

# A síndrome de Burnout no campo da saúde do trabalhador: uma reflexão na formação profissional

---

**Cristiano Vieira Sobrinho**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/3505470529730299>*

**Maxwel Soares Santos**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/8787417892706336>*

**Antônio Bertolino Cardoso Neto**

*Hospital Veterinário da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/0462355169495768>*

**Dilma Aparecida Batista Ferreira**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/1904243993822189>*

**Mariana Machado dos Santos Pereira**

*Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde - Uberlândia - MG*

*<http://lattes.cnpq.br/2555822000588949>*

**Juliano Fábio Martins**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/3590964411850427>*

**Thays Peres Brandão**

*Departamento Educacional - Patrocínio - MG*

*<http://lattes.cnpq.br/0857704143417847>*

**Márcio Paulo Magalhães**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/9221849053911178>*

**Paula Cardinale de Queiroz Romão**

*Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia - Uberlândia-MG*

*<http://lattes.cnpq.br/7015541064050477>*

DOI: 10.47573/aya.5379.2.99.4

## RESUMO

A síndrome de Burnout é ocasionada por um estresse crônico que ocorre, sobretudo, quando não se realizam atitudes corretas para combate e tratamento e há permissão que atitudes negativas sobreponham o interesse ou a satisfação pelo trabalho. É uma síndrome que está incluída nas abordagens da saúde do trabalhador, uma área que faz parte da Saúde Coletiva abrangendo a interprofissionalidade, já que atinge os diversos trabalhadores. Com isso, deve ser abordada nos cursos de formação profissional, como as residências multiprofissionais. Esta pesquisa objetiva conhecer a abordagem da síndrome de Burnout na formação multiprofissional. Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, que selecionou sete artigos para a composição do corpus da pesquisa. Como resultados apontamos que a literatura que relaciona a abordagem da síndrome de Burnout na formação profissional é escassa, e requer maior aprofundamento. Diante dessa dificuldade, apontamos características da síndrome e estratégias para auxiliar sua assistência. Concluímos também que a abordagem da síndrome de Burnout nos cursos interdisciplinares é escassa, assim faz-se necessário a adição no currículo das residências multiprofissionais disciplinas que abarquem a Saúde do Trabalhador e os mecanismos de assistência, tanto para organizações quanto para trabalhadores e também estudos que abordem os resultados de tal inclusão.

**Palavras-chave:** saúde do trabalhador. síndrome de Burnout. estratégias. formação multiprofissional.

## ABSTRACT

Burnout syndrome is caused by a chronic stress that occurs, above all, when correct attitudes are not carried out for combat and treatment and when negative attitudes are allowed to override interest or satisfaction in work. It is a syndrome that is included in the approaches to worker health, an area that is part of Collective Health covering interprofessionalism, as it affects different workers. Therefore, it should be addressed in professional training courses, such as multi-professional residencies. This research aims to understand the approach to Burnout syndrome in multidisciplinary training. This is a narrative literature review, which selected seven articles for the composition of the research corpus. As a result, we point out that the literature that relates the approach to Burnout syndrome in professional training is scarce and requires further investigation. Faced with this difficulty, we point out characteristics of the syndrome and strategies to assist in its care. We also concluded that the approach of Burnout Syndrome in interdisciplinary courses is scarce, so it is necessary to add disciplines that cover Worker's Health and assistance mechanisms, both for organizations and for workers and also studies that address the results of such inclusion.

**Keywords:** worker's health. Burnout syndrome. strategies. multidisciplinary training.

## INTRODUÇÃO

O trabalho desempenha um papel fundamental na vida do ser humano, pois seus benefícios vão muito além de prover meio de subsistência, ele abre a possibilidade de desenvolver suas habilidades, descobrir novas competências e estabelecer um relacionamento social.

Como bem aponta Cardoso (2001) no decorrer dos tempos o trabalho se solidificou

como um dos principais eixos da sociedade, ocupando um lugar central na constituição do ser, ao passo que através dele o indivíduo consegue modificar, agindo e construindo a si mesmo.

