



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE GRADUA O EM ENFERMAGEM
TAYANE MOSSMANN ALMEIDA

**FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DO ESGOTAMENTO
PROFISSIONAL ENTRE OS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM**

PORTO ALEGRE

2024

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
TAYANE MOSSMANN ALMEIDA

**FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DO ESGOTAMENTO
PROFISSIONAL ENTRE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado ao Centro Universitário Ritter
dos Reis como parte das exigências para
obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem.

Orientador: Prof. Me. Uiasser Thomas Franzmann

PORTO ALEGRE

2024

Dedico este trabalho a todos os profissionais de Enfermagem que, em algum momento, enfrentaram as dificuldades do esgotamento sem o apoio necessário. Que este estudo seja uma contribuição para fortalecer o reconhecimento e o cuidado com cada um de vocês.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a todos que estiveram ao meu lado durante essa jornada. Aos amigos próximos e familiares, que, de alguma forma, contribuíram e incentivaram essa caminhada. Um agradecimento especial ao meu namorado, Luís Otávio, pelo companheirismo constante, e suporte emocional durante esse momento. Agradeço, também, ao meu orientador, Uiasser, por toda a orientação, paciência e ensinamentos fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho. A cada um de vocês, minha gratidão profunda e sincera.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

SB: Síndrome de Burnout

OMS: Organização Mundial de Saúde

CID: Classificação Internacional de Doenças

BVS: Biblioteca Virtual em Saúde

DeCs: Descritores em Ciências da Saúde

MBI: Maslach Burnout Inventory

CBI: Copenhagen Burnout Inventory

UTI: Unidade de Terapia Intensiva

RDC: Resolução da Diretoria Colegiada

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	MÉTODO.....	9
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO	10
	3.1 ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM	18
	3.2 FATORES ASSOCIADOS AO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM.....	20
4	CONCLUSÃO.....	23
5	REFERÊNCIAS	24

FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL ENTRE TRABALHADORES DE ENFERMAGEM

Tayane Mossmann Almeida¹

Uiasser Thomas Franzmann²

RESUMO:

Introdução: A equipe de enfermagem tem maior propensão a desenvolver a Síndrome de Burnout, devido a exposição frequente a doenças, situações de sofrimento e alto grau de responsabilidade nas tomadas de decisões. Assim, o objetivo deste trabalho é analisar os fatores associados ao desenvolvimento do esgotamento profissional entre trabalhadores de enfermagem. **Metodologia:** é uma revisão integrativa de literatura, realizada entre setembro e dezembro de 2024, na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), totalizando 11 artigos que atenderam os critérios de inclusão e exclusão. **Resultados e Discussão:** a carga excessiva de trabalho, jornadas duplas, experiência profissional, falta de reconhecimento profissional e hábitos de vida são fatores determinantes para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. **Conclusão:** para melhorar o bem-estar mental dos profissionais de enfermagem, é crucial que haja um suporte adequado por meio de decisões e políticas implementadas pelos governos, tanto durante quanto após esses eventos desafiadores.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Enfermagem. Esgotamento.

¹ Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Ritter dos Reis (UniRitter)

² Enfermeiro, Mestre, Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário Ritter dos Reis (UniRitter)

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) foi identificada na década de 1970, com sua primeira descrição clínica realizada pelo psiquiatra e psicanalista norte americano Herbert Freudenberger, em 1974. Ele a definiu com base em suas observações de voluntários em uma clínica médica em Nova York (EUA), os quais demonstravam sinais de desmotivação e alterações graduais de humor ao longo do tempo (Vieira, 2010).

Freudenberger, utilizou o termo Burnout (derivado do inglês *to burn out* – queimar completamente) para denominar o conjunto de sintomas observados. A SB foi caracterizada como um transtorno de natureza depressiva, frequentemente desenvolvida por indivíduos submetidos a condições de estresse ocupacional crônico (Alves *et al.*, 2023).

Desde fevereiro de 2022, a Organização Mundial de Saúde (OMS), por meio da 11ª revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID -11), passou a reconhecer a SB como uma doença ocupacional resultante do estresse relacionado ao trabalho (Alves *et al.*, 2023; Borges *et al.*, 2021).

A SB é caracterizada por três principais sintomas: exaustão emocional, que envolve uma sensação intensa de cansaço físico e mental; despersonalização, definida como um mecanismo de defesa emocional marcado pelo distanciamento; e baixa realização profissional, traduzida pela insatisfação e descontentamento em relação ao trabalho (Ferreira; Silva; Souza, 2022).

Entre os fatores estressores mais comuns no ambiente de trabalho, que contribuem para o adoecimento psíquico, estão a sobrecarga de atividades, baixa remuneração, dificuldades nas relações interpessoais com colegas, conflitos com superiores hierárquicos, falta de autonomia e reconhecimento, e problemas organizacionais na equipe (Alves *et al.*, 2023; Rissardo; Gasparino, 2013).

A equipe de enfermagem é a que mantém o contato mais direto e prolongado com os pacientes e familiares, em comparação com outros profissionais da saúde. Esse contato vai além das práticas assistenciais, envolvendo também aspectos emocionais, estresses e diversos sentimentos manifestados pelos pacientes e seus familiares (Pires *et al.*, 2020).

