

**CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

Camila dos Santos de Araújo

Ellen Louany Macêdo Bandeira

Maria Beatriz Santana de Lima

Micaela Gabrieli Feitoza Pimentel

Thaynara Grazielle Moura Santos

Vinícius Leandro Cavalcanti Vinhas

Síndrome de Burnout

Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem

RECIFE

2023

Camila dos Santos de Araújo
Ellen Louany Macêdo Bandeira
Maria Beatriz Santana de Lima
Micaela Gabrieli Feitoza Pimentel
Thaynara Grazielle Moura Santos
Vinícius Leandro Cavalcanti Vinhas

Síndrome de Burnout

Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Professor(a) Orientador(a): Camila Bezerra Correia Neves

RECIFE

2023

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S615 Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem / Camila dos Santos de
Araújo [et al.]... - Recife: O Autor, 2023.
16 p.

Orientador(a): Camila Bezerra Correia Neves.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Enfermagem, 2023.

Inclui Referências.

1. Equipe de enfermagem. 2. Práticas profissionais. 3. Esgotamento
psicológico. 4. Trabalho. 5. Saúde do trabalhador. I. Araújo, Camila dos
Santos de. II. Bandeira, Ellen Louany Macêdo. III. Lima, Maria Beatriz
Santana de. IV. Pimentel, Micaela Gabrieli Feitoza V. Santos, Thaynara
Graziele Moura. VI. Vinhas, Vinícius Leandro Cavalcanti. VII. Centro
Universitário Brasileiro. - UNIBRA. VIII. Título.

CDU: 616-083

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, a Deus, que fez com que nossos objetivos fossem alcançados, durante todos os anos de estudos.

A todos aqueles que contribuíram, de alguma forma, para a realização deste trabalho.

À instituição de ensino UNIBRA, essencial no nosso processo de formação profissional, pela dedicação, e por tudo o que aprendi ao longo dos anos do curso.

A nossa orientadora, que nos deu total apoio e mostrou todo o direcionamento do trabalho.

“O que se opõe ao descuido e ao descaso é o cuidado. Cuidar é mais que um ato; é uma atitude. Portanto, abrange mais que um momento de atenção. Representa uma atitude de ocupação, preocupação, de responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro.”

Leonardo Boff

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	9
3 REFERENCIAL TEÓRICO	10
3.1 Síndrome de Burnout	10
3.2 Síndrome de Burnout e os profissionais de saúde	11
4 Resultados e discussões	15
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS	20

Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem

Camila dos Santos de Araújo

Ellen Louany Macêdo Bandeira

Maria Beatriz Santana de Lima

Micaela Gabrieli Feitoza Pimentel

Thaynara Grazielle Moura Santos

Vinícius Leandro Cavalcanti Vinhas

Orientadora: Camila Bezerra Correia Neves

Resumo: É imprescindível destacar a necessidade do conhecimento que a equipe de enfermagem deve ter sobre a síndrome de burnout, estudar formas de esclarecer como a assistência é prestada para o profissional de saúde, visando a qualidade de vida e o atendimento humanizado, tendo como alvo o próprio profissional de enfermagem. **Introdução:** A síndrome é resultante da exposição do indivíduo a situações estressantes durante um longo período de tempo e tem apresentado elevada prevalência entre os profissionais de saúde, sendo apontada como uma ameaça potencial à qualidade dos cuidados e à segurança do paciente. **Métodos:** A pesquisa foi feita por meio de artigos científicos, revistas e biblioteca virtual no período de 2019 a 2023, utilizando cruzamento dos Descritores de Ciências da Saúde (Decs): Equipe de Enfermagem; Prática Profissional; Esgotamento psicológico; trabalho. **AND. Resultados:** Os dados apresentados mostraram a importância de zelar pela sanidade mental dos profissionais de enfermagem. É de suma relevância cuidar da saúde mental dos profissionais de enfermagem para que haja a assistência adequada no âmbito hospitalar.

Palavras-chave: Equipe de enfermagem. Práticas profissionais. Esgotamento psicológico. Trabalho. Saúde do trabalhador.

1 INTRODUÇÃO

Com a criação do Decreto Federal 791 de 27 de setembro de 1890, o Governo criou oficialmente a primeira Escola de Enfermagem Brasileira, na literatura de Enfermagem, contudo, vários documentos apresentam a Escola Anna Nery, fundada em 19 de fevereiro de 1923, como a primeira Escola de Enfermagem do Brasil.