No entanto, nas últimas décadas o ritmo de trabalho, imposto aos profissionais, na ânsia de suprir as constantes mudanças dos processos empresariais, têm culminado em importantes desgastes tanto físicos quanto emocionais. Vê-se que o ritmo de trabalho estabelecido contradiz com os ritmos biológicos do ser humano. Esse formato suplanta as várias relações sociais, posto que interfere vigorosamente na saúde do trabalhador (SILVA, 2019).

Dessa forma os avanços tecnológicos e o novo modelo de organização proletária na sociedade pós-Revolução Industrial possibilitaram que as empresas partissem numa busca incessante por lucros, aumentando exponencialmente a produção, ocasionando, como consequência que o trabalhador perca o poder, o significado e o valor do seu trabalho (SILVA, 2019).

Nesse contexto, é prudente compreender os processos mórbidos provocados pelos fatores desgastantes nos ambientes laborais que afetam a população trabalhadora em quase toda sua totalidade, tais como: tensão, falta de segurança no emprego e riscos de acidentes, são alguns elementos que permeiam o desenvolvimento do problema e trazem consequências individuais, profissionais, familiares e sociais (SILVA *et al.*, 2018).

Vê-se que a ganância em prol de crescimento a qualquer custo fez com que os trabalhadores sejam considerados apenas números, deixando de ter qualquer valor quando reduzem sua produção, independente de quantos anos serviu a empresa. Por isso, entende-se que as exigências do ambiente de trabalho estão excedendo a capacidade do indivíduo de lidar e enfrentá-las, resultando em um sofrimento patológico que tem impactado negativamente sua qualidade de vida dentro e fora do trabalho causando o aumento do número de doenças profissionais dentre elas, a síndrome de Burnout (SB), a qual deixa o indivíduo incapacitado temporariamente para a atividade laboral (AREOSA, 2019).

Para Pio *et al.* (2021) profissionais que enfrentam a SB sofrem muitas mudanças cognitivas como: pensamento lento, dificuldade de concentração, prejuízo na memória, irritação, ansiedade, desatenção, apatia, comportamento egocêntrico, falta de iniciativa, isolamento, desinteresse pelas atividades laborais.

Também se identificam nessa síndrome uma tendência à agressividade, incapacidade de relaxar, não aceitação a mudanças, aumento de consumo de substâncias tóxicas, comportamentos de alto risco de suicídio. Sendo essencial cuidados e observações especiais para o enfrentamento e tratamento (DOMINGOS; SILVA, 2020).

Dito isso, é importante ressaltar que a SB é ocasionada por um estresse crônico que ocorre, sobretudo, quando não se realizam atitudes corretas para combate e tratamento e há permissão que atitudes negativas sobreponham o interesse ou a satisfação pelo trabalho. Essas respostas acontecem pelas reações que os indivíduos dão às questões dentro do cotidiano do trabalho no qual se transforma em um processo psíquico, no qual são recorrentes sentimentos de frustração, desmotivação e falta de interesse no próprio crescimento ou desempenho profissional (BRACCO BRUCE *et al.*, 2019).

O alto nível de SB entre os profissionais no mundo todo remete a urgência de um olhar para a alteração nas rotinas e carga horária, bem como numa flexibilização que ofereça ao fun-

cionário meios para descanso e cuidados com sua vida pessoal, melhorando seu bem estar e reduzindo as chances de desenvolvimento da doença (PASTURA *et al.*, 2019)

O estresse ocasionado pela ocupação laboral já atinge 70% dos trabalhadores brasileiros e destes 30% estão com a síndrome de Burnout, número que interfere de forma substancial a população, culminando em um problema de saúde pública devido à alta incidência desta doença ocupacional. Devido a isso, o tema tem sido razão para investigação por muitos pesquisadores (PROENCIO *et al.*, 2017).

