



## Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Revisão de Literatura

### *Burnout Syndrome in Nursing Professionals: A Literature Review*

**Haurea Karen Maciel Santos**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Yasmin Aguiar Santarelli**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Ana Luiza de Souza Santos**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Carolina Eduarda Rodrigues Rocha**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Ana Lara Alves de Oliveira Bertani**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Ana Carolina Siqueira Silva**

*Discente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA.*

**Erika Regina Coelho**

*Docente do Curso Superior de Enfermagem do Centro Universitário UNA. Mestre em Administração de Serviços de Saúde.*

**Resumo:** A Síndrome de Burnout é um fenômeno ocupacional resultante da exposição prolongada ao estresse no ambiente de trabalho, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Entre os profissionais de enfermagem, essa condição tem se mostrado cada vez mais frequente devido às longas jornadas, à sobrecarga laboral, à elevada demanda emocional e às condições organizacionais inadequadas. O adoecimento decorrente do burnout compromete não apenas a saúde mental do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada e o funcionamento dos serviços de saúde. **Objetivo:** Analisar o Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem por meio de uma revisão de literatura, identificando seus principais fatores associados, manifestações clínicas e impactos na saúde mental e no desempenho profissional. **Metodologia:** Revisão de literatura realizada nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, SciELO, LILACS e Ministério da Saúde, com publicações entre 2020 e 2025, nos idiomas português e inglês, com texto completo. **Resultados:** os estudos evidenciaram elevada prevalência da síndrome entre profissionais de enfermagem, associada principalmente à sobrecarga de trabalho, escassez de recursos, fragilidade do apoio institucional, baixa valorização profissional e intensificação das demandas emocionais, especialmente durante a pandemia de Covid-19. **Considerações finais:** A Síndrome de Burnout apresenta elevada ocorrência entre os profissionais de enfermagem, evidenciando a necessidade de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e valorização profissional. Este estudo reafirma a importância da enfermagem não apenas como força de trabalho fundamental nos serviços de saúde, mas também como profissionais que necessitam de cuidado, reconhecimento e suporte para exercer suas funções de forma segura, humanizada e com qualidade.

**Palavras-chave:** enfermagem; burnout; esgotamento; despersonalização.

**Abstract:** Burnout Syndrome is an occupational phenomenon resulting from prolonged exposure to stress in the workplace, characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional accomplishment. Among nursing professionals, this condition has become increasingly frequent due to long working hours, work overload, high emotional demands, and inadequate organizational conditions. The illness resulting from burnout compromises not only the worker's mental health but also the quality of care provided and the functioning of healthcare services. Objective: To analyze Burnout Syndrome among nursing professionals through a literature review, identifying its main associated factors, clinical manifestations, and impacts on mental health and professional performance. Methodology: A literature review was conducted using publications from the Virtual Health Library (VHL), SciELO, LILACS, and the Brazilian Ministry of Health databases, including full-text studies published between 2020 and 2025 in Portuguese and English. Results: The studies revealed a high prevalence of the syndrome among nursing professionals, mainly associated with work overload, resource shortages, weak institutional support, low professional recognition, and intensified emotional demands, especially during the COVID-19 pandemic. Final Considerations: Burnout Syndrome presents a high occurrence among nursing professionals, highlighting the need for institutional strategies aimed at promoting mental health and enhancing professional recognition. This study reaffirms the importance of nursing not only as a fundamental workforce within healthcare services but also as a profession whose members require care, recognition, and support to perform their duties safely, humanely, and effectively.

**Keywords:** nursing; burnout; exhaustion; depersonalization.

## INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é um fenômeno ocupacional relacionado ao desgaste resultante da exposição prolongada a estressores no ambiente de trabalho. O termo “burnout”, de origem inglesa, remete à ideia de algo que deixou de funcionar devido ao excesso de esforço ou pressão contínua. No contexto profissional, manifesta-se principalmente entre trabalhadores que atuam diretamente com o cuidado, como os profissionais de enfermagem, cuja prática envolve elevada demanda emocional, responsabilidade constante e contato frequente com o sofrimento humano. Trata-se de uma condição multidimensional, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal no trabalho, comprometendo tanto o desempenho profissional quanto o bem-estar físico e mental do indivíduo (Brasil, s.d.; Lopes, 2020).

