfermeiros passam por situações estressoras pelo fato de ocorrer a alta demanda no atendimento, haver uma significativa cobrança por rendimento, e lidar com a pressão por um bom desempenho, atendendo as necessidades e complexidades acerca da saúde de cada paciente, aliados a necessidade de criar vínculos com a comunidade, pode resultar nos sintomas da Síndrome de Burnout (Ministério da Saúde, 2001).

A relação com os demais colegas de trabalho influencia na saúde mental dos enfermeiros. Ambientes de trabalho conflituosos, sem apoio institucional, desrespeitosos podem desencadear o estresse no trabalho aumentando o surgimento da Síndrome de Burnout (Medeiros *et al.*, 2022).

Portanto, o enfermeiro deve permitir sua capacidade de agir de forma consciente e crítica acerca de qual é o seu lugar na sociedade enquanto profissional da saúde. Agindo através de atitudes que pautam pela autonomia, boas relações com os colegas de trabalho, tendo apoio da gestão, contribuindo para a realização e a satisfação de seu trabalho (Franco *et al.*, 2011; Réus *et al.*, 2014)

Fatores Ocupacionais e Institucionais Associados à Síndrome de Burnout na Atenção Primária à Saúde

A real essência do profissional da enfermagem é o cuidar com sabedoria, porém esse trabalho muitas vezes traz consigo um desgaste emocional e físico atrelado a estressores, que favorece o aparecimento da Síndrome de Burnout. A SB ocorre mundialmente nas diferentes esferas de trabalho, provocando diversos sentimentos tais como: insatisfação, frieza e insensibilidade ao sofrimento que muitos pacientes padecem (Silva *et al.*, 2012).

Identifica-se que o estresse ocupacional e o Burnout são problemas de saúde que afetam os enfermeiros na Atenção Primária à Saúde. O que ocorre é que muitos profissionais não identificam os sintomas em si e como isso afeta a sua saúde mental, sua vida pessoal e profissional (Silva *et al.*, 2017).

O estresse adquirido no trabalho pode reduzir a qualidade do atendimento, tratamento errôneos, o descuido, seguidos por imprudência, acaba prejudicando a saúde dos pacientes e a qualidade do âmbito de saúde (Silva *et al.*, 2012).

Para o desempenho das tarefas de enfermagem na atenção primária à saúde o enfermeiro enfrenta diversos desafios dentre eles a complexidade da vida de algumas comunidades, onde acabam se solidarizando com os problemas dos pacientes, pela qual é um serviço de saúde efetivado na sociedade (Rossi *et al.*, 2010). É visível muitas situações de estresse e descontentamento ao trabalho, que acontecem pela desatenção as condições de saúde dos profissionais, quanto a demanda de pacientes com diversas patologias, lidam com a indisponibilidade de recursos tanto materiais quanto físicos e humanos e a falta de ordenamento no âmbito do trabalho (Daubermann; Tonete, 2012).

O tempo de serviço pode desencadear a Síndrome de Burnout, pois aqueles profissionais com o maior tempo de trabalho podem apresentar maiores chances de acometimento a SB por passarem mais tempo expostos a ambientes de trabalho desfavoráveis (Schaufeli *et al.*, 2009).

Precisa-se valorizar a participação do servidor, pautando o acordo entre os valores salariais, horas de trabalho, carga horária e os princípios de estabelecer a humanização ao apoio psicológico para dar suporte ao estresse, alcoolismo e ao abuso de substâncias (Silva *et al.*, 2012).

O âmbito de saúde que presta serviços para a sociedade deve estimar em promover iniciativas que previnam o adoecimento de seus profissionais. A falta dessas atitudes por parte da instituição favorece o desenvolvimento dessa patologia, pela qual o servidor acaba omitindo a sua reflexão acerca da sua falta de disposição, com tendência a reproduzi-la com pacientes e colegas (Zanelli, 2010).

Reconhecimento e incentivo ao trabalho por parte da instituição responsável; envolvimento dos gestores de saúde com a realidade da população e melhores condições de trabalho; realização de ações educativas voltada aos profissionais; articulações de estratégias para investir nas relações interpessoais; melhor

divisão das tarefas burocráticas com responsabilização de todos da equipe para com o processo e finalidade do trabalho; atenção à saúde mental e física dos trabalhadores através de visitas e ações no ambiente de trabalho, feitas com o envolvimento de equipes multiprofissionais; incentivar a participação dos mesmos, em todas as atividades através de premiações pelo crescimento profissional, treinamentos, oficinas, capacitações (Holmes *et al.*, 2014, p.1392).