Neste contexto, a SB está inclusa nas abordagens da saúde do trabalhador, uma área que faz parte da Saúde Coletiva abarcando a interprofissionalidade, já que atinge os diversos trabalhadores. Sendo que, deve ser abordada nos cursos de formação profissional, como as residências multiprofissionais.

Neste âmbito, considerando a necessidade de pesquisas com essa abordagem e a escassez de estudos que encontrem soluções para evitar e para tratar a SB, esta pesquisa objetiva conhecer a abordagem da SB na formação multiprofissional.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura. Esse tipo de pesquisa utiliza métodos mais livres para a atualização acerca do tema (CORDEIRO *et al.*, 2007)

Para o desenvolvimento da pesquisa realizou-se a busca nas bases de dados Portal de Periódicos da Coordenação de aperfeiçoamento de Nível Superior (CAPES) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de maio de 2022 utilizando as palavras-chave: saúde do trabalhador; síndrome de Burnout; estratégias; formação multiprofissional.

Foram selecionados para compor o corpus 7 (sete) artigos publicados no recorte temporal compreendido entre 2017 e 2022 e que se relacionavam com o objetivo do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Buscou-se trabalhos que apontassem a abordagem da SB, como temática da Saúde do Trabalhador nos programas de Residência Multiprofissional, mas foram encontrados apenas publicações que relacionavam a saúde dos estudantes, que não é o objetivo desta pesquisa.

Assim, com a preocupação na formação de profissionais que tenham subsídios para fornecer assistência à indivíduos trabalhadores, que têm desenvolvido síndrome de *Burnout* tornou-se importante apontar os aspectos desta síndrome assim como mecanismos de enfrentamento da mesma.

### A síndrome de Burnout

É inegável que, o modo com que as gestões das organizações conduzem as relações de trabalho estão explorando as condições humanas, tanto no contexto físico quanto no psicológico. Dessa forma, a rotina laboral está sendo marcada pelo mal-estar causado aos trabalhadores culminados pela ideologia de produção capitalista. Sendo que, pode-se afirmar que o ambiente

de trabalho, para muitos, tornou-se um lugar provedor de doença e em decorrência disso, muitos trabalhadores estão desenvolvendo a síndrome de *Burnout*, uma síndrome psicológica causada por uma resposta contínua a estressores crônicos que acontecem durante o trabalho (RAUDENSKÁ *et al.*, 2020).

Com derivação do termo em inglês “*to burn out*” significa em português “queimar-se, consumir-se”. A SB foi citada pela primeira vez em 1974, pelo psicanalista *Herbert Freudenberger* ao ver em uma situação de ausência de prazer em relação ao seu trabalho, e uma sensação de esgotamento e falta de estímulo em virtude da recorrente escassez de energia emocional. Somado a esses sintomas, o psicanalista também relatou fadiga, depressão e irritação como consequência do estresse ocupacional duradouro (MOREIRA; SOUZA; YAMAGUCHI, 2018)“properties”:{“-formattedCitation”:(MOREIRA; SOUZA; YAMAGUCHI, 2018.

De forma geral, a síndrome de *Burnout* é um estado de exaustão física e mental, diretamente relacionado às atividades de trabalho. Situações de esgotamento emocional e irritabilidade no ambiente laboral que levam à exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, levando ao desenvolvimento de problemas psiquiátricos, com destaque para o *Burnout* (MELNICK; POWSNER, 2016; RAUDENSKÁ *et al.*, 2020).

Corroborando Fernandes, Nitsche e Godoy (2017) apontam que a SB se caracteriza através de alterações psicofisiológicas originadas no ambiente de trabalho, na presença de riscos ergonômicos que direcionam o esgotamento físico e mental e ocasiona sensações negativas como irritação, medo, angústia, cansaço, ansiedade, desmotivação e desamparo. .