Mas Afinal como podemos definir nossa profissão? Timpson (1996) diz que "a enfermagem é como uma disciplina representa uma congregação de uma série de descrições, muitas das quais persistem altamente frágeis dentro da literatura, incluindo enfermagem como uma vocação, prática, ocupação, profissão, trabalho sistemático, arte, ciência e habilidade". (JESUS *et al.*, 2022)

Com o estudo realizamos baseado no tema que escolhemos entendemos que enfermagem é muito além de ciência e habilidade, é estar disposto a se doar e se empenhar para cuidar do próximo tanto que pode nos levar a exaustão e a problemas psicológicos como a síndrome de burnout. A equipe de enfermagem é composta por: enfermeiro, técnico, e o auxiliar de enfermagem. Para que não sobrecarregue ou haja confusão ao que compete a cada um. É necessário o conhecimento específico de cada profissional sobre sua função. O enfermeiro pela habilidade de compreender o ser humano como um todo, de acolher e atender as diferenças sociais. Essa equipe busca otimizar as intervenções de cuidados em saúde de modo que integre e contemple todos os saberes profissionais e da comunidade. (PERNICIOTTI *et al.*, 2020)

A Síndrome de Burnout, conhecida como Síndrome de Esgotamento Profissional, é caracterizada por esgotamento psicológico, despersonalização e redução da realização pessoal no trabalho. Ela foi descrita pela primeira vez em 1974, pelo médico Herbert Freudenberger, o próprio especialista a descreveu como um estado de esgotamento mental e físico causado pela vida profissional. Essa síndrome é resultante da exposição do indivíduo a situações emocionalmente exigentes durante um longo período de tempo e tem apresentado elevada prevalência entre os profissionais de saúde nos últimos anos, sendo apontada como uma ameaça potencial à qualidade dos cuidados e à segurança do paciente (BALDONEDO *et al.*, 2019).

Os problemas de saúde mental e outros distúrbios relacionados ao estresse são reconhecidos como uma das principais causas de aposentadoria precoce, altos índices de absenteísmo, comprometimento geral da saúde e baixa produtividade organizacional. De fato, o burnout pode contribuir para piorar o desempenho no trabalho; aumentar o absenteísmo e a rotatividade de empregos; diminuir a produtividade; e ter um efeito negativo sobre os colegas de trabalho. (TOMAZ *et al.* 2020)

Uma pesquisa realizada com 91 profissionais de enfermagem em um hospital universitário em São Paulo (SP) concluiu que a prevalência de enfermeiros com a Síndrome de Burnout correspondeu a 14,3%, sendo a maior porcentagem em relação aos outros profissionais da área de saúde. (CAMPOS, 2019)

Diante do exposto o problema de pesquisa é: como a Síndrome de Burnout pode afetar a equipe de enfermagem? De modo a responder este problema proposto foi feito um levantamento na literatura com o objetivo geral é compreender os impactos da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem.

O presente Trabalho de Conclusão de Curso é um estudo qualitativo de Revisão Integrativa da Literatura referentes à “Síndrome de Burnout na equipe de Enfermagem”, visando aprofundar o conhecimento sobre a temática. A Revisão de Literatura consiste na análise profunda das principais publicações da área de conhecimento sobre a qual realizamos estudo, análise e interpretação dos conteúdos das obras, com objetivo de obtenção de informações básicas ou específicas sobre o tema e os tópicos referidos. (MARCONI; LAKATOS 2003)

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Foi realizado um levantamento nas bases de dados: 1. Google acadêmico, 2. SciElo 3. BVS. revistas, utilizando cruzamento dos Descritores de Ciências da Saúde (Decs): Equipe de Enfermagem; Prática Profissional; Esgotamento psicológico; trabalho. o operador booleano AND.

Foram utilizados como critérios de inclusão: artigos publicados nas bases de dados nos idiomas português, inglês e espanhol, sem restrição de país, publicados entre 2018 e 2023, além de bibliografias próprias sobre o assunto, tais como documentos oficiais e orientações técnicas de órgãos competentes. Foram excluídos os estudos publicados no formato teses, monografias, dissertações, relato de caso e resumos de congresso; artigos indisponíveis na íntegra e aqueles que não abordavam a temática sobre a pesquisa também serão retirados. Conforme o Quadro 1 a seguir, são apresentados os artigos encontrados e discriminadas as bases de dados nas quais eles estão indexados:

Quadro 1 – Artigos utilizados e bases de dados consultadas

Nome da base de dados	Artigos encontrados	Artigos excluídos	Artigos utilizados
LILACS	26	19	7
BDENF-ENFERMAGEM	31	25	6
MEDLINE	2	1	1
CUMED	1	1	0
IBECS	2	1	1
INDEX PSICOLOGIA-PERIÓDICOS	1	1	0
TOTAL			15

Fonte: Os autores (2023)