Além disso, a exposição frequente a doenças, situações de sofrimento, o alto grau de responsabilidade nas tomadas de decisões posiciona a enfermagem entre as

profissões mais desgastantes, contribuindo para o aumento do estresse e favorecendo o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (Costa *et al.*, 2020).

Neste sentido, este trabalho tem por o objetivo analisar os fatores associados ao desenvolvimento do esgotamento profissional entre trabalhadores de enfermagem, respondendo a seguinte pergunta: “Quais os fatores associados ao desenvolvimento do esgotamento profissional entre trabalhadores de enfermagem? ”.

2 MÉTODO

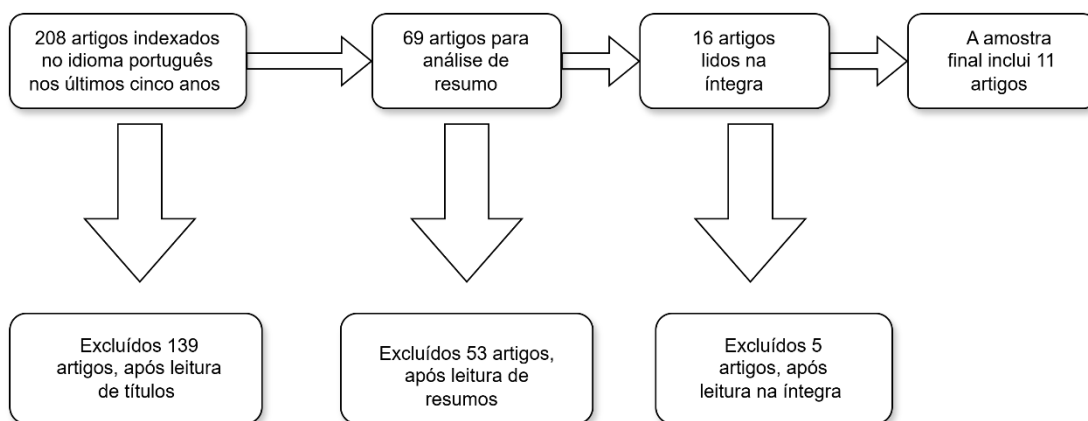
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, caracterizada por uma ampla abordagem metodológica referente às revisões, que permite a associação de diversos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma área de estudo. Tem por finalidade a junção de conhecimentos sobre um determinado tema, assim como produzir uma análise de conceitos difíceis, teorias ou problemas de saúde que possui relevância (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

A busca ocorreu em outubro de 2024 e a seleção dos artigos ocorreu por meio da base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores para busca foram identificados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Síndrome de Burnout”, “esgotamento profissional” e “enfermagem” interligados pelo conector booleano *AND*.

Os critérios de inclusão foram artigos científicos de pesquisas originais que respondessem à pergunta norteadora; que fossem escritas em português e que o ano de publicação fossem entre 2019 e 2024. Os critérios de exclusão foram artigos que não se relacionassem a temática estudada, não respondessem à pergunta norteadora e não estivessem disponíveis na íntegra.

Foram encontrados no total 208 artigos indexados na BVS. Após leitura do título, resumo e aplicado os critérios de elegibilidade foram excluídos 139 artigos que não respondiam à questão norteadora. Restaram 69 artigos para serem lidos o resumo e após a leitura foram excluídos 53 artigos e 5 artigos foram excluídos após leitura na íntegra. A amostra final foi composta por 11 artigos. A referida busca gerou o seguinte fluxograma (Figura 1).

Fluxograma 1 – Fluxograma da seleção de artigos



Fonte: elaborado pela autora, 2024.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados para compor a amostra final 11 artigos. Quanto ao ano de publicação: 2 foram publicados em 2019, 3 em 2020, 2 em 2021, 2 em 2022, 2 em 2023. As publicações foram organizadas em título, autor/ano/revista, conclusões e principais resultados (Quadro 1).

Quadro 1 – Descrição dos artigos incluídos nos resultados

Título	Autor/ Ano/ Revista	Conclusões	Principais resultados
Fatores de risco para a Síndrome de burnout em enfermeiros de um hospital público de Mossoró/RN, Brasil.	Alves, Freitas, Rocha, Freire (2023) Rev. Ciênc. Saúde.	A maioria dos profissionais enfermeiros avaliados no presente estudo apresentou níveis altos para burnout pessoal, com níveis intermediários em relação ao burnout relacionado ao trabalho e relacionado ao cliente. Estudos futuros buscando estratégias para garantir uma melhor condição de trabalho ao enfermeiro são necessários, visando o estabelecimento de abordagens voltadas para proporcionar uma melhor saúde ocupacional aos trabalhadores.	Para o burnout pessoal houve uma predominância de níveis altos, representando 44% dos entrevistados. Sobre o burnout relacionado ao trabalho, a maioria dos profissionais apresentou níveis intermediários, correspondendo a 52% da amostra. Em relação ao burnout relacionado ao cliente, 50% dos profissionais apresentaram níveis intermediários.
Prevalência e Fatores associados ao Estresse Relacionado ao Trabalho e à Síndrome de Burnout entre Profissionais de Enfermagem que Atuam em Oncologia.	Sant’Ana, Santos, Silva, Meira, Oliveira, Almeida <i>et al.</i> (2023) Rev. Bras. Cancerol. (Online).	Os participantes deste estudo, trabalhadores de enfermagem de um Cacon, apresentaram alta prevalência de estresse relacionado ao trabalho (moderado e grave) e síndrome de burnout. Os fatores associados positivamente a essas comorbidades foram faixa etária a partir dos 40 anos, histórico de violência física ou verbal, e	A prevalência de estresse moderado/intenso relacionado ao trabalho foi de 75,8%, e de 38,9% para os profissionais que apresentaram síndrome de burnout. A idade, o histórico de acidente de trabalho e a agressão verbal e física estiveram positivamente associados ao estresse relacionado ao trabalho e à síndrome de burnout. Além disso, o estresse autorreferido foi fator de risco para essa síndrome.