A SB é vista em 3 “fases”, a saber: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho. A primeira acontece com a saturação diante dos fatores estressores aos quais o indivíduo é exposto em seu ambiente de trabalho, culminando em um sentimento de esgotamento, associado a falta de energia e entusiasmo para com o desempenho das suas atividades. A segunda fase se representa através de uma despersonalização, ou seja, está correlacionada à distorção do seu próprio eu, configurada em uma apatia intensa e um afastamento social e afetivo. E a “baixa realização pessoal no trabalho” está intensamente interligada com as duas dimensões anteriores, no qual o sujeito passa a analisar o seu trabalho criticamente em demasia, assinalando muitas desvantagens e problemas que às vezes nem existem (CARDOSO *et al.*, 2017).

Em virtude disso, vários fatores vinculados ao ambiente laboral podem estar diretamente relacionados com o desenvolvimento de *Burnout*, inclusive no que cerne à estrutura, materiais insuficientes, organização frágil do processo de trabalho e da equipe, entre outros. Além disso, aspectos inerentes à natureza do ofício, em especial aqueles que oferecem maior nível de estresse, contato direto com outras pessoas e elevada carga de trabalho também estão entre os que mais afetam seus trabalhadores (ROBERTI *et al.*, 2021)

Assim, os ofícios que apresentam condições de trabalho mais estressantes e números de horas trabalhadas indefinidas majoram o risco de efeitos adversos afetando gravemente a saúde e estão ligados com mudanças de comportamento, como inserção do tabagismo e consumo de álcool. Esse estresse ocupacional causa uma perturbação do equilíbrio, ocasionada pela exaustão emocional e física constituída por diversas razões como: doença, pressão, sofrimento e cansaço (AREOSA, 2019; LIN *et al.*, 2019)

Para Carneiro *et al.* (2019) a pressão constante advinda das atividades profissionais ainda podem alterar sua maneira normal de agir e pensar, culminando a sensações de medo, fuga, desespero e, até mesmo, um raciocínio conturbado, impossibilitando a realização de atividades no seu cotidiano e prejudicando a seleção de prioridades.

Sabendo-se que os trabalhadores permanecem, pelo menos, um terço do seu dia em atividade laboral, este momento tem que oferecer uma política promocional de saúde eficiente pois, a preservação e o cuidado com a saúde mental do trabalhador são indispensáveis para seu bom desenvolvimento, posto que o trabalho exige do indivíduo um estado de saúde psíquica e física, para que as suas atividades sejam realizadas com qualidade e maestria (COUTO, 2018; PROPER; VAN OOSTROM, 2019; WHO; FORUM, 2008).

Nesse íterim, estudo com 420 pessoas, 9,05% atestaram positivo para *Burnout*, apresentando alteração nas três dimensões do questionário. O fator que se destacou entre os resultados foi a porcentagem de 11,8% das mulheres, contra apenas 5,4% de homens que apresentaram alterações compatíveis com a síndrome. Ou seja, mulheres têm apresentado maior percentual de alto risco, tendo um desenvolvimento crescente em comparação ao sexo masculino (ALBUQUERQUE; SANTOS; SANTOS, 2019).

Por isso, se faz importante manter vigilância sobre os fatores que configuram risco para o trabalhador no local de trabalho como: inadequadas condições de trabalho, pouco suporte social, baixa remuneração, não reconhecimento pelo trabalho desempenhado, longa carga horária e contato direto com pessoas em sofrimento físico e psíquico (RIBEIRO; VIEIRA; NAKA, 2020).

Neste contexto, faz-se necessário que os programas de residência multiprofissional abarquem a Saúde do Trabalhador e suas nuances, incluindo a SB. Tendo em vista que, os discentes envolvidos serão profissionais que vão desenvolver suas atividades laborais, em grande parte, com indivíduos que são trabalhadores. E, quando se conhece os aspectos da patologia e as estratégias de enfrentamento torna-se mais eficaz a assistência ao paciente, independente da sua patologia de base.

## Enfrentamento à síndrome de Burnout

Percebe-se que o adoecimento pela SB se desenvolve através de características semelhantes, independente do tipo de trabalho exercido pelo indivíduo. As três dimensões do adoecimento por *Burnout*, estão intrínsecas às relações intrapessoais e interpessoais, fatores socioambientais, cargas horárias extenuantes de trabalho, além de fatores socioeconômicos.