A síndrome de burnout configura-se como um distúrbio psicossomático resultante da exposição prolongada ao estresse ocupacional crônico, no qual ocorre ativação persistente dos mecanismos fisiológicos de resposta ao estresse. Do ponto de vista fisiopatológico, essa condição envolve a estimulação contínua do sistema nervoso autônomo simpático e do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, promovendo liberação sustentada de catecolaminas e cortisol, o que mantém o organismo em estado constante de alerta e adaptação forçada. Esse desequilíbrio neuroendócrino favorece alterações imunológicas, metabólicas e cardiovasculares, além de contribuir para o esgotamento físico e mental progressivo (Dantas *et al.*, 2022).

O diagnóstico é predominantemente clínico, baseado na avaliação do histórico ocupacional e emocional do indivíduo, podendo ser complementado por instrumentos padronizados, como o Maslach Burnout Inventory, que permite mensurar a intensidade e os domínios da síndrome, auxiliando na diferenciação de outras condições mentais associadas ao estresse. Clinicamente, o quadro manifesta-se por sintomas psíquicos e físicos inespecíficos, como fadiga intensa, irritabilidade, distúrbios do sono e comprometimento do desempenho ocupacional (Dantas *et al.*, 2022).

De acordo com dados do Ministério da Previdência Social, observa-se um crescimento expressivo nos afastamentos do trabalho relacionados à síndrome de burnout no Brasil. Os registros indicam que os afastamentos classificados pelo CID Z73.0, correspondente à classificação da síndrome de burnout na CID-10, aumentaram de 823 casos em 2021 para 4.880 em 2024, representando um acréscimo de aproximadamente 493% no período analisado. Na Classificação Internacional de Doenças em sua 11ª revisão (CID-11), o burnout passou a ser reconhecido sob o código QD85, caracterizado como uma síndrome resultante do estresse crônico relacionado ao trabalho. Esse aumento tem refletido diretamente na Previdência Social, com elevação na concessão de benefícios por incapacidade temporária, contribuindo para o aumento dos custos previdenciários e evidenciando o impacto do adoecimento mental relacionado ao trabalho sobre o sistema de seguridade social (Brasil, 2024).

Estudos e pesquisas recentes demonstram que a prevalência de burnout entre enfermeiros é significativa, sendo influenciada por fatores, incluindo idade, turno de trabalho, experiência profissional e características específicas do serviço, como unidades de terapia intensiva e atenção primária. Pesquisas realizadas em Portugal, Espanha e Brasil mostram que cerca de 40% dos enfermeiros apresentam níveis moderados ou elevados de burnout, com maior intensidade na exaustão emocional. Os resultados indicam que enfermeiros mais jovens e aqueles em turnos rotativos apresentam maior propensão ao desenvolvimento da síndrome, e profissionais mais experientes e com maior idade tendem a relatar menor nível de burnout. Além disso, diferenças culturais e organizacionais entre os países influenciam a manifestação da síndrome, reforçando a necessidade de estudos comparativos e análises contextuais (Carvalho *et al.*, 2020).

As condições de trabalho também são determinantes importantes para o surgimento do burnout. Estudos realizados em hospitais brasileiros destacam que a sobrecarga de trabalho, a escassez de recursos e a necessidade de lidar continuamente com pacientes em condições críticas intensificam o desgaste emocional dos enfermeiros. Isso mostra a necessidade de políticas públicas voltadas para a saúde ocupacional, estratégias de prevenção do burnout e o fortalecimento de estruturas de apoio no ambiente hospitalar, garantindo o bem-estar profissional e a qualidade do atendimento prestado à população (Pereira *et al.*, 2020; Schneller *et al.*, 2021).

Este estudo justifica-se pela importância de compreender a relevância do estudo da Síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem, que se relaciona

às particularidades do trabalho em saúde, envolvendo elevada carga emocional, múltiplas responsabilidades e condições de trabalho frequentemente desafiadoras. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um fenômeno relacionado ao trabalho, a síndrome compromete a saúde mental dos profissionais, refletindo em desmotivação, sofrimento psíquico e dificuldades no desempenho das atividades laborais. Além disso, seus efeitos ultrapassam o âmbito individual, interferindo na qualidade da assistência prestada e no funcionamento dos serviços de saúde, o que reforça a importância de aprofundar a discussão científica sobre o tema (Carvalho *et al.*, 2020).

