

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

## 2. A SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

## 3. BURNOUT'S SYNDROME IN NURSING PROFESSIONALS: AN INTEGRATIVE REVIEW

Janaina da Cruz Cardoso<sup>1</sup>

Marcia Dornelles Machado Mariot<sup>2</sup>

Dayane de Aguiar Cicollella<sup>3</sup>

Douglas Pereira Elizandro<sup>4</sup>

### RESUMO

A Síndrome de *Burnout* (SB) é considerada um dos principais problemas psicossociais que atingem os profissionais de enfermagem. **Objetivo:** investigar na literatura científica nacional a produção do conhecimento sobre as relações entre a Síndrome de *Burnout* e os profissionais de enfermagem. **Método:** revisão integrativa (RI) que desenvolvida segundo as etapas propostas por Cooper. A coleta de dados foi realizada nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Livrary Online (SCIELO) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF). **Resultados:** foram encontrados 413 artigos, sendo 199 dispostos na base de dados LILACS, 10 na BDENF e 04 na SCIELO. Após filtros e uso de critérios (artigos originais, publicados no período de 01 de janeiro de 2014 a 31 de dezembro de 2018, idioma português) foram selecionados 15 estudos. **Discussão:** os principais achados desta revisão integrativa envolvem os tópicos: Carga de trabalho na enfermagem; Consequências físicas e mentais da síndrome no trabalhador e Estratégias de enfrentamento dos sintomas em acometidos. **Considerações Finais:** a prevenção da SB é muito importante para os trabalhadores da área da saúde e deve ser abordada em nível organizacional e coletivo. A enfermagem é uma profissão estressante devido ao contato constante com doenças, expondo a equipe aos fatores de risco de natureza química, biológica, física e psíquica.

**DESCRITORES:** Esgotamento Profissional; Enfermagem; Saúde do Trabalhador.

### ABSTRACT

*Burnout Syndrome (SB) is considered one of the main psychosocial problems that affect nursing professionals* **Objective:** to investigate in the national scientific literature the production of knowledge about the relationships between *Burnout Syndrome* and nursing professionals. **Method:** integrative review (IR) developed according to the steps proposed by Cooper. Data collection was carried out in the databases

<sup>1</sup> Enfermeira. Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário CESUCA. Enfermeira no Centro Clínico Gaúcho. Cachoeirinha-RS-Brasil. E-mail: janainacardoso91@gmail.com

<sup>2</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente Centro Universitário CESUCA. Cachoeirinha-RS-Brasil. E-mail: marciamariot@cesuca.edu.br

<sup>3</sup> Enfermeira. Doutoranda e Mestre em Enfermagem. Docente Centro Universitário CESUCA. Cachoeirinha-RS-Brasil. E-mail: dayane.cicollella@cesuca.edu.br

<sup>4</sup> Acadêmico do curso de enfermagem. Centro universitário CESUCA. Cachoeirinha-RS-Brasil. E-mail: contatodouglas.elizandro@outlook.com

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

of Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Nursing Database (BDENF). **Results:** 413 articles were found, 199 of which were placed in the LILACS database, 10 in BDENF and 04 in SCIELO. After filters and use of criteria (original articles, published from January 1, 2014 to December 31, 2018, Portuguese language), 15 studies were selected. **Discussion:** the main findings of this integrative review involve the topics: Nursing workload; Physical and mental consequences of the syndrome on workers and Strategies for coping with symptoms in affected people. **Final Considerations:** the prevention of BS is very important for healthcare workers and must be addressed at an organizational and collective level. Nursing is a stressful profession due to constant contact with diseases, exposing the team to chemical, biological, physical and psychological risk factors.

**DESCRIPTORS:** Professional exhaustion; Nursing; Worker's health

### INTRODUÇÃO

A enfermagem é uma das profissões mais estressante dentre os profissionais da saúde devido ao contato constante com doenças, expondo os trabalhadores à fatores de risco de natureza química, biológica, física e psíquica. Além disso, enfermeiros estão em constante contato com pacientes e familiares, ficando frequentemente envolvidos com os aspectos emocionais, estresse e sentimentos adversos<sup>1-2</sup>.