Assim, os artigos e textos devem ser analisados, interpretados e apresentados de forma a responder o objetivo deste estudo. Após as etapas de leitura e análise, serão apresentados os resultados em forma de quadro e discutida a literatura a respeito da temática. Além da seção introdutória e de delineamento metodológico, este trabalho se estrutura em Referencial Teórico e Resultados Esperados. O Referencial Teórico, capítulo a seguir, está organizado dentro dos seguintes tópicos: O que é síndrome de burnout, principais sintomas, Impacto que pode trazer ao profissional, fatores de risco, tratamento, intervenção da enfermagem

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Síndrome de Burnout

Síndrome de Burnout ou síndrome do esgotamento profissional, é o estresse que se tornou crônico relacionado ao trabalho ou que não foi bem gerenciado. O estresse é uma resposta natural do nosso corpo, mas quando se torna crônico e constante com altos níveis isso gera prejuízo físico e mental, burnout não é uma doença, é uma condição que afeta o psicológico. Um sentimento de exaustão e esgotamento de energia, ele afeta o funcionamento de forma global e geralmente é subdiagnosticado pelo fato dos sintomas do burnout ser facilmente confundidos com outros aspectos, por isso é importante ter clareza, se é estresse crônico e se advém do trabalho, a síndrome foi codificada em 2019 na Classificação Internacional de Doenças CID-11 (código QD85), na categoria "problemas associados" ao emprego ou ao desemprego (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2019). (PERNICIOTTI et al., 2020).

A exaustão emocional a qual acarreta o sentimento de estar sobrecarregado e exaurido de seus recursos físicos e emocionais, a despersonalização e redução do sentimento de realização pessoal, o estresse ocupacional, na qual é decorrente da percepção do trabalhador de que o ambiente de trabalho é ameaçador a sua saúde física ou mental, por acreditar que possui demandas excessivas ou por ele próprio não possuir recursos suficientes para enfrentá-lo são os principais sintomas da doença, mas além deles existem o cansaço excessivo, físico e mental, cefaleia frequente, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração, alterações repentinas de humor, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares, problemas gastrointestinais, alteração nos batimentos cardíacos. (PAIVA et al, 2019).

3.2 Síndrome de Burnout e os profissionais de saúde

No setor saúde, a enfermagem é considerada uma das profissões de maior risco para o desenvolvimento de doenças emocionais, sendo o enfermeiro um profissional vulnerável à ocorrência da síndrome de Burnout, pois está envolvido em um processo que impõe uma rotina de trabalho cansativa. Nesse contexto, observamos que sobrecarga de trabalho, baixo nível de apoio, conflitos interpessoais, contato com a morte e preparo inadequado são alguns dos fatores predisponentes para o desenvolvimento da síndrome, os fatores de risco para desenvolvimento da SB podem ser subdivididos em três, sendo estes: riscos individuais, riscos organizacionais e fatores de riscos relacionados ao trabalho.

A maioria dos enfermeiros estudados declara estar satisfeita com a profissão o que mostra que o motivo atual do adoecimento não é a profissão em si, mas está ligada a fragilidades na organização do trabalho, muitos profissionais são pressionados pelas instituições e pelos próprios usuários dos serviços em busca de resultados. Os profissionais de enfermagem são considerados a origem do desgaste profissional, principalmente os da equipe assistencial, estão expostos diariamente a fatores estressantes em seu ambiente de trabalho, seja no atendimento direto ao paciente ou mesmo no âmbito administrativo.

O resultado apresenta que uma parcela da população de saúde tem os sinais e sintomas característicos do burnout, ou pelo menos corria o risco de desenvolvê-lo. Os profissionais acometidos pela SB tendem a apresentar diminuição

do desempenho no trabalho e dificuldades no relacionamento com a equipe de trabalho, refletindo o impacto negativo que a síndrome causa na qualidade de vida.

Embora a maioria dos profissionais acha que sua qualidade de vida é boa, uma série de sintomas relacionados a rotina de trabalho, traz impactos ruins e desgastantes ao seu dia a dia, isso confirma a influência negativa que os sintomas presentes no burnout apresentaram sobre a sua qualidade de vida. (RAMOS et al, 2019)

Seja qual for a atividade, sendo ela estressante, pode gerar um processo de burnout, mas foi reconhecida como uma síndrome ocupacional, sendo mais frequentes em profissionais da área da saúde, educação, corporativa.

Sendo de maior relevância alguns fatores de riscos:

Trabalho: Sobrecarga, sentimento de injustiça, iniquidade, não reconhecimento do trabalho e ausência de cooperação da equipe.

Indivíduo: Pessoas perfeccionistas, competitivas, pessimistas e controladoras.

Sociedade: Falta de suporte social e familiar.