Segundo Abreu (2025, p.16) “É fundamental o envolvimento dos enfermeiros na construção de estratégias de cuidado e saúde mental, garantindo que suas necessidades sejam adequadamente representadas e atendidas”.

Frente a esse cenário, é fundamental que as políticas públicas de saúde incluam estratégias voltadas ao cuidado com a saúde mental dos trabalhadores da APS. Isso inclui apoio psicossocial, espaços de escuta institucional, valorização do trabalho e condições adequadas de infraestrutura e pessoal (Abreu, 2025, p.6)

Portanto, é importante o aprimoramento de meios para garantir a saúde mental e o bem-estar desses trabalhadores com a intenção de impedir o crescimento dessa Síndrome de Burnout. Estimulam-se ainda novos estudos em enfermagem sobre os meios de prevenção a SB a fim de promover formas de diminuição da progressão dessa doença na atenção primária à saúde (Nascimento *et al.*, 2022).

Medidas de Prevenção ao Surgimento da Síndrome de Burnout

O uso das tecnologias na enfermagem favorece a prevenção ao desenvolvimento dessa doença, porque colaboram para a propagação de conhecimento acerca dessa síndrome à população classificada de risco. Deve-se considerar necessária a ampliação no desenvolvimento de pesquisas sobre Políticas de Saúde do trabalhador, Saúde mental e Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) (Silva *et al.*, 2017).

As políticas em saúde para o combate dessa patologia são: Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a Acupuntura, a Homeopatia, a Fitoterapia, a Medicina Antroposófica e a Medicina do Termalismo-Crenoterapia. Todos esses recursos se permitem assegurar um meio terapêutico na inserção do homem a natureza e a comunidade (Ministério da Saúde, 2006).

A melhor maneira de tentar diminuir ou inibir essa doença seria com alternativas de combate aliadas a ações mediadoras ou preventivas, influenciado exercícios de educação contínua, através da utilização de tecnologias em saúde, descanso no trabalho, combate as divergências no ambiente de trabalho, tornando as atividades mais produtivas e menos cansativas (Silva *et al.*, 2015).

O profissional da saúde deve buscar individualmente melhores alternativas para prevenir o adoecimento, deve manter uma organização dentro do ambiente

de trabalho, trabalhando de forma que almeja alcançar suas metas, sabendo administrar o seu tempo e evitando conflitos dentro da equipe. É interessante valorizar uma alimentação saudável, a prática de exercícios físicos, tempo com a família e atividades de lazer, como contar com o suporte médico (Silva *et al.*, 2015; Réus *et al.*, 2014).

As medidas de precauções ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos enfermeiros dependem tanto do setor de trabalho quanto do próprio indivíduo. O enfermeiro precisa manter o equilíbrio e evitar o estresse, deve ocasionalmente compreender os sinais da doença em si próprio, buscando o tratamento adequado, para obter uma boa saúde mental (Lopes *et al.*, 2022).

Os gestores devem reconhecer a importância de elaborar ações que beneficiem o âmbito de saúde e os profissionais que nela colaboram. Mesmo que a maioria dos trabalhadores considera como tranquila sua vida, alguns afirmam que muitos desses sintomas estão relacionados ao exercício do trabalho, apontando o lado negativo da Síndrome de Burnout (Ramos *et al.*, 2019).

Contudo, a Síndrome de Burnout pode ser prevenida pela instituição de saúde através de medidas que viabilizem a execução de atividades que permitam evitar o estresse crônico nos profissionais, através das equipes de saúde trabalhando o bom relacionamento entre os colegas e pautando a valorização do profissional (Carvalho; Magalhães, 2011).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo permitiu identificar que a Síndrome de Burnout entre enfermeiros da Atenção Primária à Saúde está fortemente relacionada ao estresse ocupacional, à sobrecarga de trabalho e à falta de reconhecimento institucional. Recomenda-se o fortalecimento de políticas públicas voltadas à saúde do trabalhador, com foco na valorização profissional, no apoio psicossocial e em ações preventivas como grupos de apoio e práticas integrativas. Sugere-se, ainda, o desenvolvimento de pesquisas futuras sobre intervenções efetivas na redução da Síndrome de Burnout em profissionais da APS.

Portanto, a pesquisa visa contribuir de modo positivo a todos os envolvidos no âmbito da saúde de maneira que possa estimular a reflexão acerca da prevenção e do combate a Síndrome de Burnout.