Sendo que, o enfrentamento ou tratamento para a SB pode ser estruturado com remodelagens de ambientes, melhoramento nas condições de trabalho, alteração de cargas horárias, ou até mesmo, abandono delas. Contudo é importante relatar que a síndrome pode estar associada a fenômenos diretamente ligados ao próprio indivíduo, em como ele se relaciona com essas situações. A inteligência e a competência emocional são apontadas na literatura como estratégias para o tratamento, além da resiliência ser indicada como fator preponderante no fortalecimento e evolução intrapessoal positiva (ALENCAR *et al.*, 2022).

Dessa forma, competências emocionais que podem ser citadas como inteligência intrapessoal, abarcando aspectos de autopercepção, motivação, empatia, habilidades sociais, são emoções que influenciam na capacidade de autoconhecimento e controle dos sentimentos, e

essas habilidades de automotivação são importantes para o sucesso no enfrentamento da SB (DOMINGOS; SILVA, 2020).

Ademais, a resiliência também é citada como uma característica específica e eficaz, pois nela encontra-se o apoio para os embates com as dificuldades do cotidiano, podendo ser utilizada como uma ferramenta de superação que facilita a continuidade no desenvolvimento saudável (SILVA; MELO; ENETÉRIO, 2019).

Além dos sentimentos que devem ser desenvolvidos e cultivados como características pessoais, outras estratégias voltadas ao autocuidado são citadas como importantes. São exemplos: a manutenção de um sono regular, prática de exercícios físicos, e cuidados no geral com a saúde, inclusive com práticas direcionadas ao autoconhecimento (AMUTIO-KAREAGA *et al.*, 2017).

Aliada à prevenção, percebe-se que estratégias não medicamentosas, como psicoterapias e práticas alternativas complementares são substanciais. Um estudo que investigou a eficácia da Terapia Cognitiva Comportamental e programa de atenção plena (mindfulness, FM), diminuem significativamente o estresse e a Burnout (LIMA; DOLABELA, 2021). Interessante ressaltar que o foco principal da maioria dos estudos é o sujeito, e não a instituição, o que enfatizando a lógica de que mudar pessoas seja mais fácil que mudar a estrutura organizacional (BARROS; GALDINO, 2020).

Outrossim, a razão pela qual a atenção plena (mindfulness, FM) demonstra afetar diretamente o indivíduo com Burnout é o fato dela agir na regulação do sistema emocional e impactar positivamente no bem-estar do indivíduo inclusive em termos biológicos. Tendo em vista que, frente a uma situação estressante o sistema é alarmado liberando uma necessidade de proteção, e o treinamento da atenção plena ajuda a ativar o sistema calmante equilibrando os pensamentos e emoções negativos. Dessa forma, o reconhecimento das próprias emoções e o controle dos estados emocionais negativos ou desagradáveis, ficam mais eficazes com essa prática (LIMA; DOLABELA, 2021)

Contudo, Latorraca *et al.* (2019) concluiu que as mudanças no ambiente laboral, como alteração na carga horária reduzem mais o estresse e são mais eficientes que qualquer tratamento psicológico. Embora relate que nenhuma das revisões forneceu evidências concretas sobre a efetividade das intervenções desta síndrome.

De modo geral, percebe-se ainda que há muita incerteza sobre os tratamentos e estratégias de prevenção eficazes e seguras para a síndrome de Burnout. Paradoxalmente é notório a necessidade de estudos focando a assistência aos trabalhadores, mas também a mudança nas organizações, processo que deve ser inserido na formação dos profissionais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, fica claro que para prevenir e tratar a SB é importante que tanto a empresa, quanto os funcionários compreendam a doença, seus reais impactos nas atividades laborais, bem como os aspectos determinantes na vida pessoal. Neste contexto, é um olhar organizacional visando mudanças que foquem em reduzir os fatores estressores, melhorando principalmente as relações humanas, a capacidade de diálogo entre a equipe e a autonomia

profissional.

