



CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE ENFERMAGEM

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Ludiayne Moreira do Carmo

Orientador(a): Prof (a) Dra. Marina Elias Rocha

Trindade-GO

2025

CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE ENFERMAGEM

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Ludiayne Moreira do Carmo

**Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitários
Goyazes – UniGoyazes como
requisito parcial à obtenção do título
de Bacharel em Enfermagem.**

Orientador(a): Prof (a) Dra. Marina Elias Rocha

Trindade-GO

2025

Ludaiayne Moreira do Carmo

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitários
Goyazes – UniGoyazes como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharel
em Enfermagem, aprovada pela
seguinte banca examinadora:

MARINA ELIAS ROCHA

Profa. Dra. Orientadora
Centro Universitários Goyazes – UniGoyazes

TAIANA DIAS DE MATOS RIBEIRO

Profa. Interna: Me. Atenção a Saúde
Centro Universitários Goyazes – UniGoyazes

MARIANA QUEIROZ DA SILVA

Profa. Externa
Secretaria Municipal de Saúde de Trindade

Trindade-GO

2025

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Síndrome de Burnout, é uma condição marcada por exaustão física, emocional e mental devido ao estresse crônico relacionado ao trabalho, afetando a capacidade de lidar com demandas profissionais e pessoais.

OBJETIVOS: Identificar os fatores de risco que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde.

METODOLOGIA: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada por meio da busca de artigos indexados em bases de dados científicas da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS).

RESULTADOS: A alta demanda emocional, turnos exaustivos e escassez de recursos são fatores que tornam esses trabalhadores suscetíveis ao desgaste físico e emocional, afetando sua saúde e a qualidade do atendimento prestado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Com base nos resultados deste estudo, a detecção precoce da Síndrome de Burnout é essencial para viabilizar intervenções preventivas, como o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, além do suporte adequado proporcionando melhores condições de trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: Burnout; Esgotamento psicológico; Esgotamento profissional; Profissionais de enfermagem.

BURNOUT SYNDROME IN NURSING PROFESSIONALS

ABSTRACT

INTRODUCTION: Burnout Syndrome is a condition characterized by physical, emotional, and mental exhaustion due to chronic work-related stress, affecting the ability to cope with professional and personal demands.

OBJECTIVES: To identify the risk factors that contribute to the development of Burnout Syndrome in health professionals.

METHODOLOGY: This is an integrative literature review with a qualitative approach. The research was conducted by searching for articles indexed in scientific databases of the Virtual Health Library (BVS).

RESULTS: High emotional demand, exhausting shifts, and scarcity of resources are factors that make these workers susceptible to physical and emotional exhaustion, affecting their health and the quality of care provided.

FINAL CONSIDERATIONS: Based on the results of this study, early detection of Burnout Syndrome is essential to enable preventive interventions, such as work-life balance, in addition to adequate support providing better working conditions.

KEYWORDS: Burnout; Psychological exhaustion; Professional burnout; Nursing professionals.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB), também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, é um distúrbio emocional crônico relacionado ao estresse ocupacional excessivo, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Essa condição tem sido amplamente estudada e reconhecida como um problema de saúde pública, devido às suas implicações físicas e psicológicas para os profissionais afetados (Jarruche e Mucci, 2021; Brasil, 2023).

No contexto da saúde, especialmente durante a pandemia de COVID-19, os profissionais enfrentaram desafios significativos, como a sobrecarga de trabalho, a falta de recursos e a exposição constante ao sofrimento humano. Essas condições agravaram os níveis de estresse e contribuíram para o aumento de casos de Burnout entre trabalhadores da área da saúde (Ribeiro, Vieira e Naka, 2020; López-Cabarcos et al., 2021).

Os profissionais de enfermagem, essenciais no cuidado direto aos pacientes, estão entre os mais vulneráveis à Síndrome de Burnout. A alta demanda emocional, turnos exaustivos e escassez de recursos são fatores que tornam esses trabalhadores suscetíveis ao desgaste físico e emocional, afetando sua saúde e a qualidade do atendimento prestado (Rodrigues et al., 2024).

Estudos recentes destacam que o Burnout é mais prevalente entre os profissionais de enfermagem do que em outras categorias de saúde, o que reforça a necessidade de intervenções direcionadas para mitigar os fatores de risco dessa condição. Profissionais que experienciam Burnout frequentemente apresentam sintomas como ansiedade, insônia, depressão e ideação suicida. Esses impactos não se limitam aos indivíduos, mas também comprometem a eficiência e segurança do cuidado oferecido aos pacientes (Melnyk et al., 2020; Caixeta et al., 2021).