REFERÊNCIAS

ABREU, Reinaldo Melo. **Saúde Mental Dos Enfermeiros Na Atenção Primária: Recima21**. Revista Científica Multidisciplinar - Issn 2675-6218, [S.L.], v. 6, n. 6, p. 1-17, 5 jun. 2025. Editora RECIMA21 LTDA. <http://dx.doi.org/10.47820/recima21.v6i6.6508>. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/6508>. Acesso em: 03 out. 2025.

ALMEIDA, T.; PESSOA, K. **Assistência à saúde mental na Atenção Primária à Saúde: a percepção dos enfermeiros**. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v. 27, n. 2, p. 137-148, 2023.

BORGES LO, organizador. **Os profissionais de saúde e seu trabalho**. São Paulo: Casa do Psicólogo®; 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Organização Pan-Americana da Saúde/Brasil**. Doenças Relacionadas ao Trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Série A. Normase Manuais Técnicos. Brasília: Editora Ms; 2001.p.114.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2006.92p.

BRIDGEMAN PJ, BRIDGEMAN MB, BARONE J. **Burnout syndrome among healthcare professionals**. Am J Health-Syst Pharm.2018;75(3):147-52.

CARVALHO CG, MAGALHÃES SR. **Síndrome de burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem**. Revista da Universidade Vale do Rio Verde. [texto da Internet] Três Corações; 2011 Jan/Jul; [cited 2013 Fev 10]. 9 (1): 200-10. Available from: <http://revistas.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/86/pdf>

CONCEIÇÃO, Ana Laura Pereira da; SANTOS, Ana Cleides Pereira dos; TOLEDO, Luiz Alexandre Pereira de; FAUSTINO, Anna Júlia Soares; SILVA, Geovanna Venâncio da; SANTOS, Witória Aparecida Percival dos; LANES, Tais Carpes; VILLAGRAN, Camila Antunez. **Impactos da Síndrome de Burnout na qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem na Atenção Primária em Saúde**. Enfermagem Brasil, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 2246-2260, 18 jun. 2025. Atlântica Editora. <http://dx.doi.org/10.62827/eb.v24i2.4053>. Disponível em: <https://ojs.atlanticaeditora.com.br/index.php/Enfermagem-Brasil/article/view/425>. Acesso em: 15 set. 2025.

DAUBERMANN DC, TONETE VLP. **Qualidade de vida no trabalho do enfermeiro da Atenção Básica de Saúde**. Acta Paul Enferm. [texto da Internet] 2012; [cited 2013 Set 04]; 25(2): 277-283. Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002012000200019>.

FRANCO GP, BARROS ALBL, NOGUEIRA-MARTINS LA, ZEITOUN SS. **Burnout in nursing residents**. Rev Esc Enferm USP [internet]. 2011[cited 2015 Nov 10]; 45(1):12-18. Available from: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n1/en_02.pdf. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000100002>

FREUDENBERGER HJ. **Staff Burn-Out**. Journal Of Social Issues. 1974;30(1):159-65.

GIL- MONTE PR, CARLOTTO MS, CAMARA SG. **Validação da versão brasileira do “Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el**

Trabajo” em professores. Rev Saúde Pública. [texto da Internet] São Paulo; 2010 Fev; [cited 2013 Ago 30]; 44(1): 140-7. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003489102010000100015&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102010000100015>.

HOLMES, Ericka Silva; SANTOS, Sérgio Ribeiro dos; FARIAS, Jamilton Alves; COSTA, Maria Bernadete de Sousa. **Burnout syndrome in nurses acting in primary care: an impact on quality of life.** Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online, [S.L.], v. 6, n. 4, p. 1384-1395, 1 out. 2014. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro UNIRIO. <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2014.v6i4.1384-1395>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta/resource/pt/lil-733481>. Acesso em: 12 set. 2025.

KESTENBERG KV. **Síndrome de Burnout: O que é, os sintomas e o tratamento.** Psicologia viva [Internet]. 2018. Disponível em: <https://www.psicologiaviva.com.br/blog/sindrome-de-burnout/>. Acesso em: 15 set. 2019.

KOVALESKI DF, BRESSAN A. **A síndrome de Burnout em profissionais de saúde.** Health & Social Change. [texto da Internet] Florianópolis, 2012; [cited 2013 Set 11]; 3 (2):107-113. Available from: <http://www.incubadora.ufsc.br/index.php/saudeetransformacao/article/view/748>

LIMA, Amanda S. *et al.* **A educação permanente na gestão da atenção primária de saúde no Sistema Único de Saúde.** Revista de Enfermagem UFPE(on line), Recife, v. 9, supl. 4, p. 8.135-8.145, 2015. Disponível em: <<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/7088>>. Acesso em: fev. 2015.