Este trabalho tem como objetivo realizar uma revisão de literatura sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, identificando seus principais fatores desencadeantes, manifestações clínicas e impactos na saúde mental e no desempenho profissional, a fim de contribuir para a compreensão do fenômeno e subsidiar estratégias de prevenção e promoção da saúde no ambiente de trabalho.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica acerca da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem, tendo como questão norteadora: “O que as pesquisas científicas exploram sobre a síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem?”. O levantamento de dados foi realizado por meio da busca de artigos científicos nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e da Scientific Electronic Library Online (SciELO). Para a estratégia de busca, foram utilizados os seguintes descritores: enfermagem, burnout, esgotamento, despersonalização e profissionais de saúde.

Na busca inicial, foram identificados 158 artigos na base de dados da BVS e 62 artigos na base SciELO. Posteriormente, foram aplicados os seguintes filtros na BVS: LILACS, BDENF e MEDLINE; idiomas português e inglês; e publicações dos últimos cinco anos. Na base SciELO, foram aplicados os filtros de idiomas português e inglês e do recorte temporal correspondente aos últimos cinco anos.

Após a aplicação dos filtros, foram obtidos 50 estudos na BVS e 24 estudos na SciELO. Em seguida, realizou-se a seleção dos artigos por meio da leitura dos títulos, resultando em 32 publicações potencialmente relevantes. Posteriormente, foram realizadas leituras na íntegra de 20 artigos, dos quais 6 atenderam à questão norteadora da pesquisa, sendo, portanto, incluídos na amostra final do estudo.

## DISCUSSÃO

Foram incluídos neste estudo seis artigos científicos, publicados entre os anos de 2020 e 2025, conforme apresentado no Quadro 1. A análise dos estudos selecionados, descritos no Quadro 2, permitiu identificar aspectos comuns relacionados à ocorrência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, considerando diferentes cenários e contextos de atuação.

De modo geral, os estudos evidenciam que o desenvolvimento do burnout está relacionado às condições de trabalho enfrentadas pelos profissionais, destacando-se a sobrecarga laboral, as longas jornadas, a insuficiência de recursos humanos e materiais e a elevada exigência emocional presente no cotidiano da enfermagem. Observa-se que esses fatores contribuem para o desgaste físico e emocional progressivo, favorecendo o adoecimento mental.

Os resultados também indicam que profissionais inseridos em contextos de maior complexidade assistencial ou submetidos a situações de crise, como a pandemia de Covid-19, apresentaram maior vulnerabilidade ao esgotamento emocional. Dessa forma, os achados reforçam que o burnout está fortemente associado à organização do trabalho e às demandas impostas pela prática profissional, evidenciando a necessidade de atenção às condições laborais e ao suporte oferecido aos profissionais de enfermagem.

**Quadro 1 - Distribuição dos estudos, segundo o ano de publicação.**

Ano da Publicação	Número	Porcentagem
2020	1	16,7%
2021	1	16,7%
2022	1	16,7%
2023	0	0%
2024	2	33,3%
2025	1	16,7%

Fonte: autoria própria.

**Quadro 2 – Apresentação da síntese de artigos incluídos na revisão integrativa.**

Título do artigo	Revista	Resultados
Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa	Saúde em Debate, v. 46, n. spe1, 2022	O estudo identificou os principais fatores associados ao desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19, destacando sobrecarga de trabalho, longas jornadas, escassez de recursos, medo da contaminação, insegurança profissional e impactos na saúde mental. Evidenciou-se maior vulnerabilidade entre profissionais da linha de frente, especialmente da enfermagem.
Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma atualização da literatura sobre definições e fatores de risco	Revista Contemporânea, v. 4, n. 6, 2024	A revisão atualizou conceitos e definições da síndrome de burnout, enfatizando seus fatores de risco em profissionais de enfermagem, como estresse ocupacional, condições inadequadas de trabalho, baixa valorização profissional, conflitos interpessoais, excesso de responsabilidades e falta de apoio institucional. O estudo reforça a necessidade de estratégias preventivas no ambiente laboral.