Dessa forma, este estudo busca responder à seguinte pergunta de pesquisa: quais são os principais fatores associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, e como essa condição afeta o desempenho e a qualidade de vida dos profissionais?

A justificativa para este estudo reside na necessidade de promover melhores condições de trabalho, visando à saúde mental e ao bem-estar dos profissionais. Reconhecer o Burnout como um problema de saúde pública é essencial para o desenvolvimento de políticas de prevenção e estratégias de apoio no ambiente laboral. Além disso, criar uma cultura organizacional que valorize a saúde mental pode não apenas reduzir custos para as empresas, mas também melhorar a satisfação dos trabalhadores, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

Por fim, este estudo tem como objetivo identificar os fatores de risco que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, propondo soluções e intervenções que promovam um ambiente de trabalho saudável e produtivo.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. Segundo Simões et al. (2023), a revisão integrativa da literatura permite descrever e discutir o desenvolvimento de um tema sob uma perspectiva teórica ou contextual, sem a necessidade de metodologia rigorosa para seleção e avaliação das fontes. Essa forma de revisão é essencial para sintetizar conhecimentos e fomentar novas pesquisas, especialmente em áreas que demandam adaptações culturais e teóricas.

O levantamento de conteúdo foi realizado entre agosto de 2024 a Abril de 2025, por meio da busca de artigos indexados nas seguintes bases de dados: Scielo (Scientific Eletronic Library Online), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), Google Scholar, PubMed (National Center for Biotechnology Information), Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), Revistas de Enfermagem. No Portal da Biblioteca Virtual em Saúde foram localizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde: Burnout; Esgotamento psicológico; Esgotamento profissional; Profissionais de enfermagem. Foi utilizado o operador booleano AND entre os descritores selecionados.

Os critérios de inclusão para a seleção dos conteúdos foram, artigos na

linguagem portuguesa, inglesa e espanhola. Publicados na íntegra de acordo com a temática referente à revisão integrativa, documentos, regulamentações, normativas de entidades de saúde acerca do tema, artigos, teses, e dissertações publicados nos referidos bancos de dados compreendendo os anos de 2020 a 2025.

Como critérios de exclusão, não serão considerados artigos incompletos, duplicados e não convergentes com este estudo. Não existe riscos para o desenvolvimento deste estudo, visto que, trata – se, de um estudo do tipo revisão integrativa da literatura. A análise dos dados realizou-se, por meio da categorização para melhor avaliação e análise dos estudos selecionados.

Para o levantamento dos dados foram encontrados 174 artigos científicos, indexados nas bases de dados eletrônicas acerca da tematica proposta. Portanto, apenas 98 permaneceram após a exclusão dos registros duplicados. 98 estudos foram triados, destes, 56 foram excluídos por não atender aos critérios para composição e análise deste estudo, restando 42 artigos para avaliação compreendendo os critérios de elegibilidade, destes, 20 estudos foram excluídos por apresentarem dados incompletos. Sendo a seleção final composta por 22 estudos para análise dos dados.

RESULTADOS

Tabela 1: Descrição dos artigos incluídos na revisão com identificação, objetivo, resultados e conclusão - Trindade – GO (2025).

Nº	IDENTIFICAÇÃO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÕES
01	Fatores que levam a alta incidência da síndrome de Burnout nos profissionais da enfermagem. (Vilaço et al., 2021).	Identificar os fatores que levam a alta incidência da síndrome de Burnout nos profissionais da enfermagem, bem como,	Os fatores desencadeadores do Burnout evidenciados nesse estudo foram, sobrecarga laboral, baixa remuneração, condições inadequadas de	Este estudo contribui como subsídio para futuras intervenções, com o interesse melhorar as condições de trabalho dos referidos profissionais da saúde.

		entender mecanismos fisiológicos e a atenção à saúde no contexto do enfermeiro.	trabalho, ausência de Equipamentos de Proteção Individual, ambiente de trabalho conflituoso.	
02	Síndrome de burnout: repercussões na saúde do profissional de enfermagem (Aquino; Ribeiro; Martins, 2021).	Realizar uma revisão integrativa da literatura a respeito das repercussões da síndrome de Burnout na saúde dos profissionais da enfermagem.	Os resultados mostraram que, deve haver maior compromisso de gestores e de todos no ambiente de saúde para minimizar os riscos da doença.	Conclui-se que existe a necessidade de criação e estruturação de programas que incentivem os profissionais de saúde a cuidar-se cada vez mais evitando o adoecimento no trabalho.
03	Medidas para reduzir e prevenir a síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. (Rabelo; Siqueira, 2021).	Descrever as medidas utilizadas na redução e prevenção da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.	Foram encontrados ao todo 3.457 estudos e destes selecionou-se 11. Os achados foram tanto de pesquisas que apontam meios de redução e prevenção da síndrome de Burnout.	O Burnout na equipe de enfermagem precisa ser prevenida ou reduzida, pois esta síndrome pode causar prejuízos tanto para o profissional de saúde, quanto para o paciente.
04	Sobrecarga de Trabalho dos Profissionais de Enfermagem: fatores de interface a Síndrome de Burnout.	Identificar na literatura quais fatores influenciam na sobrecarga de trabalho dos profissionais de	Possibilitou a identificação dos fatores contribuintes para a síndrome de burnout e a necessidade de realizar pesquisas	Se faz necessário maiores investimentos em estudos sobre Síndrome de Burnout, pois estratégias de intervenções devem ser elucidadas para