LIMA, Amanda de Souza; FARAH, Beatriz Francisco; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, Maria Teresa. **Análise Da Prevalência Da Síndrome De Burnout Em Profissionais Da Atenção Primária Em Saúde.** Trabalho, Educação e Saúde, [S.L.], v. 16, n. 1, p. 283-304, 11 dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sol00099>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/yRhYHC8bJNhGzLm3tmwfmJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 set. 2025.

LOPES J, PATRÍCIO A, LOPES D, DUARTE M, GOMES J. **Estratégias de prevenção do burnout nos enfermeiros: revisão da literatura.** Rev Port Saúde Ocup. 2022;13:122–30. doi:10.31252/RPSO.04.06.2022

MACEDO KD, SILVA KF, COSTA RM, SILVA RANS, COSTA SP, SCHERER A. **O impacto da sobrecarga de trabalho na saúde dos profissionais de enfermagem.** Rev Fisio&terapia. 2024;28:e135. doi:10.5281/zenodo.11541250

MARTINS, Leonardo F. *et al.* **Esgotamento entre profissionais da atenção primária à saúde.** Ciência& Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 19,n. 12, p. 4.739-4.750, 2014.

MASLACH C, GOLDBERG J. **Prevention of Burnout: New perspectives.** Applied & Preventive Psychology. 1998;7:63-74.

MEDEIROS SEG, AQUINO JM, ARRUDA GA, ROBAZZI MLCC, GOMES BMR,

ANDRADE MS, *et al.* **Estresse e sofrimento em enfermeiros hospitalares: relação com variáveis pessoais, laborais e hábitos de vida.** Texto Contexto Enferm. 2023;32. doi:10.1590/1980-265X-TCE-2022-0290pt

MATUBARO KCA, LUNARDELLI MCF, ELLARO AM, BULHÕES FSS, SOUZA LL. **Burnout syndrome in health professionals: a literature review.** [texto da internet] Bauru (Brasil); [datadesconhecida]; [cited 2013 Ago 29]. p. 981-5. Available from: http://www.progep.ufpa.br/progep/docsDSQV/SINDROME_DE_BURNOUT_profissionais_da_sa%C3%BAde.pdf

MANOMENIDIS, G. *et al.* **Improving mental health and reducing burnout in healthcare workers: The role of compassionate leadership and teamwork.** Journal of Health Organization and Management, v. 33, n.6, p. 668–683, 2019.

MOREIRA DS, Magnago RF, Sakae TM, Magajewski FRL. **Prevalência da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil.** Cad Saúde Pública. [texto da Internet] 2009; [cited 2013 Ago 30]; 25 (7): 1559-1568. Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2009000700014>

MUROFUSE NT, ABRANCHES **Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem** SS, NAPOLEÃO AA.. Rev. Latino-Am. Enfermagem [internet]. 2005 [cited 2015 Nov 10]; 13(2): 255-261. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n2/v13n2a19.pdf>. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692005000200019>

NASCIMENTO, Francisca Simone Pereira do; PAIVA, Jocilene da Silva; COSTA, Edmara Chaves; SANTOS, Aline Cruz dos; QUEIROZ, Terezinha Almeida; NEPOMUCENO, Samara dos Reis. **Análise Dos Riscos Da Síndrome De Burnout Nos Profissionais De Enfermagem Da Atenção Primária.** Revista Enfermagem Atual In Derme, v. 96, n. 38, p. 01-11, 28 abr. 2022 Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/1338>. Acesso em 10 out. 2025.

PAULA, G. *et al.* **Situações de crise de saúde mental: o trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 32, p. e4357, 2024.

PALAZZO LS, CARLOTTO MS, AERTS DRGC. **Burnout Syndrome: population-based study on public servants.** Rev Saúde Pública. [texto da Internet] São Paulo; 2012 Dez; [cited 2013 Ago 30]; 46(6). Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003489102012000600017&lng=em

RAMOS CEB, FARIAS JA, COSTA MBS, FONSECA LCT. **Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde.** Rev Bras Cienc Saúde. 2019;23(3):285–96. doi:10.22478/ufpb.2317-6032.2019v23n3.43595

RÉUS KMS, RONCHI MDBB, GAVA FLF, MEDEIROS IF, DAGOSTIM VS, CERETTA LB, *et al.* **A síndrome de burnout dos enfermeiros na ESF.** Inova Saúde [internet]. 2014 [cited 2015 Nov 10]; 3(2):109-29. Available from: <http://>

periodicos.unesc.net/Inovasaude/article/view/1668/1675. ISSN: 2317-2460.