<b>Título do artigo</b>	<b>Revista</b>	<b>Resultados</b>
Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa	Revista Brasileira em Promoção da Saúde, v. 37, 2024	O estudo evidenciou a alta prevalência da síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem, associada a fatores organizacionais e individuais, como carga horária excessiva, múltiplos vínculos empregatícios, pressão emocional e dificuldades no enfrentamento do estresse. Nesse contexto, aborda também a importância da promoção da saúde mental e da implementação de políticas institucionais de prevenção.
Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo	Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 29, 2021	O estudo analisa a ocorrência da síndrome de burnout entre enfermeiros de diferentes países, destacando-a como um relevante problema ocupacional na área da saúde. Os resultados mostram que o burnout não se limita a um contexto sociocultural específico, estando associado a fatores comuns do trabalho em saúde, como sobrecarga laboral, demandas emocionais intensas e fragilidades organizacionais. A exaustão emocional e a redução da realização profissional são apontadas como dimensões centrais da síndrome, e a comparação entre diferentes realidades evidencia a influência das condições de trabalho, do suporte profissional e dos aspectos institucionais na sua manifestação.
Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família	Revista Interface, v. 25, 2020.	O estudo evidencia alta prevalência da síndrome de burnout entre profissionais da Estratégia Saúde da Família no Brasil, associada a fatores como excesso de demandas, condições inadequadas de trabalho, escassez de recursos, baixa valorização profissional e falta de apoio institucional. O vínculo contínuo com a comunidade intensifica as exigências psicossociais e o desgaste emocional. Em conjunto, os achados reforçam que o burnout entre profissionais de saúde está mais relacionado a fatores organizacionais e psicossociais do que a características individuais, destacando a necessidade de intervenções institucionais voltadas à melhoria das condições de trabalho, ao fortalecimento do apoio psicossocial e à promoção da saúde mental.

Título do artigo	Revista	Resultados
The impact of health emergencies on nurses' burnout: a systematic review and meta-analysis	BMC Public Health, v. 2025	O artigo analisou o impacto das emergências em saúde, especialmente a pandemia da COVID-19, no burnout de profissionais de enfermagem. A revisão sistemática com meta-análise mostrou alta prevalência da síndrome, com destaque para exaustão emocional, distanciamento do trabalho e baixa realização profissional. Fatores como sobrecarga, longas jornadas, atuação em setores críticos, medo de contaminação e falta de recursos contribuíram para o problema. O burnout gerou impactos importantes na saúde mental e aumentou a intenção de abandono da profissão, sendo considerado uma questão de saúde pública que exige apoio institucional e melhores condições de trabalho.

Fonte: autoria própria.

O artigo “Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa”, escrito por Soares *et al.* (2022), evidencia que a pandemia intensificou de forma significativa os fatores de risco para o adoecimento psíquico dos trabalhadores da saúde, especialmente no que se refere ao desenvolvimento da síndrome de burnout. Os resultados apontam que a sobrecarga de trabalho, o medo de infecção, a insegurança quanto ao futuro e as condições laborais precárias foram determinantes centrais para o aumento do estresse ocupacional, afetando diretamente a saúde mental desses profissionais.

Nesse contexto, destaca-se que os profissionais de enfermagem apresentaram maior vulnerabilidade ao burnout quando comparados a outras categorias da saúde. Tal achado está relacionado às longas jornadas de trabalho, ao contato direto e contínuo com pacientes, à escassez de recursos humanos e à elevada responsabilidade assistencial, fatores que se agravaram durante a pandemia. Além disso, o estudo ressalta que o sexo feminino foi mais acometido por sintomas de ansiedade, depressão e exaustão emocional, o que pode estar associado à dupla jornada de trabalho, à sobrecarga doméstica e à menor valorização profissional historicamente atribuída às mulheres na área da saúde (Soares *et al.*, 2022).