Além disso, mostrou-se que os principais fatores de riscos para enfermeiros emergencistas são sexo (onde o índice de mulheres com a síndrome é de 55,33%), idade (31 a 40 anos), exposição a violência relacionada ao trabalho, anos de experiência e supervisão (entre 10 e 30 anos). (Maia, 2021)

O Ministério da Saúde (2001) afirma que o tratamento da Síndrome de Burnout deve ser o acompanhamento psicoterápico, farmacológico, além de intervenções psicossociais. Mas as intervenções individuais, organizacionais e combinadas devem ser realizadas, visando a prevenção por meio da diminuição do estresse ocupacional (Organização Mundial de Saúde, 2019).

Dessa forma, por ser a Síndrome de Burnout um transtorno provocado pelo estresse crônico no ambiente ocupacional, o seu desenvolvimento é caracterizado por ser silencioso e muitas vezes desprevenido ao profissional da saúde, sendo vários os seus sintomas que são divididos em físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos (Moreira et al., 2020).

Um dos tratamentos indicados é a psicoterapia em vários aspectos. Por meio da terapia cognitiva, é possível trabalhar nas expectativas profissionais do

trabalhador. Isso faz com que elas se tornem mais reais e possíveis de alcançar, fazendo com que o indivíduo perceba a importância em focar no processo e não somente no resultado. Além de trabalhar nos eventos considerados estressantes que podem surgir, ou não, no processo de trabalho, pois somente assim, por meio da antecipação, é possível realizar a chamada dessensibilização da situação estressante e auxiliar na construção de respostas em relação ao comportamento que sejam adequadas e adaptativas a cada caso.

Outra possibilidade é a terapia em grupo com os profissionais da saúde, considerada uma boa estratégia, uma vez que, dessa forma, é possível que cada profissional, seja ele médico, enfermeiro, técnico de enfermagem e afins, possa partilhar suas experiências profissionais. Assim, reduzir quadros como isolamento e retroalimentação emocional, é muito comum nesses casos de quem adquire a Síndrome, desenvolvendo, portanto, o pessoal e profissional desses indivíduos.

Considerando que os profissionais de saúde que são acometidos por Burnout apresentam constante exaustão emocional e desânimo, a psicologia trabalha a resiliência do indivíduo para que assuntos emocionais que estejam aflorados e que dificultam a dinâmica de resolução de problemas ocorra novamente, tendo em vista que a resiliência não envolve somente a capacidade de lidar com várias situações, mas de se adaptar às mudanças que podem haver no ambiente em que a pessoa esteja inserida e, com isso, ser capaz de lidar com a pressão.

Portanto, o processo terapêutico tem como objetivo auxiliar o profissional de saúde a lidar com o estresse do dia a dia no ambiente hospitalar e fora dele, sendo considerado uma boa forma de prevenir contra a Síndrome de Burnout, pois é mais importante trabalhar com o indivíduo a forma como ele interpretará a situação estressora do que falar sobre a situação em si. A terapia cognitiva proporciona a possibilidade de trabalhar pensamentos disfuncionais e distorções cognitivas e faz com que seja possível construir estratégias de enfrentamento à essa síndrome.

Outra forma de intervenção é a psicossocial, pois devido ao afastamento afetivo do trabalho por conta do esgotamento emocional pode influenciar em diversas outras áreas do funcionamento da vida do profissional. Portanto, praticar esportes, ter hobbies, realizar trabalhos voluntários e até um certo afastamento do

trabalho podem contribuir para a melhora no quadro. Assim sendo, dentre as várias intervenções para o tratamento da Síndrome de Burnout, as que contam com psicólogos apresentam bons resultados, uma vez que gera alterações cognitivas já que responde a questionamentos que o próprio profissional se faz ao longo do tempo laboral.

É de extrema importância que a equipe de enfermagem conheça a síndrome, para que haja prevenção e reconhecimento, e assim seja desenvolvido o método correto para diminuir os estressores e fortalecer as relações pessoais. O profissional que faz parte da equipe de saúde, tem que ter a saúde mental favorável, pois seu bem-estar mental pode refletir em seu dia a dia e interferir no desempenho profissional e consequentemente na relação enfermeiro/paciente.

É interessante que haja identificação do profissional com estresse dentro da equipe, este é um papel que cabe ao enfermeiro gestor, analisar sua equipe, realizar um diálogo quando necessário com o profissional em relação a seu comportamento dentro da equipe e a respeito da conduta com frequência e relacionamento com colegas e pacientes, e assim pode orientar ações para acompanhar e tratar esse profissional e introduzir programas de prevenção dentro da equipe. (Loureiro et al., 2022)

Foi possível observar através das pesquisas e interpretação dos dados, que tem altos índices de profissionais de enfermagem com síndrome do estresse associado ao trabalho, e os principais fatores de risco são devido sobrecarga de trabalho, estresse, esgotamento físico, depressão e interação social comprometida, ressaltando que medidas de intervenção psicológica devem ser implementadas para diminuir ou tratar os efeitos dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde, assim como a reorganização da jornada de trabalho e benefícios financeiros para a valorização do profissional da saúde, visando a qualidade de vida para o(a) enfermeiro(a), fazendo assim com que seja entregue o melhor atendimento para os pacientes também.