A Síndrome de Burnout (SB) é considerada um dos principais problemas psicossociais que atingem os profissionais de enfermagem. Algumas situações estressantes são adicionadas à demanda do exercício profissional como, por exemplo, necessidades frequentes atualizações e capacitações, condições de trabalho inapropriadas e inovações organizacionais que acompanham exigência de mercado, em especial nas instituições de alta complexidade. Tal conjuntura gera o desgaste físico, psíquico e emocional do trabalhador caracterizando os fatores risco que causam ocorrência da SB<sup>3</sup>.

O termo *Burnout* se refere a queima das energias (*Burn* = queimar e *out* = exterior) físicas e emocionais do indivíduo que perde o interesse e entusiasmo pelo trabalho, prejudicando seu desempenho nas atividades que exerce<sup>4-5</sup>. A SB pode ser definida como um estresse emocional crônico; ocorre de maneira sutil parecendo um comportamento atípico e isolado, porém se estabelece lentamente e na maioria dos casos, acontece de maneira progressiva e sem percepção do sujeito acometido<sup>6</sup>.

A SB pode advir através de uma combinação de três fatores: exaustão emocional (depleção de energia emocional pela demanda excessiva de trabalho), despersonalização (senso de distância emocional dos pacientes ou do trabalho) e baixa realização pessoal (sensação de baixa autoestima e baixa eficácia no trabalho). Desta forma, a síndrome é uma resposta prolongada ao estresse crônico do trabalho<sup>7</sup>.

Atualmente, a SB é considerada um importante problema de saúde pública devido ao conjunto de fatores multicausais que se associam a desvalorização e a diminuição da qualidade do trabalho prestado

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

pelos enfermeiros. As influências inerentes às funções assistenciais expõem os profissionais da enfermagem ao estresse contínuo. Tal fato pode levá-los a vivenciar problemas relacionados com as funções cotidianas acumuladas acarretando sofrimento emocional, tornando-os mais vulneráveis e afetados pela síndrome<sup>7-8</sup>.

Perceber a dificuldade encontrada pelo profissional de enfermagem requer uma sensibilidade, visto que pode ser confundida com estresse e cansaço. O esgotamento emocional é o elemento fundamental para definir a síndrome, sendo a primeira reação causada em resposta à sobrecarga de trabalho, conflito social e estresse decorrente de constante exigência. Portanto, é preciso observar os aspectos emocionais e psíquicos analisando mudanças de comportamento que colaborem para o diagnóstico da SB<sup>9-10</sup>.

Nesse sentido, é fundamental que ocorram reflexões sobre o esgotamento de profissionais na enfermagem visto que se evidencia o aumento progressivo dos índices de acometidos pela SB. No intuito de contribuir com a valorização da profissão e a disseminação de conhecimentos através da prática baseada em evidências na enfermagem, o presente estudo tem por objetivo investigar a produção do conhecimento sobre a Síndrome de Burnout e a sua relação com profissionais de enfermagem.

### METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa com intuito de identificar publicações científicas acerca da temática síndrome *burnout* em profissionais da enfermagem.

O presente estudo foi desenvolvido utilizando as etapas de revisão integrativa descritas por Cooper, que a define como um método em que os resultados do estudo são agrupados de acordo com o mesmo tema, tendo como objetivo sintetizar e analisar dados para desenvolver uma conclusão mais abrangente e específica sobre o problema<sup>11</sup>.

Inicialmente ocorreu a formulação da questão norteadora do estudo, etapa fundamental para a construção de critérios estabelecidos, sendo: como está relatado na literatura científica a produção do conhecimento sobre as relações entre a síndrome de *burnout* e os profissionais de enfermagem?

A etapa seguinte consistiu na busca e cruzamento de descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e palavras para investigação de literaturas a serem revisadas e sumarizadas. Os critérios de inclusão foram artigos originais que respondiam à questão norteadora, resultante de pesquisas primárias, publicados no período de 01 de janeiro de 2014 a 31 de dezembro de 2018, gratuitos, no idioma português do Brasil e disponíveis na íntegra na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), através das bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Livrary Online* (SCIELO) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF). A busca de dados foi realizada por meio do

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

cruzamento dos descritores: esgotamento profissional e enfermagem. Também, foi utilizada a palavra-chave síndrome de *burnout* para ampliação de filtros. Os descritores passaram por cruzamentos de dados utilizando-se o operador booleano “AND”.