No contexto de trabalho dos profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19, observou-se um aumento expressivo da sobrecarga laboral, uma vez que, mesmo diante do desconhecimento inicial acerca da doença, esses trabalhadores passaram a lidar com uma elevada demanda de pacientes, associada à insuficiência de recursos humanos e à precariedade da infraestrutura nos serviços de saúde. Essa realidade contribuiu para o aumento do desgaste físico e emocional, favorecendo o surgimento e a progressão da síndrome de burnout, sobretudo entre os profissionais que atuaram na linha de frente do cuidado (Soares *et al.*, 2022).

Outro achado relevante refere-se à influência da idade e da experiência profissional. Profissionais mais jovens ou com menor tempo de atuação apresentaram níveis mais elevados de ansiedade, estresse e exaustão emocional, possivelmente

devido à menor familiaridade com situações de crise, ao uso prolongado de equipamentos de proteção individual e à insegurança frente às decisões clínicas. Em contrapartida, profissionais com maior experiência demonstraram maior capacidade de enfrentamento das adversidades impostas pela pandemia (Soares *et al.*, 2022).

Por outro lado, o estudo destaca fatores de proteção frente ao burnout, como a presença de suporte social, resiliência, autoeficácia, apoio psicossocial institucional e a disponibilização adequada de equipamentos de proteção individual. Esses elementos contribuem para a redução do impacto do estresse ocupacional e para a preservação da saúde mental dos profissionais de saúde (Soares *et al.*, 2022).

Diante dos resultados apresentados, evidencia-se a necessidade de repensar as condições de trabalho nos serviços de saúde, especialmente no âmbito da enfermagem. Torna-se fundamental o desenvolvimento de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, ao fortalecimento do apoio psicossocial, à melhoria da gestão e à valorização profissional. Dessa forma, é possível minimizar os efeitos do burnout, prevenir o adoecimento psíquico e garantir uma assistência segura, humanizada e de qualidade à população, especialmente em contextos de crise como o vivenciado durante a pandemia de Covid-19 (Soares *et al.*, 2022).

O artigo “Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma atualização da literatura sobre definições e fatores de risco”, desenvolvido por Rodrigues *et al.* (2024), aborda de forma abrangente as definições e os principais fatores associados ao surgimento da síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem, por meio de uma revisão integrativa da literatura. Os autores demonstram que o burnout está profundamente relacionado às condições laborais e também às demandas emocionais presentes no cotidiano desses profissionais, caracterizando-se como um importante problema para a saúde do trabalhador.

A análise dos resultados demonstra que os profissionais de enfermagem estão frequentemente expostos a jornadas prolongadas, acúmulo de funções e elevada responsabilidade assistencial, fatores que favorecem o desgaste físico e emocional. A sobrecarga de trabalho, associada à insuficiência de recursos humanos e materiais, contribui para o aumento do estresse ocupacional e para a diminuição da capacidade de enfrentamento das demandas diárias, tornando o profissional mais suscetível ao esgotamento emocional (Rodrigues *et al.*, 2024).

Vale destacar, ainda, que o ambiente de trabalho exerce influência relevante no adoecimento psíquico dos profissionais de enfermagem. Aspectos como condições laborais inadequadas, apoio institucional insuficiente, fragilidades no processo de liderança e a ausência de reconhecimento profissional se configuram como fatores que intensificam a desmotivação e a insatisfação no exercício das atividades laborais. Esses fatores organizacionais impactam negativamente a relação do profissional com a instituição, favorecendo o desenvolvimento da síndrome de burnout (Rodrigues *et al.*, 2024).

Outro aspecto relevante identificado refere-se às demandas emocionais presentes no cotidiano da enfermagem. O contato contínuo com o sofrimento, a dor e

a morte, aliado à pressão por decisões rápidas e eficazes, contribui para o desgaste psicológico progressivo. Essa exposição constante a situações emocionalmente intensas pode levar à exaustão emocional e à despersonalização, comprometendo a qualidade da assistência e a relação entre o profissional e o paciente (Rodrigues *et al.*, 2024).