		ocorrência de acidentes durante o trabalho hospitalar no último ano. Ainda, os trabalhadores de enfermagem participantes se consideraram estressados, expressando maior chance de síndrome de burnout.	
Estresse e burnout em enfermeiros da emergência de um hospital referência em urgência e trauma.	Ferreira, Silva, Sousa (2022) Rev. enferm. Cent.-Oeste Min.	Existe correlação entre estresse e Burnout. Os enfermeiros estão expostos a um ambiente laboral altamente estressante, propício ao desenvolvimento de Burnout. É preciso implementar estratégias objetivando o enfrentamento do estresse e a prevenção de Burnout, além de tratar os já adoecidos.	65,22% dos enfermeiros possuíam alta demanda psicológica. No Modelo Demanda-Controle, 34,78% dos enfermeiros estavam trabalhando ativamente e 30,43% em alto desgaste, ocasionando efeitos nocivos à saúde. Quanto ao Burnout, 23,91% apresentaram alto desgaste emocional, 21,74% alta despersonalização e 28,26% baixa realização profissional, sendo que três enfermeiras já estavam em Burnout.
Análise dos riscos da síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem da atenção primária.	Nascimento, Paiva, Costa, Santos, Queiroz, Nepomuceno (2022). Rev. Enferm. Atual In Derme.	O estudo identificou que os fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem entrevistados nesse estudo, estão relacionados principalmente a categoria de cansaço emocional e realização pessoal. Assim, torna-se necessário desenvolver estratégias laborais que promovam a saúde ocupacional	Os fatores de riscos mais evidenciados na amostra estavam dentro de questões das categorias cansaço emocional, nas questões 1 (n=19; 27,9%), 3 (n=19; 27,9%) e 8 (n=23; 34,3%) e realização pessoal, nas questões 7 (n=36; 53,7%) e 9 (n=36; 52,1%).

		psicológica e bem-estar desses profissionais.	
Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo.	Borges, Queirós, Abreu, Mosteiro-Diaz, Baldonado-Mosteiro, Baptista <i>et al.</i> (2021). Rev. Lat. Am. Enfermagem.	Aproximadamente 40% dos enfermeiros obtiveram algum nível de burnout em cada país. Portanto, é importante preparar o enfermeiro para identificar os riscos de desenvolver burnout e ajudá-lo a encontrar recursos na família, na comunidade e na organização para melhorar o seu bem-estar.	Aproximadamente 42% dos enfermeiros apresentaram níveis moderados/altos de burnout, não sendo encontradas diferenças entre os países (Portugal e Brasil com 42%, Espanha com 43%). Apenas a dimensão despersonalização apresentou diferenças entre os países, com um nível mais elevado na Espanha e mais baixo em Portugal. A análise comparativa mostrou níveis mais elevados de burnout em enfermeiros jovens e naqueles que trabalhavam em turnos. Em relação às escalas de trabalho, burnout foi associada ao trabalho por turnos em Portugal e aos horários fixos na Espanha e no Brasil.
Síndrome de Burnout e Fatores Associados em Enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva.	Aragão, Barbosa, Santos, Nascimento, Bôas, Martins <i>et al.</i> (2021) Revista Brasileira de Enf. Reben.	Os resultados revelaram elevada prevalência da SB e elevada sobrecarga de trabalho entre os enfermeiros intensivistas. Observou-se associação entre a SB e idade igual ou inferior a 34 anos, consumo de tabaco, uso de bebida alcoólica, carga horária de plantão noturno igual ou inferior a 24 horas, não apresentar outro vínculo de trabalho, possuir título de especialista em terapia intensiva, assistir 10 ou mais	A prevalência da Síndrome de Burnout foi de 53,6%. Observou-se associação com a idade, consumo de tabaco, uso bebida alcoólica, carga horária semanal de plantão noturno, vínculo de trabalho, possuir título de especialista em terapia intensiva, número de pacientes assistidos por plantão, renda mensal e considerar o trabalho ativo ou de alta exigência.