Foram excluídas publicações que não versavam acerca da temática-foco, artigos de revisão e reflexões, monografias, dissertações, teses, capítulos de livros, resenhas e materiais de revistas ou jornais não científicos, além de outras publicações que não atendam aos critérios desta revisão.

A terceira etapa inclui a categorização dos estudos, com a extração das informações, organização, sumarização e formação de um banco de dados. Para tanto foi utilizado um instrumento norteador onde foram descritos os artigos utilizados, bem como autores, revista, ano da publicação e principais resultados.

Na quarta etapa foram analisados os dados coletados de forma crítica, procurando sempre explicações para resultados diferentes e/ou conflitantes, buscando uma análise minuciosa e detalhada dos artigos resultantes das buscas e dos dados contidos nos mesmos. A quinta etapa desta revisão incluiu resultados obtidos através da avaliação dos estudos selecionados <sup>12</sup>.

Por se tratar de uma revisão de literatura, não houve necessidade de avaliação de um Comitê de Ética, mas foram observados os princípios éticos que respeitam as referências e Leis dos Direitos Autorais nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.

## RESULTADOS

Na busca foram encontrados 413 artigos, sendo 199 dispostos na base de dados LILACS, 10 na BDENF e 04 na SCIELO. A partir dos filtros texto completo, artigos, português no idioma brasileiro, anos (2014, 2015, 2016, 2017 e 2018) e base de dados selecionada foi realizada identificação, leitura de títulos e resumos. Aqueles estudos que apresentavam com clareza objetivos, metodologia, resultados e conclusões foram pré-selecionados. Após, ocorreu a leitura na íntegra resultando em artigos considerados válidos e que versavam acerca da pergunta norteadora da pesquisa (quadro 1).

**Quadro 1 - Cruzamento nas bases de dados selecionadas.**

BASE DE DADOS	Nº DE ARTIGOS ENCONTRADOS	Nº DE ARTIGOS PRÉ-SELECIONADOS	Nº DE ARTIGOS SELECIONADOS
Enfermagem (DeCS) AND Síndrome Burnout (Palavra-chave)			
LILACS	34	04	03
SCIELO	22	03	01
BNENF	16	01	00
Esgotamento profissional (DeCS) AND Enfermagem (Palavra-chave)			
LILACS	66	09	04
SCIELO	37	03	00
BNENF	74	04	01

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

Esgotamento profissional (DeCS) AND Síndrome Burnout (Palavra-chave)			
LILACS	90	10	01
SCIELO	38	04	03
BNENF	36	05	02
TOTAL	413	43	15

Fonte: os autores, 2021.

No estudo foram selecionados 15 artigos considerados válidos e obtidos através de cruzamentos entre descritores e palavra-chave conforme demonstra o quadro 2. Com a finalidade de facilitar a análise de resultados os estudos incluídos nesta revisão estão identificados com a letra A, seguida de numeração em ordem crescente conforme os anos das publicações.

### Quadro 2 – Distribuição dos artigos selecionados

Nº	Título/autor	Base de dados	Revista	Ano de publicação
A1	Preditores da SB em profissionais da saúde na atenção básica de POA/RS	SCIELO	Caderno Saúde coletiva, Rio de Janeiro	2014
A2	Ocorrência da SB em enfermeiros residentes	LILACS	Acta Paul Enfermagem	2014
A3	Prevalência SB em profissionais de enfermagem da atenção básica a Saúde	LILACS	Revista online de pesquisa	2014
A4	SB na equipe de enfermagem de um hospital universitário	LILACS	Cogitare Enfermagem	2014
A5	O ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros na atenção básica	SCIELO	Revista Latino-Am. Enfermagem	2014
A6	SB em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida	BNENF	Revista de Pesquisa Cuidado é fundamental online	2014
A7	Fatores psicossociais e prevalência da SB entre trabalhadores de enfermagem intensivistas	LILACS	Revista Brasileira Terapia Intensiva	2015
A8	Burnout e estratégias de enfermagem em profissionais de enfermagem	LILACS	Arquivos Brasileiros de Psicologia; Rio de Janeiro	2015
A9	SB em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva	LILACS	Revista online de pesquisa	2017
A10	Estresse ocupacional e Burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho	LILACS	Revista enfermagem UERJ	2017
A11	Preditores da SB em enfermeiros de unidade de terapia intensiva	SCIELO	Revista Gaúcha enfermagem	2017
A12	SB: Conhecimento da equipe de enfermagem neonatal	BNENF	Revista de enfermagem UPFE	2018
A13	Burnout e a organização do trabalho na enfermagem	LILACS	Revista brasileira medicina do trabalho	2018
A14	Análise de prevalência da SB em profissionais da atenção primária em saúde	SCIELO	Trabalho de educação em saúde, RJ	2018

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

A15	SB e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas	BNENF	Revista de enfermagem UFPE	2018
-----	---	-------	----------------------------	------

Fonte: os autores, 2021.

