



SÍNDROME DE BURNOUT: FATORES ASSOCIADOS A PROFISSIONAIS DE SAÚDE EM HOSPITAIS PÚBLICOS DO BRASIL

NAYRIANE LINS CRUZ PARISOTTO; ROSANE MENEZES DE ANDRADE;
ANDRESSA MARQUES SILVA

RESUMO

A Síndrome de Burnout (SB) é um distúrbio ocupacional que afeta profissionais de saúde devido à sobrecarga de trabalho, condições precárias e alta exigência emocional. Esse esgotamento pode comprometer a qualidade da assistência prestada e a saúde mental dos trabalhadores. O presente estudo tem como objetivo identificar os fatores associados à SB em profissionais de saúde em hospitais públicos do Brasil. Trata-se de uma revisão de literatura baseada em artigos publicados entre 2002 e 2024, selecionados nas bases de dados SciELO e BVS. Foram analisados estudos que abordam prevalência, causas, sintomas e medidas preventivas relacionadas à síndrome. Os resultados indicam alta prevalência da SB, especialmente entre enfermeiros e técnicos de enfermagem, devido a fatores como longas jornadas de trabalho, baixa remuneração, carga emocional elevada e falta de suporte institucional. Os sintomas mais comuns incluem exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, o que pode levar a problemas físicos, psicológicos e comportamentais, como insônia, irritabilidade, isolamento social e aumento do risco de erros médicos. O estudo reforça a importância do reconhecimento precoce da SB, bem como a necessidade de estratégias institucionais, como melhoria das condições de trabalho, apoio psicológico e capacitação profissional, a fim de minimizar seus impactos e promover um ambiente de trabalho mais saudável. Conclui-se que investir na saúde mental dos profissionais beneficia tanto os trabalhadores quanto a qualidade da assistência prestada aos pacientes.

Palavras-chave: Exaustão; Estresse; Diagnóstico

1 INTRODUÇÃO

Os profissionais de saúde enfrentam diversos riscos ocupacionais, incluindo fatores psicossociais, biológicos e organizacionais. Entre esses, destacam-se a sobrecarga de trabalho, a falta de capacitação, condições precárias e número insuficiente de trabalhadores, fatores que impactam negativamente a qualidade do atendimento e a saúde mental dos profissionais (ROHWEDDER; LEANDRO; MININEL, 2023). Além disso, a alta exigência emocional e a pressão constante no ambiente hospitalar aumentam a vulnerabilidade desses profissionais ao estresse crônico e ao esgotamento físico e mental.

A Síndrome de Burnout (SB), descrita por Freudenberg na década de 1970 e aprofundada por Maslach e Leiter, é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Essa condição afeta especialmente trabalhadores expostos a intensas demandas emocionais, como os da área da saúde, e está associada a elevados níveis de estresse e esgotamento ocupacional (NASCIMENTO; JESUS; GARCIA, 2024; FERRAZ et al., 2023). Profissionais que trabalham longas jornadas, enfrentam alta pressão no atendimento e lidam diretamente com o sofrimento dos pacientes apresentam maior risco de desenvolver a síndrome, prejudicando sua qualidade de vida e o desempenho profissional.

Estudos indicam que a SB pode levar a problemas cardiovasculares, transtornos mentais e doenças crônicas não transmissíveis, além de comprometer a qualidade do

atendimento prestado (SANTOS et al., 2024). A pandemia de COVID-19 agravou ainda mais essa situação, aumentando a carga de trabalho e os riscos de adoecimento psíquico entre os profissionais de saúde (FERRAZ et al., 2023). Além disso, a falta de políticas institucionais eficazes de apoio e prevenção contribui para o agravamento do problema, tornando essencial a implementação de medidas voltadas para a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho.

Diante desse contexto, este estudo tem como objetivo identificar os fatores associados à Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes em hospitais públicos do Brasil, contribuindo para a compreensão do problema e possibilitando a adoção de estratégias de prevenção e mitigação. Ao compreender os aspectos que influenciam o desenvolvimento da síndrome, espera-se fornecer subsídios para intervenções que possam minimizar seus impactos e promover um ambiente de trabalho mais saudável e equilibrado para os profissionais de saúde.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão de literatura bibliográfica, de abordagem quantitativa, cujo objetivo foi identificar e analisar os principais fatores associados à Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. A coleta de dados foi realizada em bases científicas reconhecidas, como a Scientific Electronic Library Online (SciELO) e a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), abrangendo publicações no período de 2002 a 2024. Para a busca, foram utilizadas as palavras-chave “burnout”, “profissionais de saúde” e “fatores”, resultando na identificação inicial de 307 artigos.