	(Cintra et al., 2022).	enfermagem e sua interface com a Síndrome de Burnout.	acerca de reflexões a respeito das possíveis estratégias para o enfrentamento da síndrome.	serem aplicadas numa urgência ou emergência na Saúde Pública.
05	Síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem (Santos et al., 2022).	Analisar as produções científicas disponíveis na literatura sobre incidência da Síndrome de Burnout nos profissionais da equipe de enfermagem.	O perfil dos profissionais mais acometidos pela síndrome foram os do sexo feminino, com um menor tempo de formação e menor tempo de atuação na unidade, duplo vínculo empregatício, altas demandas de trabalho com baixo controle e apoio social.	Percebe-se a necessidade de reestruturar organizações para promover diálogos entre gestores e enfermeiros, visando estratégias que melhorem a saúde dos trabalhadores.
06	A relação da Síndrome de burnout com a ausência de qualidade de vida no trabalho de enfermagem. (Barros et al., 2022).	Revisar e identificar a incidência de Síndrome de Burnout e a relação existente com o ambiente de trabalho do enfermeiro.	Dentre todas as categorias profissionais existentes atualmente, os profissionais de enfermagem apresentam um alto índice de desenvolvimento da síndrome em questão.	É crucial planejar estrategicamente para proteger enfermeiros vulneráveis, ajustando carga horária, salários, educação contínua, comunicação e recursos.
07	Síndrome de Burnout, presenteísmo e perda de	Investigar a associação entre a síndrome de Burnout, os	Trabalhadores com dois empregos, diagnóstico de ansiedade associada a	Houve associação entre a síndrome de Burnout, os aspectos ocupacionais e de

	produtividade em trabalhadores de enfermagem. (Sousa; Ribeiro; Valim, 2023).	aspectos ocupacionais e de saúde, a ocorrência do presenteísmo e a perda de produtividade em trabalhadores de enfermagem.	depressão e tabagistas foram associados a síndrome de Burnout. A síndrome também apresentou perda de produtividade geral e em todos os domínios específicos.	saúde e o presenteísmo ocasionando perda de produtividade. Compreender a amplitude desses fenômenos contribui para subsidiar estratégias eficazes que previnam este desfecho.
08	Síndrome de burnout: complicações para os profissionais da área de enfermagem (Lima et al., 2023).	Levantar informações sobre os principais fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout e sua consequência para o indivíduo, organização e sociedade.	Burnout é um problema de saúde pública que impacta enfermeiros devido à carga de trabalho excessiva, baixos salários, conflitos, desorganização, estresse e contato constante com a morte.	Conhecer esses fatores contribui para a implantação de melhoria nas condições de trabalho e diminuição do sofrimento destes trabalhadores.
09	Identificação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão literária. (Spilaris; Spilaris; Lacerda, 2023).	Identificar os principais indicadores e fatores motivadores do Burnout, bem como os métodos para	A cooperação entre profissionais de saúde, investigadores e formuladores de políticas é fundamental para enfrentar essa questão complexa e promover	A adoção de estratégias como a promoção de discussões abertas e a formação de enfermeiros líderes demonstrou ser uma abordagem eficaz para