### DISCUSSÃO

Os artigos selecionados permitiram classificações a partir de temas, fornecendo subsídios para a discussão. Os principais achados desta revisão integrativa envolvem os tópicos: Carga de trabalho na enfermagem; Consequências físicas e mentais da síndrome no trabalhador e Estratégias de enfrentamento dos sintomas em acometidos.

#### CARGA DE TRABALHO NA ENFERMAGEM

A carga de trabalho excessiva e exaustiva é um dos fatores preponderantes para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, conforme verificado nos artigos A1, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A9, A10, A11, A12, A13, A14 e A15.

De acordo com os artigos pesquisados é elevada a incidência de SB em profissionais da área da saúde. Cada vez mais é possível observar profissionais de enfermagem com mais vínculos empregatícios e cargas horárias de trabalho cada vez mais elevadas ou até mesmo impraticáveis. Os trabalhadores necessitam atuar em diversas áreas e instituições ao mesmo tempo, devido a desvalorização salarial e a falta de oportunidades, fatos que favorecem uma sobrecarga física e mental contribuindo para o desenvolvimento da SB <sup>13</sup>.

Os artigos demonstram o alto risco de desenvolvimento de *burnout* nos profissionais mais jovens, pois estes não estão totalmente preparados para criarem estratégias de enfrentamento para o estresse ocupacional contínuo, ficando mais vulneráveis. Na tentativa de expandir a renda mensal, possuem outro vínculo empregatício aumentando sua exposição à diversos riscos associados para desenvolvimento da SB, conforme destacado nos estudos A3, A11 e A13.

Os artigos A2 e A14 mencionam elevado percentual de *burnout* nos profissionais com pós-graduação ou residentes que além de desenvolverem atividades laborais concomitantes com as atividades acadêmicas. Esse fato pode favorecer ao estresse e ao desgaste físico/mental devido alta demanda de atividades avaliativas, aulas teóricas e trabalhos de conclusão de curso.

As mulheres são maioria quando se trata de escolha profissional na área da saúde. Segundo o A11, o fato pode estar relacionado a uma preferência na escolha de profissões relacionadas com o cuidado. As

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

mulheres têm maior vulnerabilidade para desenvolver a SB, pois estão mais propensas a se envolver com os problemas dos pacientes a quem prestam serviço. As profissões que lidam com o sofrimento alheio apresentam maior vulnerabilidade para desenvolvimento dessa patologia <sup>14</sup>.

O artigo A10 aponta que o gênero feminino apresenta jornada de trabalho mais extensa devido associação com as atividades domésticas. Os resultados advertem a necessidade de ações para promover a saúde e a importância de avaliar o impacto das longas jornadas de trabalho em mulheres. Os trabalhadores de enfermagem realizam cargas maior que 44 horas semanais, gerando um desgaste físico e emocional que pode comprometer a qualidade na assistência.

O estudo A5 destaca que a sobrecarga de trabalho contribui para o surgimento da SB. A insatisfação com as condições de trabalho causa danos emocionais, interferindo na qualidade de vida do trabalhador. Também, pode-se observar que horas a mais de trabalho significa menos convívio com a família e outras atividades necessárias para uma boa qualidade de vida.

As dificuldades de relacionamentos interpessoais com colegas de trabalho, familiares, membros da equipe, pacientes, falta de realização, sobrecarga de trabalho, ausência de espaço físico e despreparo da equipe pode influenciar de forma negativa na qualidade do trabalho, conforme o artigo A7.

A condição do trabalho pode ser considerada fator de risco para desenvolver *Burnout*. Essa circunstância leva a sobrecarga devido ao número insuficiente de profissionais escalados em relação a demanda de trabalho e acúmulo de tarefas, tema presente nos artigos A6, A9, A12 e A15. A SB é uma resposta ao esgotamento laboral crônico, uma das principais patologias de origem psicossocial que acometem os trabalhadores, influenciando na taxa de absenteísmo e de abandono da profissão<sup>15</sup>.

