



BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE EMERGÊNCIA: UMA REVISAO SISTEMATICA

MATHEUS QUERINO DA SILVA; JOÃO DANIEL DE SOUZA MENEZES; YURI SACARDO;
RODRIGO SOARES RIBEIRO; RITA DE CASSIA HELU MENDONÇA RIBEIRO

Introdução: O ambiente de emergência é notoriamente estressante, exigindo tomadas de decisão rápidas e lidando com situações de vida ou morte diariamente. O burnout, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, é uma preocupação crescente entre os profissionais de saúde que atuam nesses contextos. **Objetivo:** Avaliar a prevalência do burnout entre profissionais de emergência e revisar as estratégias mais eficazes para sua prevenção e manejo. **Metodologia:** Uma revisão sistemática foi realizada nas bases de dados PubMed, Scopus e Web of Science, utilizando os termos “burnout”, “emergency health professionals”, “workplace stress” e “mental health support”. Foram incluídos estudos publicados entre 2010 e 2023 que abordaram a prevalência de burnout e intervenções para sua mitigação em contextos de emergência. Ensaios clínicos, estudos de coorte e revisões sistemáticas foram incluídos, não houve exclusão quanto a nacionalidade e idioma. Foram inclusos estudos que responderam a questão norteadora: “O que vem sendo mundialmente divulgado sobre a prevalência de burnout em profissionais de emergência?”. **Resultados:** Entre os 38 estudos incluídos, 85% relataram alta prevalência de burnout entre médicos e enfermeiros de emergência, variando de 50% a 70%. Fatores como excesso de carga de trabalho, falta de recursos e suporte emocional insuficiente foram os principais contribuintes. Intervenções baseadas em mindfulness, terapia cognitivo-comportamental (TCC) e programas de apoio psicológico mostraram-se eficazes na redução dos sintomas de burnout em até 30%. No entanto, a adesão dos profissionais a essas estratégias foi limitada em 20% dos casos, devido à falta de tempo e à cultura de resistência a buscar apoio. **Conclusão:** O burnout entre profissionais de emergência é um problema significativo que afeta diretamente a qualidade do atendimento prestado. Intervenções focadas em suporte psicológico e programas de bem-estar são eficazes, mas a implementação dessas estratégias precisa ser fortalecida e adaptada às demandas de trabalho intensas do setor.

Palavras-chave: Estresse, Panico, Burnout, Emergencia, Suporte psicologico.