		reconhecimento da SB.	uma cultura de cuidado e bem-estar no ambiente hospitalar e de assistência médica.	enfrentar os estressores laborais e fortalecer um ambiente mais saudável no cenário hospitalar.
10	Estratégias de enfrentamento da síndrome de burnout em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa de literatura. (Custódio et al., 2023).	Examinar a SB entre os profissionais da enfermagem, destacando suas manifestações clínicas, as causas subjacentes e os fatores de risco associados.	Os artigos revelaram que não há discriminação no que se refere à idade e a especificidade do trabalho. Ademais, a carga excessiva de trabalho se mostrou como um fator de risco para o desencadeamento de burnout.	As demandas físicas e emocionais específicas do trabalho dos profissionais impactam negativamente em sua saúde mental e, portanto, torna-se necessário a implementação de programas de apoio psicológico e a revisão das cargas de trabalho dos enfermeiros.
11	Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. (Rodrigues et al., 2024).	Identificar os índices e fatores associados à síndrome de burnout em enfermeiros atuantes em instituições de saúde brasileiras.	A síndrome de burnout é marcada por alta exaustão emocional e despersonalização entre enfermeiros, influenciada por condições de trabalho, como carga horária excessiva, múltiplos vínculos, falta de suporte e demandas psicológicas elevadas.	A revisão revela alta prevalência de burnout entre enfermeiros, reforçando a necessidade de diagnóstico situacional, redução de fatores de risco e melhoria nas condições de trabalho para um ambiente mais saudável.

12	Não deixe para amanhã: O papel da terapia cognitiva comportamental no tratamento da síndrome de burnout. (Alves; Souza; Vinhal, 2024).	Analisar as contribuições da Terapia Cognitiva Comportamental no tratamento da Síndrome de Burnout.	Sintomas como exaustão, despersonalização e baixa eficácia podem ser aliviados com programas empresariais que utilizam técnicas cognitivas e comportamentais.	É necessário que as empresas/instituições implementam programas que tragam resultados positivos para a qualidade de vida dos colaboradores.
13	Burnout: uma revisão dos fatores de risco e manifestações clínicas na atualidade. (Lobo et al., 2024).	Revisar estudos recentes para identificar fatores de risco e manifestações clínicas da síndrome de Burnout em diferentes profissões.	Os fatores de risco incluem distância da família, carga horária alta e imprevisível, assédio moral, falta de atividade física, recursos insuficientes, dificuldade emocional e engajamento excessivo no trabalho.	O manejo do burnout abrange terapia cognitivo-comportamental, exercícios físicos, autoconhecimento, apoio social e reorganização do trabalho como política pública.
14	Os impactos da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma análise dos desafios e estratégias de enfrentamento. (Paixão et al., 2025).	Investigar a prevalência, fatores de risco e impacto do burnout para compreender suas implicações e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção.	A investigação revelou um cenário preocupante, com carga de trabalho excessiva, falta de suporte organizacional e condições de trabalho adversas como principais fatores de risco.	A pesquisa destaca a urgência de intervenções para prevenir o Burnout, promovendo apoio aos enfermeiros e garantindo qualidade no cuidado aos pacientes.

15	Burnout em profissionais que trabalham em escala de turno. (Machado; Reis, 2025).	Fornecer uma atualização dos resultados que relacionam a Síndrome de Burnout e o trabalho em escala de turno por meio de uma revisão de literatura.	Participantes com média de 38 anos, 69% mulheres, apresentaram níveis moderados a altos de Burnout em 50% dos trabalhadores, incluindo 33% com despersonalização, 44% sem realização pessoal e 44% com exaustão emocional.	A elevada prevalência de Síndrome de Burnout torna essencial que as organizações reconheçam a importância do bem-estar dos seus funcionários e adotem medidas eficazes para prevenir e tratar a exaustão profissional.
16	Síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem: implicações para gestão dos serviços de saúde. (Santos; Gomes, 2025).	Avaliar a prevalência da síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem no Brasil, identificar os fatores associados e discutir as implicações para a gestão dos serviços de saúde.	A síndrome de burnout prejudica a qualidade de vida dos profissionais e a assistência aos pacientes, demandando uma abordagem sistemática e estruturada como questão de saúde pública.	A ausência de reconhecimento profissional, longas jornadas de trabalho e a falta de apoio institucional são fatores críticos associados à síndrome de burnout.
17	Fatores associados ao Burnout em profissionais de saúde e intervenções possíveis.	Analisar os fatores associados ao Burnout em profissionais de saúde e	Os resultados revelaram que o Burnout é amplamente associado a fatores organizacionais, como sobrecarga de	O enfrentamento do Burnout exige uma abordagem multidimensional, combinando políticas públicas robustas,