Ao analisar a SB percebe-se que o profissional que desenvolve a síndrome sente-se mais sobrecarregado, provocando uma insatisfação profissional. O estudo A4 apresentou resultados destacando que a maioria dos participantes da pesquisa realizaram horas extra em frequência e não tinham gozado de seu direito a férias nos últimos meses; sendo assim, estavam se sentindo sobrecarregados. Os profissionais que se sentem sobrecarregados têm maior intenção de trocar de emprego. Um profissional insatisfeito pode comprometer o processo de trabalho afetando os resultados do cuidado com os pacientes <sup>16</sup>.

O artigo A1 aponta que os profissionais com SB poderão afastar-se do trabalho em algum momento, pois a sintomatologia tende a ficar mais grave afetando os colegas de equipe que passam a ter sobrecarga de trabalho. O tempo de serviço indica que aqueles com mais tempo de profissão, apresentam maior índice de adoecimento por estarem mais expostos aos elementos de trabalho conflituosos <sup>14</sup>.

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

As análises dos artigos incluídos nesse tópico destacam a carga horária de trabalho associada aos danos à saúde do trabalhador. Nesse sentido, a jornada exaustiva de trabalho pode comprometer atividades laborais e favorecer o adoecimento mental e físico.

### CONSEQUÊNCIAS FÍSICAS E MENTAIS DA SÍNDROME NO TRABALHADOR

Considera-se a síndrome de *burnout* um problema de saúde pública, uma vez que sua incidência tem aumentado significativamente nos últimos anos em diversos países, particularmente no Brasil. Evidencia-se implicações na saúde física e mental do trabalhador prejudicando a qualidade de vida no ambiente profissional <sup>7</sup>.

O artigo A2 aponta para o desenvolvimento da SB no grupo de residentes de enfermagem revelando sua propensão. Participar de um programa de residência, ser jovem, solteiro, do sexo feminino, estar no início da carreira são fatores que predispõem a síndrome de Burnout no grupo de residentes.

Faz-se necessário perceber a presença de sinais e sintomas da SB nos profissionais da enfermagem, necessitando de maior atenção e conhecimento de todos os envolvidos. O estudo A15 demonstra a existência da SB e fatores de estresse em enfermeiros que apresentam os sintomas: cansaço, medo, tensão no local de trabalho, sobrecarga de trabalho e convivência diária com situações de conflito.

Destaca-se que existe uma grande dificuldade em definir condutas e procedimentos para averiguar o acompanhamento terapêutico dos trabalhadores com sofrimento mental relacionado ao trabalho. Os sintomas psíquicos interferem no desenvolvimento profissional afetando o indivíduo que pode desenvolver a síndrome burnout, caracterizada como um transtorno crônico associado às demandas laborais, esgotamento emocional, físico e psíquico do indivíduo <sup>16-17</sup>.

O artigo A7 apresenta fatores determinantes e indicativos de alto índice de estresse na equipe de enfermagem. O estudo constatou um alto grau para o esgotamento emocional e despersonalização, além da prevalência entre os profissionais que pensam no trabalho na folga e suspeita de transtorno mentais comuns.

O artigo A3 aponta para a necessidade de implementação de medidas para que se possa prevenir e intervir sobre a SB, garantindo um ambiente benéfico à saúde física e mental dos trabalhadores, resultando num melhor atendimento aos usuários dos serviços públicos de saúde.

Consequência físicas e mentais à saúde do trabalhador foram apontadas nos estudos A2, A3, A7, A12 e A15; entre elas: insônia, fadiga, enxaqueca, ansiedade, dores musculares, diminuição de concentração, irritabilidade, depressão e alterações cardiovasculares. A SB pode interferir significativamente na vida pessoal do indivíduo pois, ocorre um ressentimento pela falta de tempo para desfrutar do lazer com sua família. O trabalho é afetado pela alta rotatividade de emprego, o absenteísmo,



## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

a conduta violenta com colegas e pacientes diminuindo a qualidade nos ambientes profissionais. Contudo, apesar das consequências sobre a saúde individual, muitos profissionais ainda não possuem o devido entendimento sobre a SB<sup>3</sup>.