		pacientes por plantão, perceber renda mensal igual ou inferior a R\$ 3.000,00 e considerar o trabalho ativo ou com alta exigência.	
Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de pronto-socorro	Pires, Vecchia, Carneiro, Castro, Ferreira, Dutra <i>et al.</i> (2020) Rev. enferm. UFPE on line	Conclui-se que prevaleceu o sexo feminino, a cor de pele não branca, o estado civil casado, a renda de cinco a dez salários-mínimos, a religião católica, a maioria dos profissionais trabalhava no turno da manhã, com tempo de trabalho na instituição de 2,1 a sete anos, sem vínculo empregatício, com seis a oito horas de sono e era etilista e tabagista. Acrescenta-se que predominou de moderada a alta exaustão emocional, moderada a alta despersonalização e baixa realização emocional.	Informa-se que 72,2% eram técnicos de enfermagem; 69,4%, do sexo feminino, com idade média 37 DP ± 8,76. Nota-se que, na classificação para os domínios de Síndrome de Burnout, 55,6% apresentaram moderada a alta exaustão emocional; 66,7%, moderada a alta despersonalização e 63,9%, baixa realização emocional. Ressalta-se que 13,9% apresentaram Síndrome de Burnout. Relata-se que, do total de enfermeiros, 90% apresentaram escores de exaustão emocional moderada a alta, enquanto os técnicos de enfermagem foram 42,3%.
Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	Costa, Cerqueira, Peixoto, Barros, Silva, Sales (2020) Rev. enferm. UFPE on line	Conclui-se que houve predominância do nível moderado nas três dimensões do Burnout. Percebe-se, diante disso, a necessidade da realização de novas pesquisas acerca da manifestação da ansiedade e da Síndrome de Burnout para que os sintomas decorrentes do	Revelou-se a prevalência de pontuação média nas três dimensões da Síndrome de Burnout; Exaustão Emocional; Despersonalização e Realização Profissional.

		<p>adoecimento psíquico sejam reconhecidos, contribuindo, assim, para a melhoria da qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem e, conseqüentemente, viabilizando uma assistência de Enfermagem qualificada e efetiva.</p>	
<p>Incidência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem atuantes em unidade de terapia intensiva</p>	<p>Silva, Carneiro, Ramalho (2020) Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado RJ, Online)</p>	<p>A partir deste estudo foi possível avaliar a quantidade de profissionais de enfermagem que se encontram desmotivados e desencorajados a exercer uma profissão tão linda e gratificante, apesar de toda dificuldade e falta de reconhecimento. Esta pesquisa contribui para melhor entendimento e conhecimento da síndrome de Burnout, e é de fundamental importância para a enfermagem, uma vez que bem-estar e qualidade de vida no trabalho são fatores que influenciam a qualidade final da assistência de enfermagem. Acredita-se, ainda, que investigações sobre esse assunto não devam ficar restritas ao profissional enfermeiro e passem a abranger todos os membros da</p>	<p>O profissional que atua em instituições hospitalares está exposto a diferentes estressores ocupacionais que afetam diretamente o seu bem-estar, como longas jornadas de trabalho, o contato constante com dor, sofrimento e morte.</p>

		equipe de enfermagem de forma que revele a realidade que envolve esses trabalhadores em seu universo de trabalho.	
Avaliação do burnout em enfermeiros de um serviço de urgência geral.	Nobre, Rabiais, Ribeiro, Seabra (2019) Rev. Bras. Enferm. Reben;	A prevalência de Burnout é elevada entre os profissionais de saúde em geral e entre os enfermeiros em particular. O fato dos dados deste estudo reforçarem que o Burnout profissional é a dimensão mais elevada do Burnout Total, fortalece a atenção que requer a qualquer gestor de recursos humanos, a forma como as pessoas percebem as condições de trabalho e se os seus níveis de stress não são, a partir de um determinado momento, a vivência de Burnout. A idade foi o fator mais relevante relacionado com o Burnout. Quanto mais novo o enfermeiro, maiores são as chances de apresentarem a síndrome de Burnout, o que remete para as estratégias adequadas de integração e desenvolvimento dos profissionais na fase inicial da carreira.	Verificou-se que 59,4% dos enfermeiros estavam em Burnout Total, sendo o Burnout relacionado com o trabalho, a dimensão com valor mais elevado. Apurou-se que quanto menor a idade, quanto mais tempo na instituição, maior o nível de Burnout. Quanto mais tempo de exercício profissional, menor o Burnout. Verificou-se ainda valores mais elevados de Burnout nos participantes que pensam em mudar de profissão, nos que pensam em mudar de instituição e mudar de serviço.

(Conclusão)

<p>Saúde do trabalhador no ambiente hospitalar: fatores de risco para síndrome de burnout.</p>	<p>Santos, Boas, Miranda (2019) Rev. Nursing (Ed. bras. Impr.)</p>	<p>A população estudada tem uma porcentagem maior entre vinte a trinta anos relatando ter esgotamento crítico, este é um fator de risco, cabendo à instituição promover ações afirmativas que melhorem esta situação. Certamente, o desafio da promoção da saúde no trabalho e da prevenção da síndrome de burnout, torna-se ainda maior na medida em que é exigido um diálogo permanente entre o planejamento, a execução e gestão.</p>	<p>A amostra contemplou 100% profissionais, foi realizado com profissionais lotados. Observa-se que 79,17% tem idade entre 20 a 30 anos incompletos, 100% são do sexo feminino. A maioria referiu sempre apresentar sintomas à síndrome de burnout, assim como, sintomas somáticos segundo Maslach Burnout Inventory que afirmaram apresentar às vezes.</p>
--	--	--	---

Fonte: Elaborada pela autora, 2024.