Além disso, fatores psicossociais, como conflitos interpessoais, dificuldades na comunicação entre a equipe multiprofissional, baixa autonomia no processo de trabalho e insegurança profissional, também foram apontados como fatores que predis põem à síndrome de burnout. A presença desses elementos no ambiente de trabalho fragiliza o equilíbrio emocional do profissional e amplia sua vulnerabilidade ao adoecimento mental (Rodrigues *et al.*, 2024).

Em relação às consequências da síndrome de burnout, podem ocorrer alterações tanto no âmbito pessoal quanto no profissional. Entre os profissionais de enfermagem, destacam-se manifestações como fadiga persistente, distúrbios do sono, irritabilidade, ansiedade, diminuição da satisfação profissional e prejuízos no desempenho laboral. Esses efeitos podem ser intensificados por fatores individuais, como predisposições pessoais relacionadas ao perfeccionismo, à autoexigência excessiva e à baixa autoestima, que tornam o profissional mais vulnerável ao esgotamento emocional. No contexto institucional, o burnout repercute diretamente nos serviços de saúde, podendo ocasionar aumento do absenteísmo, afastamentos recorrentes por adoecimento, elevada rotatividade de profissionais e comprometimento da qualidade da assistência prestada aos pacientes (Rodrigues *et al.*, 2024).

Diante do exposto, o estudo realizado por Rodrigues *et al.* (2024) reforça a importância da implementação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde do trabalhador, como melhorias nas condições de trabalho, fortalecimento do apoio psicossocial, valorização profissional e incentivo ao autocuidado. Essas medidas são fundamentais para a prevenção da síndrome de burnout, visto que contribuem para a redução do sofrimento psíquico e para a construção de ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros para os profissionais de enfermagem.

Borges *et al.* (2021) evidenciam no artigo “Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo” que a síndrome de burnout tem sido comumente identificada entre profissionais de saúde, especialmente enfermeiros e trabalhadores da atenção básica, identificando-se como um importante problema ocupacional. O estudo publicado na Revista Latino-Americana de Enfermagem evidencia a presença do burnout entre enfermeiros de diferentes países, demonstrando que a síndrome não está restrita a um único contexto sociocultural, mas relacionada a fatores comuns do processo de trabalho em saúde. Os autores apontam que a exaustão emocional e a redução da realização profissional são dimensões centrais do burnout, frequentemente associadas à sobrecarga laboral, às exigências emocionais constantes e às fragilidades organizacionais presentes nos serviços de saúde. A análise comparativa entre realidades distintas permite compreender que aspectos institucionais, condições de trabalho e níveis de suporte profissional

influenciam diretamente a manifestação da síndrome, reforçando seu caráter multifatorial e ocupacional.

No cenário brasileiro, especialmente no âmbito da atenção primária à saúde, as condições anteriormente mencionadas também se fazem presentes, assumindo características próprias decorrentes do vínculo contínuo com a comunidade e das particularidades do processo de trabalho desenvolvido na Estratégia de Saúde da Família (ESF). Nesse sentido, o estudo publicado na revista *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* analisa a síndrome de burnout entre profissionais da ESF no contexto brasileiro e revela elevada prevalência da condição nesse nível de atenção. Os resultados indicam que fatores como excesso de demandas, condições inadequadas de trabalho, insuficiência de recursos, baixa valorização profissional e falta de apoio institucional contribuem significativamente para o adoecimento físico e emocional desses trabalhadores. Além disso, o vínculo contínuo com a comunidade, característico da atenção primária, intensifica as demandas psicossociais, favorecendo o desgaste emocional e o desenvolvimento do burnout (Rodrigues *et al.*, 2024).

Nesse mesmo sentido, em conjunto, os estudos reforçam que a síndrome de burnout entre profissionais de saúde está fortemente relacionada a fatores organizacionais e psicossociais, mais do que às características individuais. A sobrecarga de trabalho, a pressão emocional constante e a fragilidade do suporte institucional aparecem como elementos comuns nos diferentes cenários analisados. Dessa forma, os autores destacam a necessidade de intervenções institucionais, com foco na melhoria das condições de trabalho, no fortalecimento do apoio psicossocial e na implementação de estratégias de cuidado ao trabalhador, visando à prevenção do burnout e à promoção da saúde mental dos profissionais de saúde (Rodrigues *et al.*, 2024).