Os estudos desse tópico apontam para a necessidade de as instituições implementarem ações de promoção a saúde física e mental dos profissionais de enfermagem. Assim, faz-se necessária a construção de uma cultura institucional que busque o desenvolvimento de ações, minimizando os possíveis danos ao trabalhador em decorrência dos ambientes de trabalho.

### ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DOS SINTOMAS EM ACOMETIDOS

O investimento em estratégias de enfrentamento pode minimizar problemas como a queda do serviço prestado, queda na produtividade e absenteísmo. O estresse pode ter efeito facilitador no desenvolvimento de doenças, além de proporcionar prejuízos para a qualidade de vida e produtividade do ser humano<sup>18</sup>. Nesse sentido as instituições têm um papel fundamental no que diz respeito a táticas para oportunizar a saúde do trabalhador, conforme apontado nos artigos A3, A4, A6, A8, A9, A10, A12, A13, A14 e A15.

O processo de enfrentamento envolve a adequação do indivíduo a situações e ambientes, necessitando de um equilíbrio das funções fisiológicas e psicológicas que derivam na capacidade de realizar novas demandas. A síndrome burnout resulta do conflito crônico no trabalho e medidas para prevenir ou promover a saúde dos trabalhadores devem ser consideradas, já que o impacto da mesma causa um desgaste e adoecimento do trabalhador, conforme A15.

Os artigos A12 e A13 apontam que as instituições devem promover ações que privilegiem a saúde do trabalhador em todos os aspectos relacionados a educação continuada e permanente, além de debaterem em conjunto com a equipe sobre os riscos que estão expostos. Reconhecer os efeitos da SB no trabalhador e criar estratégias capazes de reduzir ou combater esse transtorno devem ser estimulados. A atenção deve ser holística, ou seja, o autocuidado do indivíduo como um todo, não somente como um conjunto de sintomas<sup>3,1</sup>.

Conforme destacado no estudo A6, aconselha-se realizar ações educativas voltadas aos profissionais para melhores condições de trabalho, divisão das tarefas, articulação de estratégias para investir na prevenção e tratamento da SB. Já o A10 aponta que a realização profissional contribui para um envolvimento positivo do trabalhador, repercutindo na diminuição do índice absenteísmo e melhorando a qualidade do serviço.

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

O estresse ocupacional afeta o indivíduo nas diversas áreas da vida, podendo ocorrer desajustes na saúde física e mental, em suas relações sociais e no ambiente, devido ao pouco tempo dedicado à família e a falta de apoio quando necessário<sup>18</sup>. O estudo A4 menciona que o período de férias representa um importante momento de descanso das atividades laborais para prevenir o desenvolvimento da SB, pois atividades extra laborais promovem bem-estar e realização pessoal. Além disso, destaca que os profissionais da área da saúde sabem dos benefícios sobre a prática de atividades físicas regulares, pois a adoção desses hábitos proporciona momentos de prazer e descontração, minimizando o impacto do estresse e possível ocorrência de SB.

Os artigos A3, A9 e A14 apontam que os profissionais que realizam atividade física demonstram menor relação em desenvolver a síndrome. Um método possível de minimizar a síndrome de burnout no trabalho seria a criação de condições para promover um suporte emocional no trabalho. Faz-se necessário acompanhamento psicológico dos trabalhadores que lidam com a dor, sofrimento e morte diariamente, bem como a promoção de condições de ambientes e salários mais apropriados para o desempenho de sua função. Outra ação relaciona-se ao debate sobre a carga de trabalho do profissional e realização de exames periódicos para análise das condições de sua saúde mental<sup>19</sup>.

O estudo A8 informa que a estratégia usada pelos profissionais da saúde para combater o estresse são o suporte social e o enfrentamento focalizado no problema. O suporte social caracteriza-se pela busca de apoio emocional no ambiente de trabalho, enquanto o enfrentamento focalizado no problema é uma estratégia ativa que envolve esforços e planejamento de condutas para aproximar o estressor e resolver a situação causadora do estresse com manejo ou modificação do problema.