	(Tannús et al., 2025).	identificar intervenções possíveis para mitigar seus impactos.	trabalho, ausência de suporte institucional e jornadas exaustivas, além de aspectos individuais, como perfeccionismo e baixa resiliência.	ações organizacionais eficazes e suporte individual, com vistas a promover um ambiente de trabalho saudável e sustentável.
18	Esgotamento profissional e suas implicações nos profissionais de enfermagem. (Duarte et al, 2025).	Buscar na literatura estudos que corroboram para o crescimento do esgotamento profissional e como isso afeta os profissionais de enfermagem.	Ressalta o ambiente hostil que contribui para exaustão crônica, distanciamento e perda de confiança no trabalho, gerando sentimentos negativos e frustrantes.	reforça que a insatisfação salarial e profissional, o sofrimento mental está crescendo a cada novo estudo, instigando o novo olhar direcionado a satisfação do trabalhador da enfermagem.
19	O afastamento do trabalho dos profissionais de enfermagem associado aos Transtornos Mentais e Comportamentais. (Conceição, 2025).	O objetivo é identificar fatores de risco e TMCs que levam ao afastamento de enfermeiros, analisando o perfil sociodemográfico e os riscos do ambiente de trabalho.	A análise de 28 estudos resultou em três categorias: principais TMCs causadores de afastamento, perfil sociodemográfico e ocupacional dos afastados, e fatores de risco no ambiente de trabalho.	As instituições de saúde devem prevenir danos físicos e psíquicos aos enfermeiros, criando um ambiente saudável e adotando abordagens inovadoras que reconheçam sua vulnerabilidade como base dos sistemas de saúde.
20	Desafios ocultos da síndrome de	Identificar as evidências	Fatores como sobrecarga de	O reconhecimento precoce dos fatores de

	burnout em profissionais de enfermagem no brasil: fatores de risco e impactos – uma revisão integrativa da literatura. (Teixeira et al, 2025).	científicas nacionais de 2019 a 2023 sobre fatores de risco e impactos da Síndrome de Burnout em enfermeiros no Brasil.	trabalho, falta de apoio emocional, condições organizacionais inadequadas e a falta de reconhecimento profissional são significativos para o desenvolvimento da SB entre os profissionais de enfermagem.	risco e a implementação de estratégias de apoio psicológico, bem como a melhoria das condições de trabalho para prevenir o surgimento da SB.
21	Burnout na Enfermagem: Fatores de Risco, Impactos e Estratégias de Enfrentamento. (Leite et al, 2025).	Analisar as evidências científicas sobre fatores de risco, consequências e estratégias de enfrentamento do Burnout na enfermagem.	Sobrecarga laboral e falta de suporte organizacional geram exaustão, ansiedade e insônia. Suporte social e treinamento emocional ajudam a reduzir os impactos.	O Burnout é um desafio global na enfermagem, exigindo medidas organizacionais e individuais para melhorar a saúde, qualidade de vida e cuidado nos sistemas de saúde.
22	Impacto do burnout nos profissionais de saúde: desafios e soluções em ambientes de alta demanda. (Nascimento et al., 2025).	Analisar a saúde mental e a Síndrome de Burnout (SB) em profissionais da área da saúde.	Mais de 50% dos médicos e enfermeiros apresentam sintomas de SB, caracterizada como uma desordem decorrente de fatores estressantes crônicos associados às altas demandas do ambiente de trabalho.	A saúde mental dos profissionais de saúde afeta diretamente tanto suas vidas pessoais quanto o desempenho laboral, resultando em redução de produtividade e aumento de erros médicos.

Fonte: Autora (2025).

A Síndrome de Burnout compreende uma condição amplamente difundida entre os profissionais de enfermagem, reflete-se como uma resposta crônica ao estresse ocupacional. De acordo com Vilaço et al. (2021), fatores como sobrecarga laboral, baixa remuneração e a ausência de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) emergem como fatores desencadeadores dessa síndrome. Esses resultados destacam a importância de intervenções para melhorar as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem.

De acordo com Aquino, Ribeiro e Martins (2021), é indispensável que gestores e organizações estruturem programas preventivos, capazes de encorajar o cuidado com a saúde mental dos profissionais. Adicionalmente, Rabelo e Siqueira (2021) evidenciam que estratégias de prevenção, como a criação de espaços de diálogo e suporte, são fundamentais para mitigar os impactos do Burnout tanto na saúde dos profissionais quanto na assistência aos pacientes.

Pesquisas realizadas por Cintra et al. (2022) sinalizam que os profissionais mais afetados pela síndrome são aqueles submetidos à sobrecarga de trabalho e com múltiplos vínculos empregatícios. Esses achados são corroborados por Santos et al. (2022), que identificaram que mulheres com menor tempo de formação estão entre os grupos mais vulneráveis, o que reforça a necessidade de reestruturação organizacional.

Além disso, a revisão conduzida por Barros et al. (2022) destaca a relação entre a baixa qualidade de vida no trabalho e os altos índices de Burnout entre enfermeiros, ressaltando a urgência de políticas públicas direcionadas à saúde mental dos trabalhadores. Sousa, Ribeiro e Valim (2023) enfatizam ainda que o presenteísmo e a perda de produtividade estão intrinsicamente ligados à presença de Burnout, tornando essencial a adoção de estratégias organizacionais e individuais para minimizar esses efeitos.