Rodrigues *et al.* (2024) abordam a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, com o objetivo de identificar a ocorrência da síndrome e os principais fatores relacionados ao seu desenvolvimento no contexto das instituições de saúde brasileiras. Para isso, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, a partir de estudos publicados entre 2015 e 2019, encontrados na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando os descritores “síndrome de burnout” e “enfermagem”. A estratégia metodológica adotada permitiu a identificação de evidências científicas relevantes acerca do adoecimento ocupacional na enfermagem, especialmente no cenário nacional.

Os resultados mostraram que o burnout é um problema frequente entre os profissionais de enfermagem, destacando-se principalmente as dimensões de exaustão emocional e despersonalização, além de níveis variados de realização profissional. Entre os fatores associados ao desenvolvimento da síndrome, destacam-se a carga horária excessiva, a atuação em múltiplos vínculos de trabalho, a falta de apoio institucional e as altas demandas psicológicas enfrentadas no cotidiano profissional (Rodrigues *et al.*, 2024).

Dessa forma, o estudo evidencia que a Síndrome de Burnout representa um importante problema de saúde entre os profissionais de enfermagem, podendo

comprometer tanto o bem-estar desses trabalhadores quanto a qualidade da assistência prestada. Os autores ressaltam a necessidade de ações voltadas à melhoria das condições de trabalho e ao desenvolvimento de estratégias que contribuam para a prevenção e redução do burnout nesses profissionais (Rodrigues *et al.*, 2024).

Estudos realizados por Liang *et al.* (2025) analisaram como as emergências em saúde, principalmente a pandemia da Covid-19, influenciaram o desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. Para isso, os autores realizaram uma revisão sistemática com meta-análise, reunindo dados de 176 estudos realizados em diversos países, envolvendo mais de 110 mil enfermeiros, conferindo consistência e alta confiabilidade aos resultados. Além disso, o estudo permitiu visualizar o impacto das crises sanitárias sobre a saúde mental dos enfermeiros.

Os achados mostraram que o burnout esteve muito presente entre os profissionais de enfermagem durante esses períodos críticos. Em muitos estudos, cerca de metade dos enfermeiros apresentou sinais da síndrome, principalmente relacionados à exaustão emocional, ao distanciamento emocional do trabalho e à sensação de baixa realização profissional. Entre os fatores que mais contribuíram para o desenvolvimento do burnout destacam-se a sobrecarga de trabalho, as longas jornadas, a atuação em setores de maior complexidade, como unidades de terapia intensiva e emergências, além do medo de contaminação, da falta de recursos e do contato frequente com o sofrimento e a morte de pacientes. Esses dados evidenciam como as condições extremas de trabalho intensificam o esgotamento profissional (Liang *et al.*, 2025).

Somado a isso, o estudo também aponta que o burnout trouxe impactos importantes para a saúde mental desses profissionais, com aumento de sintomas de ansiedade, depressão, estresse e piora da qualidade do sono. Além disso, foi observada uma maior intenção de abandono da profissão, o que pode afetar diretamente a continuidade e a qualidade da assistência prestada aos pacientes (Liang *et al.*, 2025).

Por fim, os artigos supracitados concluem que o burnout em profissionais de enfermagem durante emergências em saúde é um problema grave e que precisa ser compreendido como uma questão de saúde pública. Reforçam, ainda, a importância de ações institucionais, apoio psicológico contínuo e melhores condições de trabalho como estratégias indispensáveis para a proteção da saúde mental dos enfermeiros e para garantir um cuidado mais seguro, humanizado e de qualidade para os cidadãos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos estudos incluídos nesta revisão integrativa, foi possível compreender que a Síndrome de Burnout é um problema recorrente entre os profissionais de enfermagem, estando diretamente relacionada às condições de

trabalho, à sobrecarga física e emocional e às exigências impostas pela prática assistencial. A enfermagem, por atuar de forma contínua e próxima ao paciente, torna-se mais vulnerável ao desgaste ocupacional, especialmente em ambientes com recursos limitados e elevada demanda.