Tornando-se viável por meio do estudo dessas informações evidenciar a importância da especialização da equipe multiprofissional para melhor assistir esses profissionais, visando a qualidade de vida e um atendimento humanizado implantando ações como psicoterapia, atividades físicas, palestras que mostrem que é importante evitar álcool, drogas e tabagismo pois aumentam a confusão mental.

4 Resultados e discussões

A seguir estão apresentados no Quadro 2 os artigos utilizados por este estudo.

Quadro 2 – Artigos da pesquisa

TÍTULO	AUTORES/ANO	OBJETIVO	CONCLUSÃO
Ensino da história da Enfermagem: reflexões e contribuições	Jesus <i>et al</i> (2022)	Refletir acerca do ensino da história de enfermagem mediante suas contribuições para a formação profissional	Constatou-se que o ensino da história da enfermagem vem enfrentando desafios crescentes.
Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis	Baldonado <i>et al</i> (2019)	Analisar os escores das dimensões do <i>burnout</i> em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis.	Verifica-se níveis médios de Exaustão Emocional, indicando um fator preventivo importante a ser trabalhado, uma vez que a Exaustão Emocional é considerada o primeiro estágio do <i>burnout</i> .
Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção	Perniciotti <i>et al</i> (2020)	O presente artigo revisa as principais definições, sintomas e critérios diagnósticos da SB, expondo as divergências existentes na literatura. Revisa as consequências e fatores de risco da SB nos profissionais de saúde que atuam em hospitais	Compreensão das nuances que envolvem seu desencadeamento nos profissionais de saúde, alertando a importância de avaliar intervenções preventivas. Os efeitos negativos da SB no bem-estar dos profissionais de saúde e suas consequentes implicações
Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família	Lima <i>et al</i> (2020)	Analisar presença de <i>burnout</i> e fatores relacionados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. Trata-se de um estudo de delineamento transversal analítico, realizado entre fevereiro e abril de 2019	Os efeitos negativos da SB no bem-estar dos profissionais de saúde e suas consequentes implicações no cuidado prestado ao paciente evidenciam a urgência de intervenções voltadas para essa população, que visem diminuir os níveis de estresse ocupacional, aumentar a autoestima, incentivar o autocuidado e construir um ambiente de trabalho saudável.
Pesquisa aponta vulnerabilidade dos	Campos (2019)	Identificar a prevalência e analisar a existência de fatores	Os profissionais da área da saúde estão entre os mais vulneráveis a sofrer

enfermeiros à síndrome de burnout		preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva (UTI).	a Síndrome de Burnout, doença caracterizada por sintomas como irritabilidade, dores musculares, esgotamento físico e mental, subdividida em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional.
Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros	Paiva <i>et al</i> (2019)	Identificar o conhecimento exposto na literatura sobre os fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros.	Conclui-se a necessidade de os próprios profissionais de Enfermagem se conscientizarem sobre a importância de cuidar da sua saúde no ambiente de trabalho, minimizando o risco de desenvolvimento da Síndrome de Burnout.
Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica a saúde	Ramos <i>et al</i> (2019)	Identificar o impacto da Síndrome de Burnout (SB) na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da Atenção Básica à Saúde	O profissional acometido pela SB tende a apresentar diminuição em seu rendimento de trabalho e dificuldades na relação com a equipe de trabalho, refletindo o impacto negativo que a síndrome traz para a qualidade de vida
Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem do serviço de urgência médico-cirúrgica de uma região norte de Portugal	Sauane (2023)	A Caracterizar o perfil sociodemográfico e profissional da amostra; b) Identificar o nível de burnout percebido pelos Enfermeiros do Serviço de Urgência Médico-cirúrgica de uma região norte de Portugal; c) Analisar o nível das diferentes dimensões do burnout na amostra em estudo; d) Analisar a relação entre as pontuações médias das dimensões do burnout e as variáveis sociodemográficas e profissionais.	As percentagens de "burnout moderado" e "burnout elevado" presentes nos enfermeiros do SUMC são merecedoras de particular atenção atendendo às consequências que podem refletir-se a nível individual, em burnout e a nível organizacional traduz-se na diminuição da eficiência, segurança e qualidade dos cuidados prestados à pessoa em situação crítica.
ENFERMEDAD MENTAL EN LA	Moreira, WC. Sousa, AR. Nóbrega, M. do PS. de S. (2020).	To map the literature on mental illness in the general population and in health professionals	The Covid-19 pandemic triggered anxiety, depression, stress and post-traumatic stress