Ao analisar as complicações da síndrome, Lima et al. (2023) identificaram que jornadas de trabalho excessivas e conflitos no ambiente

laboral são fatores críticos, enquanto Spilaris, Spilaris e Lacerda (2023) apontaram a promoção de lideranças colaborativas como uma solução eficaz para enfrentar os desafios impostos pelo Burnout.

Estratégias adicionais, como programas de apoio psicológico e revisão de carga horária, foram defendidas por Custódio et al. (2023), enquanto Rodrigues et al. (2024) destacam a importância de investigações contínuas sobre a eficácia de diferentes estratégias para melhorar as condições de trabalho.

Por sua vez, Alves, Souza e Vinhal (2024) ressaltaram a utilidade de abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental para tratar sintomas de Burnout, enquanto Lobo et al. (2024) reforçam a importância de atividades físicas e intervenções psicoeducativas. Em relação às condições organizacionais, Paixão et al. (2025) argumentam que a implementação de medidas preventivas pode ser decisiva para promover um ambiente de trabalho colaborativo e saudável.

De maneira complementar, Machado e Reis (2025) observaram altos índices de exaustão emocional em trabalhadores em escala de turnos, recomendando a elaboração de políticas voltadas ao bem-estar dos profissionais. Já Santos e Gomes (2025) relacionaram a ausência de reconhecimento profissional e jornadas extenuantes à prevalência do Burnout, evidenciando a necessidade de mudanças sistemáticas nas organizações.

Estudos como os de Tannús et al. (2025) reforçam a importância de estratégias multidimensionais, combinando políticas públicas e suporte organizacional, enquanto Duarte et al. (2025) destacam os crescentes desafios enfrentados pelos enfermeiros em ambientes de alta demanda.

Por fim, Teixeira et al. (2025), Leite et al. (2025) e Nascimento et al. (2025) chamam atenção para o impacto do Burnout na saúde mental e na produtividade, sugerindo a necessidade de intervenções que promovam a valorização do profissional e a reestruturação do ambiente laboral como medidas centrais para reduzir os impactos dessa síndrome.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou investigar os fatores de risco associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, bem como o impacto dessa condição na qualidade de vida e no desempenho profissional. Por meio da revisão integrativa da literatura, foi possível evidenciar que o Burnout é uma condição multifatorial, diretamente ligada à carga de trabalho excessiva, falta de apoio institucional e a pressão contínua no ambiente profissional.

Os achados confirmam a relevância de abordar a saúde mental no âmbito laboral, especialmente para profissionais de saúde que enfrentam desafios únicos, como a exposição ao sofrimento humano, decisões clínicas complexas e as limitações estruturais em seus locais de trabalho. Durante a pandemia de COVID-19, esses fatores foram ainda mais intensificados, demonstrando a urgência de implementar medidas preventivas e de suporte.

Para combater o Burnout, é indispensável a promoção de um ambiente de trabalho saudável, que inclua políticas organizacionais voltadas à redução do estresse ocupacional, à valorização da saúde mental e ao fortalecimento do apoio institucional. Investir na prevenção e no tratamento da síndrome pode reduzir os impactos negativos, como o absenteísmo, a baixa produtividade e os prejuízos à saúde física e mental dos trabalhadores.

Este estudo contribui para reforçar o entendimento sobre o Burnout como um problema de saúde pública, que demanda atenção tanto das instituições quanto dos próprios profissionais. Também aponta para a necessidade de mais pesquisas, a fim de aprofundar o conhecimento sobre estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

Por fim, espera-se que as informações apresentadas ao longo deste trabalho sirvam como base para a elaboração de ações que visem melhorar a qualidade de vida dos profissionais de saúde, garantindo não apenas seu bem-estar, mas também a excelência na prestação de cuidados à população.

REFERÊNCIAS

ALVES, J.; SOUZA, L.; VINHAL, F. Não deixe para amanhã: o papel da terapia cognitiva comportamental no tratamento da síndrome de burnout. **Rev. REAL**, [s. l.], v. 3, n. 2, 2024. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/view/6207/3810> Acesso em: 9 abr. 2025.

AQUINO, L. S.; RIBEIRO, I. S.; MARTINS, W. Síndrome de burnout: repercussões na saúde do profissional de enfermagem. **Bol. Conjunt. (BOCA)**, [s. l.], v. 6, n. 16, p. 44–57, 2021. Disponível em: <https://zenodo.org/records/4699080> Acesso em: 9 abr. 2025.