No campo individual é importante realizar um diagnóstico da gravidade da Burnout, os fatores estressores laborais e extra laborais e traçar um plano de tratamento individualizado. Este pode envolver atividades de autocuidado, psicoterapias, práticas e alternativas complementares.

E fica evidente também que a SB é um transtorno grave, às vezes incapacitante que merece atenção e cuidado, inclusive por parte de poderes públicos no sentido de exigir das empresas iniciativas para oferecer uma melhor qualidade de trabalho para seus funcionários e oferta de recursos e tratamentos na rede pública para trabalhadores.

Concluimos também que a abordagem da Síndrome de Burnout nos cursos interdisciplinares é escassa, assim faz-se necessário a adição no currículo das residências multiprofissionais disciplinas que abarquem a Saúde do Trabalhador e os mecanismos de assistência, tanto para organizações quanto para trabalhadores e também estudos que abordem os resultados de tal inclusão.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, M. A. C. de; SANTOS, M. L. A. dos; SANTOS, A. M. S. Avaliação da prevalência da síndrome de Burnout em estudantes de medicina da Faculdade Pernambucana de Saúde. 2019. 23 f. Artigo (Graduação) - Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2019.

ALENCAR, B. E. R. *et al.* Understanding Burnout Syndrome mental illness: an integrative review. *Brazilian Journal of Health Review*, [s. l.], v. 5, n. 1, p. 2642–2658, 2022.

AMUTIO-KAREAGA, A. *et al.* Improving communication between physicians and their patients through mindfulness and compassion-based strategies: a narrative review. *Journal of Clinical Medicine*, [s. l.], v. 6, n. 3, p. 33, 2017.

AREOSA, J. O mundo do trabalho em (re)análise: um olhar a partir da psicodinâmica do trabalho. *Laboreal*, [s. l.], v. 15, n. 2, 2019. Doi: <https://doi.org/10.4000/laboreal.15504>.

BARROS, A. B. de; GALDINO, M. K. C. A Terapia cognitivo-comportamental e mindfulness no tratamento do transtorno de ansiedade social: um estudo de caso. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, [s. l.], v. 16, n. 2, p. 122–129, 2020.

BRACCO BRUCE, L. *et al.* Síndrome de agotamiento profesional y trabajadores penitenciarios peruanos. una mirada cualitativa a los factores institucionales y sociales. *Revista Colombiana de Psicología*, Colombia, v. 28, n. 1, p. 13–28, 2019.

CARDOSO, F. G. A reestruturação dos processos de trabalho e a ação das classes e do estado, no capitalismo. *Revista de Políticas Públicas*, Maranhão, p. 56-89, 2001.

CARDOSO, H. F. *et al.* Síndrome de burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, [s. l.], v. 17, n. 2, p. 121–128, 2017.

CARNEIRO, A. L. C. *et al.* Caracterização da Síndrome de Burnout em Policiais Militares relacionada aos riscos ocupacionais: revisão de literatura. Em: Encontro de extensão, docência e iniciação científica (EEDIC), 15, 2019. Anais [...], Quixadá, Unicatólica, 2019. p. 1–4. Disponível em: <http://webcache>.

googleusercontent.com/search?q=cache:JB2PG3R-OuYJ:publicacoesacademicas.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/eedic/article/download/3786/3253+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br. Acesso em: 26 jun. 2022.

CORDEIRO, A. M. *et al.* Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*, [s. l.], v. 34, p. 428–431, 2007.

COUTO, A. L. Plantão psicológico: uma possível intervenção na promoção da saúde mental do trabalhador. *Psicologia-O portal dos psicólogos*, Porto, v. 1, n. 1, p. 1–25, 2018.

DOMINGOS, S. F. P.; SILVA, J. C. da. Inteligências Emocionais na Prevenção e Enfrentamento à Síndrome De Burnout na Docência do Ensino Superior. *VEREDAS - Revista Interdisciplinar de Humanidades*, São Paulo, v. 3, n. 5, p. 125–149, 2020.