Destaca-se a necessidade de se implementar medidas para que se possa intervir ou prevenir na saúde dos trabalhadores das instituições, de forma a garantir um ambiente de trabalho próspero de saúde mental e física, resultando na assistência qualificada e humanizada.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A temática sobre a incidência da síndrome de burnout entre os profissionais de enfermagem permitiu verificar quais os fatores desencadeantes dessa patologia nessa classe de trabalhadores. Os resultados desta RI evidenciaram que a enfermagem desempenha atividades com ritmo acelerado, lida diariamente com a dor, sofrimento, morte, pressão por parte dos pacientes e seus familiares. Além disso, os trabalhadores da área da saúde sofrem uma sobrecarga de trabalho, baixos salários, desvalorização profissional e más condições de trabalho.

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

Conclui-se que a prevenção da SB é muito importante para os trabalhadores da área da saúde e deve ser abordada em nível organizacional e coletivo. A enfermagem é uma profissão estressante devido ao contato constante com doenças, expondo a equipe aos fatores de risco de natureza química, biológica, física e psíquica. As limitações do estudo incluem o desenvolvimento de pesquisa em temática específica e idioma único. Os achados poderão ser úteis para instigar os leitores ao desenvolvimento de novas abordagens sobre a síndrome.

### REFERÊNCIAS

1. Ferreira NN, Lucca SR. Síndrome de burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. *Rev. Bras. Epidemiologia* [Internet]. 2015 [acesso em 27 de maio de 2021]; 18(1):68-79. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-5497201500010006>
2. Pereira SM, Teixeira CM, Ribeiro O, Hernández-Marrero P, Fonseca AM, Carvalho AS. Burnout em médicos e enfermeiros: estudo quantitativo e multicêntrico em unidades de cuidados paliativos em Portugal. *Rev. Enfermagem* [Internet]. 2014 [acesso em 2019 maio 01];4(3): 55-64. DOI: <http://dx.doi.org/10.12707/RIII13178>
3. Schmidt DRC, Paladini M, Biato C, Domingues JP, Oliveira AR. Qualidade de vida no trabalho e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva [Internet]. *Rev Bras Enferm.* 2016 [acesso em 27 de maio de 2021]; 66(1): 7-13. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672013000100002>
4. Ruviaro MFS, Bardagi MP. Síndrome de Burnout e satisfação no trabalho em profissionais da área de Enfermagem do interior do RS. *Barbarói* [Internet]. 2010 [acesso em 27 de maio de 2021]; 33(1):194-215. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/barbaroi/n33/n33a12.pdf>.
5. Vilela NB, Vidal SV. A equipe de enfermagem de um hospital e a Síndrome de Burnout: relação perigosa. *Rev. Pesq. Cuid. Fundam. Online* [Internet]. 2010 [acesso em 27 de maio de 2021]; 2(4):1275-1285. DOI: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2010.v2i4.%25p>
6. Pinheiro SJ, Moreno JK, Pimental VPC, Moura MGBG, Oliveira LBC; Pennafort VPS et al. Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. *Rev. Enferm. UFPE (Online)* [Internet]. 2018 [acesso em 27 de maio de 2021]; 12(4): 865-871. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i4 a11 0252p865-871-2018>
7. Silveira ALP, Colleta TCD, Ono HRB, Woitas LR, Soares SH, Andrade VLÂ, et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. *Rev. Bras. Med. Trab.* [Internet]. 2016 [acesso em 27 de maio de 2021]; 14(3): 275-84. Disponível: <http://www.rbmt.org.br/details/121/pt-BR/sindrome-de-burnout-->

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

consequencias-e-implicacoes-de-uma-realidade-cada-vez-mais-prevalente-na-vida-dos-profissionais-de-saude