BARROS, E. J. S.; BARBOSA, V. L. R. S.; SOARES, E. F. G. A relação da síndrome de burnout com a ausência de qualidade de vida no trabalho de enfermagem. **Rev. Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 2, p. e9483, 5 fev. 2022. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9483> Acesso em: 9 abr. 2025.

CINTRA, S. M.; OLIVEIRA, B. A. S.; ARAÚJO, L. S. A.; SANTOS, J. V. A.; SILVA, M. E. C.; CARDOSO, G. M. P. Sobrecarga de trabalho dos profissionais de enfermagem: fatores de interface à síndrome de burnout. **Pesq. Soc. Desenvolv.**, [s. l.], v. 3, p. e36411326699, 2022. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/26699>>. Acesso em: 9 abr. 2025.

CONCEIÇÃO, M. S. O afastamento do trabalho dos profissionais de enfermagem associado aos transtornos mentais e comportamentais. **Multitemas**, [s. l.], v. 30, n. 74, p. 111–126, 2025. Disponível em: <https://www.multitemas.ucdb.br/multitemas/article/view/4108> Acesso em: 9 abr. 2025.

CUSTÓDIO, A. A.; SILVA, G. I. B.; SILVA, K. A.; RODRIGUES, M. C. S.; CORTEZ, E. N. Estratégias de enfrentamento da síndrome de burnout em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa de literatura. **Rev. Ibero-Am. Humanid. Ciênc. Educ.**, [s. l.], v. 9, n. 10, p. 6430–6445, 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12248> Acesso em: 9 abr. 2025.

DUARTE, O. A.; SILVA, H. E. O.; BENEDITO, M. H. A.; LEONEL, A. C. G.; SIDRIM, A. C. Esgotamento profissional e suas implicações nos profissionais de enfermagem. **Rev. Contemp.**, [s. l.], v. 5, n. 1, p. e7200, 2025. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/7200> Acesso em: 9 abr. 2025.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética (Impressa)**, Brasília, v. 29, n. 1, 5 abr. 2021. Disponível em: https://revistabioetica.cfm.org.br/revista_bioetica/article/view/2368 Acesso em: 9 abr. 2025.

LEITE, M.Z.; SOUZA, A.P.; BORILLE, D.C.; BRAUN, L. A.; OLIVEIRA, R.S. Burnout na enfermagem: fatores de risco, impactos e estratégias de enfrentamento. **Nursing Ed. Bras.**, [s. l.], v. 29, n. 320, p. 10461–10468, 2025. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3294> Acesso em: 9 abr. 2025.

LIMA, S. D. S.; MOREIRA, T. de O.; OLIVEIRA, P. M.; GALLERT, D. D. B. Síndrome de Burnout: Complicações Para os Profissionais de Área de Enfermagem. **Epitaya E-books**, [S. l.], v. 1, n. 31, p. 184-193, 2023. Disponível em: <https://portal.epitaya.com.br/index.php/ebooks/article/view/683> Acesso em: 9 abr. 2025.

LOBO, M. M. M.; ANHOLETI, F. R.; LIMA, A. K. S.; SILVA, S. S. C.; DA SILVA, E. R.; ZANONI, L. C.; FONSECA, G. B.; GONÇALVES, M. B.; DE SOUZA, I. P. F.; NETTO, P. F. B.; RANGEL, M. G. G. Burnout: uma revisão dos fatores de risco e manifestações clínicas na atualidade. **Rev. VIXScience**, [s. l.], v. 4, n. 2, p. 37–45, jul./dez. 2024. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/2654> Acesso em: 9 abr. 2025.

LÓPEZ-CABARCOS, A.; LÓPEZ-CARBALLEIRA, A.; SOTO, C. F. How to moderate emotional exhaustion among public healthcare professionals? **European Research on Management and Business Economics**, v. 27, n. 2, 2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/349881163> How to moderate emotional exhaustion among public healthcare professionals Acesso em: 9 abr. 2025.

MACHADO, J. F. P.; REIS, E. J. F. B. dos. Burnout em profissionais que trabalham em escala de turno. **Rev. Remecs - Rev. Multidiscip. Estud. Científic. Saúde**, [s. l.], v. 10, n. 16, p. 48–63, 2025. Disponível em: <https://revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/1847> Acesso em: 9 abr. 2025.