POBLACIÓN GENERAL Y EN LOS PROFESIONALES DE SALUD DURANTE COVID-19: EXAMEN DE ALCANCE		during the Covid-19 pandemic.	disorders in the general population and health professionals more often. Women, students and nurses are among the most affected.
Influência dos estilos de liderança no burnout dos enfermeiros: uma scoping review	Loureiro <i>et al</i> (2022).	Identificar quais os estilos de liderança utilizados por enfermeiros gestores e compreender a sua influência no burnout dos enfermeiros no contexto de trabalho.	O estilo de liderança transformacional foi aquele que maior relevância demonstrou tanto na prevenção como diminuição do desenvolvimento de burnout nos enfermeiros.
Síndrome de Burnout: Uma visão geral	Maia (2021).	Esclarecer sobre a Síndrome de Burnout, salientando os sintomas e fatores de risco associados.	A síndrome de Burnout é uma manifestação psicossocial relacionada ao contexto laboral resultante do estresse crônico, típico do cotidiano de trabalho e é caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal.
Síndrome de Burnout entre profissionais que trabalham com atendimento ao público	Pereira <i>et al</i> (2023).	Identificar a ocorrência da Síndrome de Burnout nos profissionais que trabalham com atendimento ao público.	Profissionais mais jovens são mais propensos a apresentar a síndrome de Burnout. Estimula-se o desenvolvimento de estudos interdisciplinares para o processo saúde-doença-mental possibilitando uma nova abordagem de prevenção e cuidado em condutas investigativas e intervencionistas em academias de níveis superiores, de forma a buscar momentos saudáveis para o profissional.
Absenteísmo e bem-estar no trabalho para os profissionais de enfermagem	Forcelini (2022).	Analisar a relação entre o bem-estar no trabalho e o absenteísmo nos profissionais de enfermagem que atuam em ambiente hospitalar.	Apontaram um alto nível de engagement e um baixo nível de burnout, não sendo registradas diferenças significativas entre os dois grupos de profissionais de enfermagem, absenteístas e não absenteístas.

Prevalência da Síndrome de Burnout em Profissionais da Enfermagem de um Hospital Geral do Sul de Santa Catarina	Marciano <i>et al</i> (2022).	Estimar a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da Enfermagem de um Hospital Geral do sul de Santa Catarina.	A pesquisa demonstrou que, na fase que começa a se instalar a Síndrome de Burnout, encontramos um grande número de profissionais, fazendo-nos refletir sobre essa doença, percebendo assim que a equipe de Enfermagem precisa de mais apoio e atenção.
Avaliação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em unidade de terapia intensiva neonatal	Magalhães <i>et al</i> (2022).	Descrever a avaliação preliminar da Síndrome de Burnout nos profissionais de Enfermagem, atuantes em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal.	Conclui-se que o nível mais evidente da síndrome foi em sua fase inicial e a dimensão predominante foi a baixa realização profissional.
Burnout em enfermeiros nos cuidados ao doente crítico em contexto pós pandemia Covid 19 - estudo em medicina intensiva	Martins (2023).	Reconhecer a percepção de comportamentos da Síndrome de Burnout (SB), por enfermeiros em Medicina Intensiva (MI), pós pandemia Covid-19; estudar as relações entre as variáveis independentes e o nível da SB.	O nível elevado da SB percebido pelos enfermeiros em contexto laboral e pessoal e, até na interação com o doente, fundamentam a proposta que aqui se coloca a experiência de intensidade e proximidade pessoal com o doente, merece neste momento uma atenção especial em termos de formação e, sobretudo, atendimento específico para despiste de evolução da SB e quaisquer sinaléticas pré depressivas.

Fonte: os autores (2023)

Constatou-se que o ensino da história da enfermagem vem enfrentando desafios crescentes. Jesus *et al* (2022). Assim verifica-se níveis médios de Exaustão Emocional, indicando um fator preventivo importante a ser trabalhado, uma vez que a Exaustão Emocional é considerada o primeiro estágio do *burnout*. Baldonado *et al* (2019). A síndrome de Burnout é uma manifestação psicossocial relacionada ao contexto laboral resultante do estresse crônico, típico do cotidiano de trabalho e é

caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Maia (2021).

Na fase que começa a se instalar a Síndrome de Burnout, encontramos um grande número de profissionais, fazendo-nos refletir sobre essa doença, percebendo assim que a equipe de Enfermagem precisa de mais apoio e atenção. Marciano *et al* (2022). Conclui-se que o nível mais evidente da síndrome foi em sua fase inicial e a dimensão predominante foi a baixa realização profissional. Magalhães *et al* (2022). The Covid-19 pandemic triggered anxiety, depression, stress and post-traumatic stress disorders in the general population and health professionals more often. Women, students and nurses are among the most affected. Marciano; Barreto e Dos Santos (2022). Os profissionais da área da saúde estão entre os mais vulneráveis a sofrer a Síndrome de Burnout, doença caracterizada por sintomas como irritabilidade, dores musculares, esgotamento físico e mental, subdividida em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional.