Para garantir a relevância e qualidade dos estudos incluídos, foram adotados critérios de seleção específicos. Foram considerados apenas artigos publicados em português, inglês e espanhol, que abordassem diretamente a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde, incluindo fatores desencadeantes, consequências, diagnóstico e estratégias de tratamento. Além disso, foram priorizados estudos de revisão sistemática, meta-análises e pesquisas empíricas que apresentassem metodologia rigorosa e dados estatísticos consistentes.

A revisão foi conduzida entre outubro e novembro de 2024, com a análise criteriosa dos títulos e resumos dos artigos identificados. Após essa triagem inicial, 67 estudos foram selecionados para leitura integral, dos quais apenas 32 atenderam plenamente aos critérios de inclusão e foram utilizados como base para a construção deste trabalho. Esses artigos forneceram embasamento teórico e estatístico para a compreensão aprofundada da Síndrome de Burnout, contribuindo para a formulação de estratégias de prevenção e mitigação voltadas para os profissionais de saúde.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Burnout entre profissionais de saúde representa uma questão preocupante, especialmente para aqueles que atuam em hospitais públicos, onde a exposição a estressores ocupacionais é intensa (Barbosa et al., 2010). Essa condição afeta diretamente o bem-estar desses trabalhadores e pode comprometer a qualidade da assistência prestada aos pacientes e à rede de saúde como um todo.

A rotina dos profissionais de saúde envolve contato constante com doenças e óbitos, exigindo preparo emocional para lidar com sofrimento, tristeza e tensões diárias. Esse cenário contribui significativamente para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SB), tornando os profissionais dessa área um grupo de risco elevado para essa condição (Barbosa et al., 2010). Entre os mais afetados estão enfermeiros, cirurgiões, médicos internos, psiquiatras e oncologistas. No caso dos oncologistas, a alta incidência de óbitos entre seus pacientes e a necessidade de comunicar más notícias aumentam os níveis de estresse e a sensação de impotência (Silveira, 2016).

A enfermagem, classificada como a quarta profissão mais estressante do setor público, enfrenta desafios como excesso de atividades, falta de reconhecimento e carga emocional elevada. Baixos salários frequentemente levam os profissionais a acumularem múltiplos vínculos empregatícios, o que resulta em jornadas extensas e exaustivas, contribuindo para o desenvolvimento da SB (Carvalho; Magalhães, 2011). Estudos apontam que os técnicos de enfermagem são os mais afetados (61,7%), seguidos pelos enfermeiros (21,3%) e auxiliares de enfermagem (17%) (França; Ferrari, 2012). A pouca autonomia e a necessidade de constante autorização para tomada de decisões são fatores que podem aumentar a frustração profissional e contribuir para o desenvolvimento da síndrome (Silva Et Al., 2008).

Além disso, a SB apresenta maior incidência entre profissionais jovens, especialmente aqueles com menos de 30 anos. A falta de experiência profissional e a insegurança na tomada de decisões são fatores que podem agravar os níveis de estresse e contribuir para a manifestação da síndrome (França Et Al., 2012). A predominância de casos entre profissionais do sexo feminino também é destacada, pois as mulheres apresentam escores mais elevados de estresse, o que as torna mais suscetíveis à exaustão emocional (Souza; Silva, 2002).

Os impactos da SB vão além do bem-estar emocional, afetando também a saúde física dos profissionais acometidos. Insônia, úlceras, cefaleia, tensão muscular, fadiga crônica e problemas cardiovasculares estão entre as principais manifestações físicas da síndrome (Carvalho; Magalhães, 2011). Outros sintomas incluem distúrbios gastrointestinais, respiratórios, alergias, alopecia e resfriados frequentes (Silveira, 2016). Além disso, a perda de concentração, a baixa autoestima e a sensação de isolamento social também são comuns (Falce Et Al., 2023).

A SB impacta negativamente o envolvimento dos profissionais com o trabalho, reduzindo seu comprometimento e transformando suas atividades em mera obrigação contratual (Carvalho; Magalhães, 2011). Como as causas e manifestações da síndrome variam de acordo com as características individuais e as condições de trabalho, nem todos os profissionais afetados apresentarão os mesmos sintomas ou reações (Carvalho; Magalhães, 2011).