Neste estudo, abordamos duas temáticas principais: Esgotamento profissional dos trabalhadores de enfermagem e Fatores associados ao esgotamento profissional dos trabalhadores de enfermagem.

3.1 ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM

O Esgotamento Profissional, popularmente conhecido como Síndrome de Burnout (SB) é uma condição emocional que se desenvolve em resposta ao estresse profissional e afeta significativamente os trabalhadores da enfermagem, levando ao esgotamento profissional físico e mental (Perniciotti *et al.*, 2020).

Para avaliar a SB existem diversos modelos teóricos, entre os mais empregados temos o modelo *Maslach Burnout Inventory* (MBI) (Maslach; Jackson, 1981) e o modelo *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI) (Kristensen *et al.*, 2005).

O modelo MBI é composta por três dimensões principais. A exaustão emocional refere-se ao desgaste físico e emocional resultante da sobrecarga de trabalho, o que impede o profissional de ter energia para executar suas tarefas diárias. A despersonalização, por sua vez, envolve o distanciamento do profissional em relação às pessoas que se beneficiam de seu trabalho, manifestando-se como indiferença aos sentimentos dos outros (Caixeta *et al.*, 2021).

Por fim, a baixa realização profissional está relacionada à autocrítica excessiva, onde o indivíduo sente-se incapaz e subestima seu próprio valor no trabalho. Essas três dimensões se inter-relacionam e intensificam os efeitos do Burnout, afetando diretamente a saúde mental dos profissionais e, conseqüentemente, a qualidade do atendimento prestado no ambiente de trabalho (Caixeta *et al.*, 2021).

O modelo *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI), que é dividido em três escalas que abordam diferentes aspectos do profissional. A primeira escala, conhecido como burnout pessoal, aborda o aspecto físico e psicológico sentido pelo próprio trabalhador; a segunda escala, burnout relacionado ao trabalho, aborda a exaustão física e psicológica que o trabalhador compreende em função do trabalho; e por fim, burnout relacionado ao paciente, está relacionado à exaustão física e psicológica que o trabalhador compreende em função do atendimento a outras pessoas (Fonte, 2011).

Neste sentido, um dos estudos utilizou a escala CBI e constatou que em um hospital brasileiro, observou-se uma predominância de altos níveis de Burnout

peçoal, com 44% dos profissionais de enfermagem entrevistados. No que se refere ao Burnout associado ao trabalho, a maioria apresentou níveis intermediários, 52%, assim como no Burnout relacionado ao atendimento ao cliente, com (50%) (Alves *et al.*, 2023).

Esses resultados destacam o impacto do ambiente hospitalar sobre a saúde mental dos enfermeiros, especialmente em setores de alta demanda, reforçando a necessidade de estratégias de apoio e prevenção.

Outros estudos usaram a escala MBI, como o estudo de Zhang, Huang e Guan realizado em 2014, que avaliou enfermeiros Intensivistas na China. Esse estudo encontrou uma prevalência de 43,2% na dimensão exaustão emocional, 41,2% na dimensão realização pessoal e 26,1% na despersonalização entre esses profissionais. Esses resultados indicam uma prevalência significativa da Síndrome de Burnout na dimensão de exaustão emocional no ambiente de Unidade de Terapia Intensiva (UTI) (Aragão *et al.*, 2021).

Por sua vez, Silva, Carneiro e Ramalho (2020), apontam que a UTI é um setor que demanda intensamente o esforço emocional, mental e físico dos profissionais de enfermagem, afetando diretamente sua qualidade de vida, saúde e a qualidade da assistência oferecida.

Entretanto, ao comparar os resultados destes trabalhos citados anteriormente, com outros estudos, torna-se evidente que cada setor e local apresentam particularidades que influenciam os níveis de SB entre os profissionais de enfermagem. Essas variações podem ser atribuídas a três fatores principais, conforme discutido anteriormente, que incluem as demandas específicas de cada ambiente de trabalho, as condições organizacionais e os recursos de suporte oferecidos (Borges *et al.*, 2021).

As experiências dos enfermeiros revelam que eles enfrentaram um elevado sofrimento psicológico ao cuidar de pacientes com COVID-19. Durante surtos de doenças e desastres naturais, esses profissionais exercem suas funções com dedicação, prestando serviços de saúde desde o início das crises. Para melhorar o bem-estar mental dos enfermeiros, é crucial que haja um suporte adequado por meio de decisões e políticas implementadas pelos governos, tanto durante quanto após esses eventos desafiadores. Essa abordagem é fundamental para garantir que esses profissionais possam continuar a oferecer cuidados de qualidade, sem comprometer sua saúde mental (Galehdar *et al.*, 2020).

3.2 FATORES ASSOCIADOS AO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM

Alguns estudos, apontam uma alta prevalência de Burnout entre os trabalhadores da enfermagem, principalmente influenciada por carga de trabalho excessiva, longas jornadas de trabalho e exposição constante a situações de estressantes. Esses fatores ajudam a explicar a alta incidência de patologias relacionadas ao estresse laboral neste grupo (Silva; Carneiro; Ramalho, 2020; Perniciotti *et al.*, 2020).