Campos (2019). O nível elevado da SB percebido pelos enfermeiros em contexto laboral e pessoal e, até na interação com o doente, fundamentam a proposta que aqui se coloca a experiência de intensidade e proximidade pessoal com o doente, merece neste momento uma atenção especial em termos de formação e, sobretudo, atendimento específico para despiste de evolução da SB e quaisquer sinaléticas pré depressivas. Martins (2023). Profissionais mais jovens são mais propensos a apresentar a síndrome de Burnout. Estimula-se o desenvolvimento de estudos interdisciplinares para o processo saúde-doença-mental possibilitando uma nova abordagem de prevenção e cuidado em condutas investigativas e intervencionistas em academias de níveis superiores, de forma a buscar momentos saudáveis para o profissional.

Pereira *et al* (2023). As percentagens de "burnout moderado" e "burnout elevado" presentes nos enfermeiros do SUMC são merecedoras de particular atenção atendendo às consequências que podem refletir-se a nível individual, em burnout e a nível organizacional traduz-se na diminuição da eficiência, segurança e qualidade dos cuidados prestados à pessoa em situação crítica. Firceini (2022). No entanto o profissional acometido pela SB tende a apresentar diminuição em seu rendimento de trabalho e dificuldades na relação com a equipe de trabalho, refletindo o impacto negativo que a síndrome traz para a qualidade de vida. Ramos *et al* (2019). Compreensão das nuances que envolvem seu desencadeamento nos profissionais de saúde, alertando a importância de avaliar intervenções preventivas. Os efeitos negativos da SB no bem-estar dos profissionais de saúde e suas consequentes implicações.

Perniciotti *et al* (2020). Já Lima *et al* (2020) fala que os efeitos negativos da SB no bem-estar dos profissionais de saúde e suas consequentes implicações no cuidado prestado ao paciente evidenciam a urgência de intervenções voltadas para essa população, que visem diminuir os níveis de estresse ocupacional, aumentar a

autoestima, incentivar o autocuidado e construir um ambiente de trabalho saudável. O estilo de liderança transformacional foi aquele que maior relevância demonstrou tanto na prevenção como diminuição do desenvolvimento de burnout nos enfermeiros. Loureiro *et al* (2022). Conclui-se a necessidade de os próprios profissionais de Enfermagem se conscientizarem sobre a importância de cuidar da sua saúde no ambiente de trabalho, minimizando o risco de desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Paiva *et al* (2019).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreendeu-se que a Síndrome de burnout ou Síndrome de esgotamento profissional está diretamente relacionado ao esgotamento mental ligado ao estresse no âmbito de trabalho, alguns profissionais são mais suscetíveis a desenvolver a Síndrome, tais como: médicos, enfermeiros, professores, policiais e jornalistas, além de profissionais que desempenham dupla ou tripla jornada de serviço.

Nesse contexto, quando correlacionamos a síndrome ao cargo de enfermagem observamos que sobrecarga, baixo nível de apoio, conflitos interpessoais, contato com a morte e preparo inadequado são alguns dos fatores predisponentes para o desenvolvimento da síndrome, além de verificarmos durante o estudo que também se divide em sexo (onde o índice de mulheres com a síndrome é de 55,33%), idade (31 a 40 anos), exposição a violência relacionada ao trabalho, anos de experiência e supervisão (entre 10 e 30 anos).

Um dos tratamentos indicados é a psicoterapia em vários aspectos. Por meio da terapia cognitiva, é possível trabalhar nas expectativas profissionais do trabalhador. A terapia em grupo com os profissionais da saúde, também é considerada uma boa estratégia, uma vez que, dessa forma, é possível que cada profissional, possa partilhar suas experiências. Outra forma de intervenção é a psicossocial nesse caso praticar esportes, ter hobbies, realizar trabalhos voluntários e até um certo afastamento do trabalho podem contribuir para a melhora no quadro.

Portanto, o processo terapêutico tem como objetivo auxiliar o profissional de saúde a lidar com o estresse do dia a dia no ambiente hospitalar e fora dele, sendo considerado uma boa forma de prevenir contra a Síndrome de Burnout, sendo dessa forma acreditamos que deveria ser algo mais divulgado, e que todos os ambientes de trabalho deveriam implementar as terapias para todo e qualquer profissional da saúde, até mesmo quem não tenha a síndrome para que seja realizado como ato de prevenção.

REFERÊNCIAS

(Baldonado, M. Cristina, M. Campos, P. Sánchez, M. Javier, F. Pilar, M. Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis. SciELO 2019, <https://www.scielo.br/j/rlae/a/H4fNN6VPDXZvnZk3MxzzJpc/abstract/?lang=pt> Acesso em: 03/03/2023).