A prevenção e o combate à SB exigem o reconhecimento dos próprios limites pelos profissionais e a adoção de hábitos que promovam o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Medidas como respeitar a carga horária, evitar acúmulo excessivo de funções e priorizar momentos de lazer são essenciais para minimizar o impacto da síndrome. Além disso, a implementação de políticas institucionais voltadas para a valorização e o bem-estar dos trabalhadores, como adequações nos planos de cargos e salários, suporte psicológico e melhoria das condições laborais, são estratégias fundamentais para a mitigação desse problema (Brito, 2014).

4 CONCLUSÃO

Os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde aumentam diariamente. Nem todos conseguem lidar com as exigências do trabalho. Como consequência, muitos desenvolvem sintomas da Síndrome de Burnout (SB). Essa doença ocupacional afeta trabalhadores que lidam diretamente com pacientes, impactando sua saúde física e mental.

A SB não surge apenas pelo contato com o paciente. Pressões laborais, falta de recursos, longas jornadas, ausência de apoio e estresse constante são fatores que contribuem para seu desenvolvimento. A exaustão emocional se torna uma barreira na rotina desses profissionais, prejudicando seu desempenho e qualidade de vida.

Diante desse quadro, muitos profissionais acabam se afastando de suas funções. Aqueles que continuam no trabalho, muitas vezes, não conseguem oferecer um atendimento de qualidade. Isso pode resultar em erros graves, afetando tanto os trabalhadores quanto os

pacientes. O conhecimento sobre os fatores de risco e os sintomas da SB permite um diagnóstico precoce. Isso possibilita a adoção de medidas preventivas e corretivas pelas instituições de saúde.

É essencial que os gestores reconheçam a gravidade do problema. Estratégias eficazes devem ser implementadas para prevenir e tratar a SB. Criar um ambiente de trabalho mais saudável e humanizado é fundamental. Isso garantirá o bem-estar físico e mental dos profissionais, refletindo diretamente na qualidade da assistência prestada à população.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, D. Síndrome de burnout: correlação com a enfermagem - revisão da literatura. 2010.

BRITO, L. C. Síndrome de Burnout e abordagem biopsicossocial de qualidade de vida no trabalho: um estudo na região Sul do Brasil. XV Semead, Anais-outubro de, 2014.

CARVALHO, C. G.; MAGALHÃES, S. R. Síndrome de burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem. Revista Universidade Vale do Rio Verde, v. 9, n. 1, p. 200-210, 2011.

FALCE, J. L. L. et al. Influence of burnout on the organizational commitment of healthcare professionals. Revista de Administração de Empresas, v. 63, n. 3, p. e2021–0303, 2002.

FERRAZ, J. A. DA C. et al. Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout em profissionais da saúde indígena no Brasil. Ciência & Saúde Coletiva, v. 28, n. 1, p. 93–106, jan. 2023.

FRANÇA, F. M. DE.; FERRARI, R. Síndrome de Burnout e os aspectos socioeconômicos em profissionais de enfermagem. Acta Paulista de Enfermagem, v. 25, n. 5, p. 743–748, 2012.

NASCIMENTO, R.; JESUS, K. A. DE.; GARCIA, O. R. Z. Síndrome de burnout em residentes de ginecologia e obstetrícia de uma maternidade-escola. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 48, n. 2, p. e042, 2024.

ROHWEDDER, L. S. et al. Associação entre comportamentos ofensivos e risco de burnout e depressão em trabalhadores da saúde. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 31, p. e3986, jan. 2023.

SANTOS, C. C. DE A. et al. Avaliação dos aspectos psicossociais do trabalho no Brasil no contexto da saúde do trabalhador: uma revisão de escopo. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 49, p. e9, 2024.

SILVA, D.; LOUREIRO, M.; PERES, R. Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. Revista Psicologia Hospitalar, Uberlândia, v. 6, n. 1, p. 39-51, 2008.

SILVEIRA, A. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, UNIFENAS, v. 14, n. 3, p. 275-284, 2016.

SOUSA, V.; ARAÚJO, T. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde.

Revista Psicologia: Ciência e Profissão, UnB, v. 35, n. 3, p. 900-915, 2015.

SOUZA, W.; SILVA, A. A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde. Revista Estudos de Psicologia, Campinas, v. 19, n. 1, p. 37-48, 2002.