Os resultados evidenciam que fatores como jornadas extensas, múltiplos vínculos empregatícios, pressão emocional, falta de reconhecimento profissional e apoio institucional contribuem significativamente para o desenvolvimento do burnout. Situações críticas, como a pandemia de Covid-19, intensificaram ainda mais esse cenário, agravando o sofrimento psíquico e comprometendo o bem-estar dos profissionais de enfermagem. Além dos impactos individuais, a síndrome interfere diretamente na qualidade da assistência prestada, refletindo na segurança do paciente e no funcionamento dos serviços de saúde. O adoecimento dos profissionais pode resultar em afastamentos frequentes, redução do desempenho laboral e prejuízos na continuidade do cuidado, reforçando a necessidade de atenção à saúde mental no ambiente de trabalho.

Diante disso, torna-se essencial investir em estratégias que promovam a saúde mental dos profissionais de enfermagem, como a melhoria das condições de trabalho, o fortalecimento do apoio institucional, a valorização profissional e ações voltadas ao autocuidado. Além disso, destaca-se a importância da elaboração e implementação de políticas públicas voltadas à promoção da saúde do trabalhador, que garantam ambientes laborais mais seguros, suporte psicossocial e condições adequadas para o exercício profissional. Este estudo reafirma a importância da enfermagem não apenas como força de trabalho fundamental nos serviços de saúde, mas também como profissionais que necessitam de cuidado, reconhecimento e suporte para exercer suas funções de forma segura, humanizada e com qualidade.

## REFERÊNCIAS

- BORGES, E. M. DAS N. *et al.*. Burnout among nurses: a multicentric comparative study. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 29, p. e3432, 2021. Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.29, 2021. DOI: 10.1590/1518-8345.4320.3432. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?lang=pt>
- BRASIL. Ministério da Previdência Social. **Boletins da Previdência Social: dados estatísticos da Previdência Social e do INSS**. Brasília: Ministério da Previdência Social, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/Dados-estatisticos-previdencia-social-e-inss/boletins-da-previdencia-social>.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout**. Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>.

CARVALHO, A. F. *et al.* Burnout em enfermeiros de Portugal, Espanha e Brasil: estudo multicêntrico. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?lang=pt>.

DANTAS, L. M. ; BATISTA, L. M. ; SOBRAL, M. V. Síndrome de Burnout: aspectos clínicos e tratamento: Burnout syndrome: clinical aspects and treatment. **Journal Archives of Health**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 470–475, 2022. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/976>.

LIANG Y, Peng H, Luo X, *et al.* The impact of health emergencies on nurses' burnout: a systematic review and meta-analysis. **BMC Public Health**. 2025;25(1):2847. Published 2025 Aug 19. doi:10.1186/s12889-025-24150-9. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-025-24150-9>.

LOPES, Francinara Pereira; Pêgo, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout: aspectos conceituais e impactos na saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, São Paulo, v. 18, n. 1, 2020. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/46/pt-BR>

PEREIRA, F. S. *et al.* Burnout em enfermeiros: estudo comparativo entre Portugal, Espanha e Brasil. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, e3297, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?lang=pt>.

RODRIGUES, Bruna Altino *et al.* Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma atualização da literatura sobre definições e fatores de risco. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 6, p. e4360-e4360, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4360>

RODRIGUES, Laura Mariane; SILVA, Lais Caroline da; BARROSO, Sabrina Martins; NASCIMENTO, Lilian Cristina Gomes do. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [S. l.], v. 37, p. 1–15, 2024. DOI: 10.5020/18061230.2024.14559. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/14559>.

SCHNELLER, L. *et al.* Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de hospital público do interior de São Paulo. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v. 25, e20210374, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/VBTVWhtf4HBVKG4HnJwKzKq/?format=html&lang=pt>.

SOARES, Juliana Pontes *et al.* **Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa.** Saúde em Debate, v. 46, n. spe1, p. 385-398, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/ZsVfhVZVNhw5c3qrfzDTh4H/?format=html&lang=pt>.

TOMAZ, Henrique Cisne; TAJRA, Fábio Solon; LIMA, Andrea Conceição Gomes; SANTOS, Marize Melo dos. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, supl. 1, 2020. DOI: 10.1590/interface.190634. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/dphvYH39MprDY7LmfCP886J/?lang=pt>.