



POLÍTICAS DE PREVENÇÃO DE BURNOUT EM TRABALHADORES DO SUS: REVISÃO DE LITERATURA

LAURA DE OLIVEIRA DA SILVA; JOCEMAR DE SOUZA PIRES JUNIOR

Introdução: Profissionais de saúde do Sistema Único de Saúde (SUS) estão expostos a elevado estresse ocupacional devido a longas jornadas, sobrecarga de trabalho, escassez de recursos e alta demanda emocional. O burnout, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, compromete o bem-estar dos trabalhadores e a qualidade do cuidado prestado, gerando impacto direto na eficiência do SUS. A implementação de políticas e estratégias preventivas é essencial para mitigar esses efeitos. **Objetivo:** Revisar a literatura sobre políticas e intervenções destinadas à prevenção do burnout em trabalhadores do SUS, destacando medidas organizacionais, individuais e institucionais que promovam saúde mental e bem-estar no ambiente laboral. **Metodologia:** Foi realizada revisão narrativa nas bases PubMed, Scielo e Google Scholar, contemplando publicações de 2015 a 2025. Foram utilizados os descritores “burnout prevention”, “healthcare workers”, “public health system” e “occupational health”. Incluíram-se revisões sistemáticas, estudos observacionais e relatos de implementação de políticas públicas voltadas à saúde do trabalhador em sistemas públicos de saúde, com enfoque em redução de estresse, absenteísmo e melhora do bem-estar. **Resultados:** Intervenções organizacionais, como adequação de carga horária, redistribuição de tarefas e implementação de pausas estratégicas, reduziram sintomas de burnout em 15-25 % dos trabalhadores avaliados. Programas de suporte psicossocial e de mindfulness, combinados com supervisão clínica, melhoraram a resiliência e reduziram sintomas de ansiedade e depressão em 10-20 %. Políticas institucionais que incluem treinamentos de gestão de estresse, canais de escuta e aconselhamento contínuo apresentaram maior adesão quando acompanhadas de incentivo da liderança. No contexto brasileiro, iniciativas do Programa Nacional de Saúde do Trabalhador (PNST) e da Portaria nº 2.728/GM (2019) propõem ações preventivas, mas ainda apresentam cobertura limitada e escassa avaliação de impacto longitudinal. **Conclusão:** A prevenção do burnout em trabalhadores do SUS requer estratégias integradas: políticas organizacionais para reduzir sobrecarga, programas individuais de suporte psicológico e mindfulness, e capacitação contínua em saúde mental. A implementação sistemática dessas políticas pode melhorar o bem-estar do profissional, reduzir absenteísmo e aumentar a qualidade do cuidado no SUS, fortalecendo a sustentabilidade do sistema de saúde pública.

Palavras-chave: **BURNOUT; SAÚDE DO TRABALHADOR; POLÍTICAS DE PREVENÇÃO**