Em um estudo realizado com profissionais intensivistas, a maioria dos trabalhadores analisados relatou atender mais de 10 pacientes por plantão, apresentando uma taxa de prevalência da SB superior àquela dos profissionais que informaram atender menos de 10 pacientes (Aragão *et al.*, 2021).

De acordo com a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 2, publicada em 11 de maio de 2012 (Brasil, 2012), o enfermeiro que atua em UTI deve ter uma relação no máximo 1:10 com os pacientes. Essa diretriz sublinha a importância de uma relação adequada entre o número de enfermeiros e pacientes para garantir uma assistência segura e eficaz. Quando essa proporção não é respeitada, os enfermeiros em UTI acabam sobrecarregados, o que aumenta o risco de desenvolvimento de esgotamento profissional.

Corroborando com os achados anteriores, outro estudo também relata que, os enfermeiros que atuam no intensivismo e emergência tem a sobrecarga de trabalho como um fator crítico, pois eles enfrentam uma maior sobrecarga de trabalho devido à rotina estressante desses setores (Sousa *et al.*, 2023).

O estudo realizado em UTI, também identificou diversos fatores estressantes, como sobrecarga de trabalho, equipe reduzida, baixos salários e necessidade de múltiplos empregos (Fófnó; Moreira, 2022).

Outro aspecto relevante está relacionado à baixa remuneração, que leva muitos profissionais da enfermagem a buscarem fontes de renda adicionais, o que implica a necessidade de manter múltiplos vínculos empregatícios. Essa realidade reflete a necessidade de sustentar jornadas duplas de trabalho, o que resulta em um aumento nas responsabilidades diárias dos profissionais e acentua o desgaste físico e psicológico. Esse cenário contribui para o cansaço extremo e o esgotamento,

configurando um quadro propenso ao desenvolvimento de Burnout (Pires *et al.*, 2020; Paiva *et al.*, 2019).

No que tange ao turno de trabalho, encontrou-se uma prevalência mais elevada de estresse moderado/intenso, entre os profissionais que atuavam durante o plantão noturno, achado relacionado a menos tempo para atividades de lazer, à quantidade insuficiente de horas de sono e ao padrão de sono irregular (Sant'Ana *et al.*, 2023).

Em contrapartida, outro estudo apresenta uma perspectiva divergente, indicando que os profissionais de enfermagem que trabalham no turno da noite veem essa carga horária como um aspecto positivo em suas rotinas. Eles destacam a capacidade de conciliar horários, equilibrando a vida pessoal e profissional. Além disso, esses profissionais apontam benefícios percebidos como a menor supervisão durante o expediente, um ambiente de trabalho mais tranquilo, melhores remuneração devido ao adicional noturno e uma maior proximidade com a equipe (Vidotti *et al.*, 2018).

Estudos indicam que os profissionais mais jovens e recém-formados podem apresentar maior predisposição ao Burnout devido à insegurança, à pouca experiência profissional, à ansiedade e ao desgaste físico e emocional característicos do início da carreira (Santos *et al.*, 2022; Sant'Ana *et al.*, 2023).

Em contrapartida, uma pesquisa realizada na Espanha destacou que a experiência profissional tende a se correlacionar com a idade dos enfermeiros. Portanto, os profissionais com média e alta experiência apresentam os maiores níveis de Burnout (Borges *et al.*, 2021).

A vida pessoal também pode desempenhar um papel significativo no desenvolvimento do esgotamento. Um estudo apontou que há divergências entre pesquisadores quanto a estar casado e ter filhos, influenciar ou reduzir a chance de desenvolver Burnout, dependendo da percepção sobre essas condições. Tanto a ausência de um parceiro fixo quanto a permanência em um relacionamento insatisfatório podem desencadear esse quadro. De maneira semelhante, os filhos podem através do vínculo parental, serem vistos como fonte de estresse (Oliveira; Araújo, 2016).

Esses resultados estão alinhados com a literatura, evidenciando que, ao mesmo tempo em que os relacionamentos podem configurar uma estratégia de enfrentamento positiva para o estresse, representando suporte social e emocional e

proporcionando uma rede de apoio, também podem gerar maior carga física e emocional, pois o indivíduo precisará se organizar e se dividir entre o trabalho e a família (Sant'Ana *et al.*, 2023).

Por fim, estudos sugerem que os hábitos de vida podem exercer influência significativa sobre o desenvolvimento da SB. A prática regular de atividades físicas tem se mostrado um fator protetivo contra o Burnout, conforme observado em um estudo que identificou a relação entre a prática de exercícios e a baixa prevalência da síndrome (Pires *et al.*, 2020).

Da mesma forma, outro estudo concorda, apontando que a ausência de atividade física está associada a altos índices de Burnout, reforçando a importância dos hábitos saudáveis na prevenção da síndrome (ARAGÃO *et al.*, 2020).

4 CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu identificar os principais fatores associados ao esgotamento profissional na equipe de enfermagem, destacando-se a carga excessiva de trabalho, jornadas duplas, experiência profissional, falta de reconhecimento profissional e hábitos de vida. As extensas jornadas e o número elevado de pacientes por profissional, principalmente em UTI são determinantes que contribuem para o desenvolvimento da SB, impactando diretamente a saúde física e mental desses trabalhadores.