NASCIMENTO, M.; AZEVEDO, T. S.; SILVA, A. P. S.; RIBEIRO, R. N.; CAMPOS, A. G.; SOUZA, F. A.; LOBO, G. F.; RIBEIRO, M. A. M.; GONÇALVES, L. S.; NASCIMENTO, C. C.; MARIANO, L. S. L.; SANTOS, T. F. Impacto do burnout nos profissionais de saúde: desafios e soluções em ambientes de alta demanda. **Braz. J. Implantol. Health Sci.**, [s. l.], v. 7, n. 1, p. 154–163, 2025. Disponível em: <https://bjihhs.emnuvens.com.br/bjihhs/article/view/4860> Acesso em: 9 abr. 2025.

PAIXÃO, I. M. da; SOUZA, C. L. G. de A.; SOUSA JUNIOR, V. R. de; MAMEDE, I. A. da S.; SILVA, V. F. da; SILVA, L. M. S. e; ESTUMANO, D. P. Os impactos da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma análise dos desafios e estratégias de enfrentamento. **Rev. Ibero-Am. Humanid. Ciênc. Educ.**, [s. l.], v. 11, n. 3, p. 611–633, 2025. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/16793> Acesso em: 9 abr. 2025.

RABELO, L. M.; SIQUEIRA, A. K. A. Medidas para reduzir e prevenir a síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. **Rev. Liberum Accessum**, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 10–19, set. 2021. Disponível em: <<https://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/view/111>>. Acesso em: 9 abr. 2025.

RIBEIRO, L. M.; VIEIRA, T. A.; NAKA, K. S. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia de Covid-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 11, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/5021/3280> Acesso em: 9 abr. 2025.

RODRIGUES, L. M.; SILVA, L. C.; BARROSO, S. M.; NASCIMENTO, L. C. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev. Bras. Prom. Saúde**, [s. l.], v. 37, p. 1–15, 2024. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/14559> Acesso em: 9 abr. 2025.

SANTOS, B. L.; CHAVES, A. F.; VERAS, V. S.; SOUSA, L. B.; FROTA, N. M.; NOGUEIRA, D. M. Síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem. **Enferm. Foco**, [s. l.], v. 13, e-202240ESP1, 2022. Disponível em: https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-13-spe1-e-202240spe1/2357-707X-enfoco-13-spe1-e-202240spe1.pdf Acesso em: 9 abr. 2025.

SANTOS, J.; DE SOUZA GOMES, S. Síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem: implicações para gestão dos serviços de saúde. **Rev. Multidiscip. Nord. Mineiro**, [s. l.], v. 2, n. 01, p. 1–37, 2025. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/3462> Acesso em: 9 abr. 2025.

SIMÕES, E. D.; TROMBINI-FRICK, L.; PRIOLO-FILHO, S. R.; CORTEZ, P. A. Revisão narrativa de literatura dos instrumentos de empatia utilizados no Brasil e na América Latina. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 19, n. 2, jul./dez. 2023. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872023000200202 Acesso em: 30 mar. 2025.

SOUSA, R. M.; RIBEIRO, A. C.; VALIM, M. D. Síndrome de burnout, presenteísmo e perda de produtividade em trabalhadores de enfermagem. **Rev. Enferm. Referência**, [s. l.], v. 2, p. 1–10, 2023. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/referencia/article/view/32878> Acesso em: 9 abr. 2025.

SPILARIS, C. T.; SPILARIS, C. R. T.; LACERDA, L. V. Identificação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão literária. **Cad. Camilliani**, [s. l.], v. 20, n. 4, p. 144–160, fev. 2024. ISSN: 2594-9640. Disponível em: <https://www.saocamiloes.br/revista/index.php/cadernoscamilliani/article/view/607> Acesso em: 9 abr. 2025.

TANNÚS, S. F.; DUARTE, T. T. de O. V.; ALENCAR, A. de S.; GONÇALVES, M. B. F.; SOARES, M. de A.; DONADAI, K. C. E. de V.; SILVA, V. C. V. da; FONSECA, L. de C. T. da. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde e intervenções possíveis. **Cuad. Educ. Desarro.**, [s. l.], v. 17, n. 3, p. e7710, 2025. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/7710> Acesso em: 9 abr. 2025.

TEIXEIRA, H. C. et al. Desafios ocultos da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no Brasil: fatores de risco e impactos – uma revisão integrativa da literatura (RIL). **Aracê**, [s. l.], v. 1, p. 96–109, 2025. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/2654> Acesso em: 9 abr. 2025.

VILAÇO, R. L. B.; GONÇALVES, D.; SILVA, V. F.; VETORAZO, J. V. P. Fatores que levam a alta incidência da síndrome de burnout nos profissionais da enfermagem. **Rev. Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 12, p. e7894, 7 jul. 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/7894> Acesso em: 9 abr. 2025.