ROSSI SS, SANTOS PG, PASSOS JP. **A síndrome de burnout no enfermeiro: um estudo comparativo entre atenção básica e setores fechados hospitalares.** Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online. [texto da Internet] 2010;[cited 2013 Feb 9]; 2(4):123239.Availablefrom:<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/viewArticle/950>

SANTOS, Natália Moreira; MAGALHÃES, Débora Soares; SILVA, Percília Augusta Santana da; SILVA, Lucas Duarte. **Síndrome De Burnout Em Profissionais Enfermeiros Na Atenção Primária À Saúde: revisão de literatura integrativa / burnout syndrome in nursing professionals in primary health care**. Brazilian Journal Of Development, [S.L.], v. 7, n. 2, p. 13551-13564, 2021. Brazilian Journal of Development. <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv7n2-122>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/24358>. Acesso em: 09 set. 2025.

SILVA, C. C. S. *et al.* **Burnout and health technologies in the context of Primary Health Care nursing.** Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem, v. 21, n. 2, 2017.

SILVA, Cleyton César Souto; LIRA, Ana Luisa Brandão de Carvalho; FEIJÃO, Alessandra Rodrigues; COSTA, Isabelle Katherinne Fernandes; MEDEIROS, Soraya Maria de. **Burnout and health technologies in the context of Primary Health Care nursing: Escola Anna Nery**. Revista de Enfermagem [S.L.], v. 21, n. 2, p. 01-07, 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20170031>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/yVyHVrr7DdN8dBVkDX3rWHS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2025.

SILVA SCPS, NUNES MAP, SANTANA VR, REIS FP, NETO JM, LIMA SO. **Burnout syndrome in professionals of the primary healthcare network in Aracaju, Brazil.** Ciênc. saúde coletiva [internet]. 2015 [cited 2015 Nov 10]; 20(10): 3011-20. Available from: http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n10/en_1413-8123-csc-20-10-3011.pdf. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152010.19912014>

SILVA JLL, DIAS AC, TEIXEIRA LR. **Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem.** Aquichán [internet]. 2012 [cited 2015 Nov 10]; 12(2):144- 59. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n2/v12n2a06.pdf>. ISSN eletrônico 1657-5997

SILVEIRA ALPD, COLLETA TCD, ONO HRB, WOITAS LR, SOARES SH, ANDRADE VLA, ARAÚJO LD. **Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde.** Rev Bras Med Trab. 2016; 14(3):275-84.

SILVEIRA, Stelyus Leônidas Mariano; CÂMARA, Sheila Gonçalves; AMAZARRAY, Mayte Raya. **Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS**. Cadernos Saúde Coletiva, [S.L.], v. 22, n. 4, p. 386-392, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232014224001>

org/10.1590/1414-462x201400040012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/BHvgGGpCXRCGbpYtHKMG7qH/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2025.

SCHAUFELI WB, LEITER MP, MASLACH C. **Burnout: 35 years of research and practice**. Career Development International. 2009;14(3):204-20.

WORLD Health Organization. **Burn-out an “occupationalphenomenon”: international classification of diseases [Internet]**. Geneva: WHO; 2019 [accessed 2025 Apr 28]. Available: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-anoccupationalphenomenon-international-classification-of-diseases>

ZANELLI JC, coordenador. **Estresse nas organizações de trabalho: compreensão e intervenção baseadas em evidências**. Porto Alegre: Artmed; 2010.

ZHOU, Wenjuan *et al.* **Job dissatisfactionand burnout of nurses in Hunan, China: A cross-sectional survey**. Nursing & HealthSciences, Changsha, v. 17, n. 4, p. 444-450, 2015. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26269392>>. Acesso em: set. 2015.

ANEXO



ANEXO I – FORMULÁRIO DE COMPOSIÇÃO DE GRUPOS DAS PRÁTICAS INTERDISCIPLINARES

Curso	Enfermagem		
Período	3º Período	Turma	Noturno
Professor	Mariane de Amarante Souza		

COMPONENTES / EQUIPE DE TRABALHO	
1.	Anny Caroline Costa da Silva
2.	Antônia Lúcia Amorim da Silva
3.	Fransuima da Conceição Silva Falcão
4.	Laudeci Silva Martins dos Santos
5.	Maria Deuzamar de Sousa Oliveira Pereira
6.	Rosangela da Silva Cardoso
7.	Suziane Pereira dos Santos
LIDER DA EQUIPE	
Nome	Maria Deuzamar de Sousa Oliveira Pereira
Contato/e-mail	mariaoliveira1390@gmail.com

TÍTULO DO TRABALHO
Síndrome de Burnout e saúde mental de enfermeiros na Atenção Primária à Saúde: revisão narrativa de literatura