Além disso, observou-se que o esgotamento dos profissionais de enfermagem é causado por uma combinação de diferentes fatores, como a pressão psicológica para lidar com situações complexas, e muitas vezes, imprevisíveis no cotidiano da enfermagem tornando esses profissionais mais vulneráveis ao esgotamento.

Outro aspecto relevante é que, embora o esgotamento seja amplamente estudado, ele ainda é muitas vezes subestimado no cotidiano das instituições de saúde. A naturalização da sobrecarga e a falta de atenção às condições emocionais dos enfermeiros contribuem para continuidade desse cenário, destacando a necessidade de compreender e abordar as causas de forma mais aprofundada junto às equipes.

Dessa forma, os resultados reafirmam a relevância de compreender as causas do esgotamento, de forma a sensibilizar gestores para a realidade vivenciada pela equipe de enfermagem. Com isso, este estudo contribui para uma análise mais aprofundada das condições de trabalho dos profissionais da enfermagem, reforçando a importância de estratégias que priorizem a saúde e o bem-estar dos trabalhadores.

5 REFERÊNCIAS

ALVES, Bruna Nogueira; FREITAS, Camila Cavalcante; ROCHA, Gabriel Sousa; FREIRE, Marco Aurelio. Fatores de risco para a Síndrome de burnout em enfermeiros de um Hospital público de Mossoró/RN, Brasil. **Revista Ciências em Saúde**, Itajubá, v.13, n.2, p.25-32, abr./jun. 2023. Disponível em: https://portalrcs.hcitajuba.org.br/index.php/rcsfmit_zero/article/view/1380. Acesso em: 27 ago. 2024.

ARAGÃO, Núbia Samara Caribé de; BARBOSA, Gabriela Bené; SANTOS, Cleide Lucilla Carneiro; NASCIMENTO, Deise dos Santos Silva; BÔAS, Laís Barbosa Souza Vilas; JÚNIOR, Davi Félix Martins *et al.* Síndrome de Burnout e fatores associados em enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Bahia, v. 74, n. 3, p. 1-8, set. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/DcytDgQDqjZqbNcp57S78Gs/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2024.

BORGES, Elisabete Maria das Neves; QUEIRÓS, Cristina Maria Leite; ABREU, Margarida da Silva Neves de; MOSTEIRO-DIAZ, Maria Pilar; BALDONEDO-MOSTEIRO, Maria; BAPTISTA, Patrícia Campos Pavan *et al.* Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, Londrina, v.29, n.1, p.1-11, jun. 2021. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?format=pdf&lang=pt#:~:text=Desde%20a%20d%C3%A9cada%20de%201970,um%20fen%C3%B4meno%20ocupacional\(6\)](https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?format=pdf&lang=pt#:~:text=Desde%20a%20d%C3%A9cada%20de%201970,um%20fen%C3%B4meno%20ocupacional(6)). Acesso em: 15 set. 2024.

BRASIL. Resolução – RDC nº26, de 11 de maio de 2012. Altera a Resolução RDC nº. 07, de 24 de fevereiro de 2010, que dispõe sobre os requisitos mínimos para funcionamento de Unidades de Terapia Intensiva e dá outras providências. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2012/rdc0026_11_05_2012.html. Acesso em: 25 set. 2024.

CAIXETA, Natália Caroline; SILVA, Giselly Nunes; QUEIROZ, Marcele Soares Côrtes; NOGUEIRA, Mariana Oliveira; LIMA, Rafaela Rodrigues; QUEIROZ, Vanessa Aparecida Marques de *et al.* A síndrome de Burnout entre as profissões e suas consequências. **Brazilian Journal Of Health Review**, Patos de Minas, v.4, n.1, p.593-610, jan. 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/22804/18286>. Acesso em: 11 ago. 2024.

COSTA, Sara Maria dos Santos; CERQUEIRA, José César de Oliveira; PEIXOTO, Rita de Cássia Batista de Oliveira; BARROS, Alice Correia; SILVA, Katyenny Christine Alessandra da; SALES, Patrícia Virgínia de Melo. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. **Revista de Enfermagem**, Alagoas, v.14, n.1, p.1-8, jan. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243351/34428>. Acesso em: 28 ago. 2024.

FERREIRA, Maria Clara Leandro; SILVA, Silmar Maria; SOUZA, Sandra. Estresse e burnout em enfermeiros da emergência de um hospital referência em urgência e trauma. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, Minas Gerais, v.12, p.1-9, nov. 2022. Disponível em: <https://seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/4413/2928>. Acesso em: 15 set. 2024.

FONTE, Cesaltino Manuel Silveira da. **Adaptação e validação para português do questionário de Copenhagen Burnout Inventory (CBI)**. Tese (Mestrado em Gestão e Economia da Saúde) - Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra. Coimbra, p.138. 2011. Disponível em: <https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/18118/1/Adapta%c3%a7%c3%a3o%20e%20Valida%c3%a7%c3%a3o%20para%20Portugu%c3%aas%20do%20Questin%c3%a1rio%20de%20Copen.PDF>. Acesso em: 13 set. 2024.

FÓFANO, Gisele Aparecida; MOREIRA, Jéssica Mendonça. Fatores associados à síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em unidades de terapia intensiva: uma revisão de literatura. **Revista Científica UNIFAGOC**, Minas Gerais, v.7, n.1. p.45-52, jun. 2022. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/saude/article/view/860/893>. Acesso em: 15 set. 2024.