FERNANDES, L. S.; NITSCHKE, M. J. T.; GODOY, I. de. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva Burnout syndrome in nursing professionals from an intensive care unit. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 551–557, 2017.

LATORRACA, C. de O. C. *et al.* O que as revisões sistemáticas Cochrane dizem sobre prevenção e tratamento da síndrome de burnout e estresse no trabalho. *Diagnóstico & tratamento*, [s. l.], p. [119-125], 2019.

LIMA, S. dos S. F. de; DOLABELA, M. F. Estratégias usadas para a prevenção e tratamento da síndrome de Burnout. *Research, Society and Development*, [s. l.], v. 10, n. 5, p. e11110514500, 2021.

LIN, P.-Y. *et al.* The Interaction Effects of Burnout and Job Support on Peptic Ulcer Disease (PUD) among Firefighters and Policemen. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, [s. l.], v. 16, n. 13, p. 2369, 2019.

MELNICK, E. R.; POWSNER, S. M. Empathy in the Time of Burnout. *Mayo Clinic Proceedings*, [s. l.], v. 91, n. 12, p. 1678–1679, 2016.

MOREIRA, H. de A.; SOUZA, K. N. de; YAMAGUCHI, M. U. Síndrome de Burnout em médicos: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, Rio de Janeiro, v. 43, n. 0, 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0303-76572018000100401&lng=pt&tling=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572018000100401&lng=pt&tling=pt). Acesso em: 26 jun. 2022.

PASTURA, P. S. V. C. *et al.* Do Burnout à estratégia de grupo na perspectiva balint: experiência com residentes de pediatria de um hospital terciário. *Revista Brasileira de Educação Médica*, [s. l.], v. 43, n. 2, p. 32–39, 2019.

PIO, I. O. M. *et al.* Manifestações clínicas da síndrome de burnout em profissionais e estudantes de medicina: uma revisão bibliográfica. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, [s. l.], v. 23, p. e6517, 2021.

PROENCIO, C. C. *et al.* Síndrome de Burnout em trabalhadores da enfermagem que são estudantes da graduação. *Revista Saúde e Desenvolvimento*, [s. l.], v. 11, n. 6, p. 102–120, 2017.

PROPER, K. I.; VAN OOSTROM, S. H. The effectiveness of workplace health promotion interventions on physical and mental health outcomes – a systematic review of reviews. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, [s. l.], v. 45, n. 6, p. 546–559, 2019.

RAUDENSKÁ, J. *et al.* Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. *Best Practice & Research Clinical Anaesthesiology*, [s. l.], v. 34, n. 3, p. 553–560, 2020.

RIBEIRO, L. M.; VIEIRA, T. de A.; NAKA, K. S. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, [s. l.], v. 12, n. 11, p. e5021, 2020.

ROBERTI, B. N. *et al.* Síndrome de Burnout em trabalhadores de saúde da linha de frente durante a pandemia do COVID-19 no Brasil/ Burnout Syndrome in frontline health workers during the COVID-19 pandemic in Brazil. *Brazilian Journal of Health Review*, [s. l.], v. 4, n. 5, p. 21139–21150, 2021.

SILVA, J. L. L. da *et al.* Prevalência da Síndrome de Burnout entre trabalhadores hidroviários. *Revista Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 0, p. 26131, 2018.

SILVA, G. de N. e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 51–61, 2019.

SILVA, L. M. S. e T. de O.; MELO, T. de O.; ENETÉRIO, N. G. da P. A Resiliência no Enfrentamento da Síndrome de Burnout. Em: *Seminário de produção científica do curso de psicologia da Unievangélica*. 15, 2019. Anais [...], Anapólis: UniEvangélica, 2019.

WHO; FORUM. Preventing noncommunicable diseases in the workplace through diet and physical activity. WHO/World Economic Forum report of a joint event. Genebra: World Health Organization, 2008. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43825>. Acesso em: 26 jun. 2022.