(Campos, M. Pesquisa aponta vulnerabilidade dos enfermeiros à síndrome de burnout, UNIFESP 2019 <https://www.unifesp.br/reitoria/dci/releases/item/4134-pesquisa-aponta-vulnerabilidade-dos-enfermeiros-a-sindrome-de-burnout#:~:text=Uma%20amostra%20com%2091%20participantes,Gradua%C3%A7%C3%A3o%20em%20Enfermagem%20da%20Unifesp> Acesso em: 04/03/2023).

(Forcelini, D.M; Pasqualotti, A; Chambel, M.J; Moretto, C.F, Absenteísmo e bem-estar no trabalho para os profissionais de enfermagem, Biblioteca virtual de saúde, 2022, <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1426438> , Acesso em: 11/08/2023)

(Jesus, LA. Sant'Anna, MV. Silva, GTR. Porto, FR. Ensino da história da Enfermagem: reflexões e contribuições [Teaching of nursing history: reflections and contributions] [Enseñanza de la historia de la Enfermería: reflexiones y contribuciones]. Resvista enfermagem UERJ 2022, <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/69280> Acesso em:03/03/2023).

(Lima, ACG, Santos, MM. Tomaz, HC. Tajra, FS. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. SciELO 2020, <https://www.scielo.br/j/icse/a/dphvYH39MprDY7LmfCP886J/?lang=pt> Acesso em: 04/03/2023).

(Loureiro, R. Lima, AMN. Ferreira, MM. Moreira, MTF. Guerra, MM. Santos, J. Influência dos estilos de liderança no burnout dos enfermeiros: uma scoping review, Journal Health NPEPS. 2022 jan-jun; 7 <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1380558> acesso em: 01/05/2023).

(Maia, A. Síndrome de Burnout: Uma visão geral, SANAR 2021

<https://www.sanarmed.com/sindrome-de-burnout-uma-visao-geral-colunistas> Acesso: 19/05/2023)

(Marciano, L.V; Vanessa M.B; Eliane M.S. Prevalência da Síndrome de Burnout em Profissionais da Enfermagem de um Hospital Geral do Sul de Santa Catarina , Biblioteca Virtual de saúde, 2022, <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1425034> , Acesso em: 11/08/2023)

(Magalhães, F.J; Silva, A.S; Albuquerque, F.H.S; Macedo, N.M; Lima, J.S.M; Rolim, K. M.C; Guimarães, F.J, Avaliação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em unidade de terapia intensiva neonatal, 2022, Biblioteca virtual de saúde, <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1372402> Acesso em: 13/08/2023)

(Martins, M.S.S, Burnout em enfermeiros nos cuidados ao doente crítico em contexto pós pandemia Covid 19 - estudo em medicina intensiva, 2023, BVS, <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1434168> , Acesso: 13/08/2023).

(Moreira, WC. Sousa, AR. & Nóbrega, M. do PS. de S. (2020). Mental illness in the general population and health professionals during Covid-19: a scoping review. Texto & Contexto -Enfermagem,29. <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2020-0215>. Acesso em: 10/04/2023).

(PAIVA, et al. Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. Rev. Enfermagem. UFPE, v.13, n.1, p.483-490, 2019. Disponível em: Fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros | Rev. enferm. UFPE on line;13(2): 483-490, fev. 2019. ilus, tab | BDEFN (bvsalud.org) Acesso: 05/03/2023).

(Pereira, V.B.L.C; Delmiro, A.R.C.A; Medeiros, R.C; Silva, J.B; Costa, S.E.J; Silva, S.L.P. Síndrome de Burnout entre profissionais que trabalham com atendimento ao público, Biblioteca virtual em saúde, 2023, <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1435584> Acesso em: 11/08/2023)

(Perniciotti, P. Serrano Júnior, CV. Guarita, RV. Morales, RJ. Romano, BW. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Revista da SBPH vol.23 no.1 São Paulo

jan./jun. 2020

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-0858202000010005 Acesso: 04/04/2023).

(Ramos CEB. Farias JA. Costa MBS. Fonseca LCT. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica a saúde Rev Brasileira de Ciências da Saúde Vol 23 N 3 Pág 285-296, 2019. https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/12/1046106/43595-texto-do-artigo-sem-identificacao-da-autoria-120678-1-10_4VadodH.pdf Acesso: 15/04/2023).

(Sauane. Freixeda SM. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem do serviço de urgência médico-cirúrgica, 2023, Portal Regional da BVS, Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem do serviço de urgência médico-cirúrgica de uma região norte de Portugal | Bragança; s.n; 20230000. tab.. | BDENF (bvsalud.org) Acesso em: 14/07/2023).