GALEHDAR, Nasrin; KAMRAN, Aziz; TOULABI, Tahereh; HEYDARI, Heshmatolah. Exploring nurses' experiences of psychological distress during care of patients with COVID-19: a qualitative study. **Bmc Psychiatry**, Iran, v. 20, n.1, p.1-9, out. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1186/s12888-020-02898-1>. Acesso em: 28 set. 2024.

KRISTENSEN, Tage; BORRITZ, Mariane; VILLADSEN, Ebbe; CHRISTENSEN, Karl. The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. **Work & Stress. An International Journal of Work, Health & Organisation**, Chicago, v.19, n.3, p.192- 207, fev./2005. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02678370500297720>. Acesso em: 10 ago. 2024.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, California, v.2, p.99-113, abr. 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 11 ago. 2024.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Revista Texto e Contexto de Enfermagem**, Florianópolis, v.17, n.4, p.758-764, out./dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 27 ago. 2024.

OLIVEIRA, Liliane Pereira Santos; ARAÚJO, Giovana Fernandes. Características da síndrome de burnout em enfermeiros da emergência de um hospital público. **Revista Enfermagem Contemporânea**, Salvador, v.5, n.1, p.1-9, ago. 2016. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/834>. Acesso em: 12 set. 2024.

PAIVA, Jéssyca Dayana Marques; CORDEIRO, Jéssika Julião; SILVA, Kézia Katiane Medeiros da; AZEVEDO, Gabriella Souza de; BASTOS, Rosângela Alves Almeida; BEZERRA, Clarissa Maria Bandeira *et al.* Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. **Revista de Enfermagem**, Recife, v.13, n.1, p.1-8, jan. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/235894/31370>. Acesso em: 27 ago. 2024.

PERNICIOTTI, Patrícia; JÚNIOR, Carlos Vicente Serrano; GUARITA, Regina Vidigal; MORALES, Rosana Junqueira; ROMANO, Bellkiss Wilma. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Rio de Janeiro, v.23, n.1, p.35-52, jan./jun. 2020. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v23n1/05.pdf>. Acesso em: 12 set. 2024.

PIRES, Fabiana Cristina; VECCHIA, Bianca Penido; CARNEIRO, Elida Mara; CASTRO, João Pedro Resende; FERREIRA, Lucia Aparecida; DUTRA, Cintia Machado *et al.* Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de pronto-socorro. **Revista de Enfermagem**, Uberaba, v.14, n.1, p.1-7, jan. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/244419/35528>. Acesso em: 27 ago. 2024.

RISSARDO, Marina Pereira; GASPARINO, Renata Cristina. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público. **Revista Escola Anna Nery**, São Paulo, v.17, n.1, p.128-132, jan./mar. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/VBTVWhf4HBVkg4HnJwKzKq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 28 ago. 2024.

SANT'ANA, Jéssica Cristini Pires; SANTOS, Juliano dos; SILVA, Pedro Gilson Beserra; MEIRA, Karina Cardoso; OLIVEIRA, Lannuzya Veríssimo e; ALMEIDA, Sheyla Gomes Pereira de *et al.* Prevalência e Fatores associados ao Estresse Relacionado ao Trabalho e à Síndrome de Burnout entre Profissionais de Enfermagem que Atuam em Oncologia. **Revista Brasileira de Cancerologia**, Rio de Janeiro, v.69, n.2, p.1-11, abr./jun. 2023. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/09/1452415/art5_69-2.pdf. Acesso em: 27 ago. 2024.

SANTOS, Bianca Leslie Feitosa Dos; CHAVES, Anne Fayma Lopes; VERAS, Vivian Saraiva; SOUSA, Leilane Barbosa de; FROTA, Natasha Marques; NOGUEIRA, Daiany Maria Castro. Síndrome de Bournout entre profissionais de enfermagem. **Revista Enfermagem em Foco**, Goiânia, v.13, n.1, p.1-7, set. 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: 15 set. 2024.

SILVA, Ana Paula Farias da; CARNEIRO, Lucilla Vieira; RAMALHO, Juliana Paiva Góes. Incidência da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem atuantes em unidade de terapia intensiva. **Revista Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v.12, n.1, p.915-920, jan./dez. 2020. Disponível em:

https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/7986/pdf_1. Acesso em: 27 ago. 2024.

SOUSA, Erika Xavier de; CRUZ, José Francisco; SILVA, Wilma Alves de Lima da; CHAUD, Daniela Maria Alves. Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura sobre determinantes, consequências e prevenção. **Revista Saber Científico**, Porto Velho, v.12, n.2, p.1-16, set./dez. 2023. Disponível em:

<https://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/resc/article/view/2636/1914>. Acesso em: 15 set. 2024.

VIDOTTI, Viviane; RIBEIRO, Renata Perfeito; GALDINO, Maria José Quina; MARTINS, Julia Trevisan. Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, Londrina, v.26, n.1, p.1-10, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/DBqJMr5g8RLQJ7qdxpfBWjN/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 27 ago. 2024.

VIEIRA, Isabela. Conceito (s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v.35, n.122, p.269-276, jul. 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbso/a/KTtx79ktPdtVSxwrVrkkNyD/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 set. 2024.