8. Abreu M. A Síndrome de Burnout e Os trabalhadores de Saúde. 1 ed. Curitiba: Editora Sol Nascente; 2017.
9. Grazziano ES, Ferraz Bianchi ER. Impacto del estrés ocupacional y burnout en enfermeros. *Enferm. glob.* [Internet]. 2010 [acesso em 27 de maio de 2021];18: 1-20. Disponível: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412010000100020&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000100020&lng=es)
10. Ferreira GB, Aragão AEA, Oliveira PS. Síndrome de burnout na enfermagem hospitalar/intensivista: o que dizem os Estudos?. *Sanare* [Internet]. 2017 [acesso em 27 de maio de 2021]; 16(01): 100-108. Disponível: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1100/611>
11. Cooper HM. *The integrative research review: a systematic approach*. Beverly Hills: Sage; 1986.
12. Mendes KDS; Silveira RCCP; Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto contexto - enferm.* [Internet]. 2008 [acesso em 27 de maio de 2021]; 17(4) 758-764. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
13. Machado RM, Oliveira SP, Ferreira TC, Campos CG, Botti NCL, Consolação R. Síndrome de Burnout em Centro de Terapia Intensiva Infantil da Região Centro-Oeste de Minas Gerais. *Rev. enferm. Cent.-Oeste Min* [Internet]. 2011 [acesso em 27 de maio de 2021]; 1(2): 201-209. DOI: <https://doi.org/10.19175/recom.v0i0.83>
14. Galindo RH, Feliciano KVO, Lima RAS, Souza AI. Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. *Rev. Esc. Enferm. USP* [Internet]. 2012 [acesso em 27 de maio de 2021]; 46(2): 420-427. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342012000200021>
15. Franco GP, Barro ALBL, Nogueira-Martins LA, Zeitoun SS. Burnout em residentes de enfermagem. *Rev. esc. enferm. USP* [Internet]. 2011 [acesso em 27 de maio de 2021];45(1): 12-18. DOI: <https://doi.org/1590/S0080-62342011000100002>
16. Alkimim CFC, Prado BMP, Carreiro DL, Coutinho LTM, Lima MRR, Martins AMEBL, et al. Fatores associados à Síndrome de Burnout entre profissionais intensivistas de hospital universitário. *Tempus* (Brasília) [Internet]. 2014 [acesso em 27 de maio de 2021]; 8(4): 157-176. DOI: <https://doi.org/10.18569/tempus.v8i4.1590>
17. Dejours C, Bègue, F. *Suicídio e trabalho: o que fazer?*. Brasília: Paralelo 15; 2010.

## 2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa

18. Corrêa RZA, Souza MS, Baptista MN. Vulnerabilidade ao estresse no trabalho e qualidade de vida de enfermeiros. *Psicol. argum.* [Internet]. 2013 [acesso em 27 de maio de 2021]; 31(75): 599-606. DOI: <http://dx.doi.org/10.7213/psicol.argum.31.075.DS02>
19. Silva JLL, Dias AC, Teixeira LR. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. *Aquichan* [Internet]. 2012 [acesso em 27 de maio de 2021]; 12(2):144-159. Disponível: [http://www.scielo.org/co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972012000200006](http://www.scielo.org/co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972012000200006)
20. Silveira LML, Sheila GC, Mayte RA. Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS. *Cad. saúde colet.* [Internet] 2014 [acesso em 27 de maio de 2021]; 22(4) 386-392. DOI: 10.1590/1414-462X201400040012.
21. Tavares KFA, Souza NVDO, Silva LD, Kestenbergg CCF. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. *Acta Paul Enferm.* [Internet] 2014 [acesso em]; 27(3) 260-265. DOI: 10.1590/1982-0194201400044
22. Mercedes MC, Lopes RA, Silva DS, et al., Prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. *Rev. Fundam. Care.* [Internet] 2017 [acesso em 27 de maio de 2021]; 9(1) 208-214. DOI: 10.9789/2175-5361.2017.v9i1.208-214.
23. Gasparino RC. Síndrome de Bounout na equipe de enfermagem de um hospital universitário. *Cogitare Enfem.* [Internet] 2014 [acesso em 27 de maio de 2021]; 19(2) 232-238. Disponível: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/32649/22724>
24. Lorenz VR, Guirardello EB. O ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros na atenção básica. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet] 2014 [acesso em 27 de maio de 2021]; 22(6); 926-933. DOI: 10.1590/0104-1169.0011.2497.
25. Holmes ES, Santos SR, Farias JA, Costa MBS. Síndrome de Burnout em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida. *Rev. Fundam. Care.* [Internet] 2014 [acesso em 27 de maio de 2021]; 6(4) 1384-1395. DOI: 10.9789/2175-5361.2014.v6i4.1384-1395.
26. Silva JLL, Soares RS, Costa FS, Ramos DS, Lima FB, Teixeira LR. Fatores psicossociais e prevalência da síndrome de Burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivos. *Rev. Bras. Ter. Intensiva* [Internet] 2015 [acesso em 27 de maio de 2021]; 27(2) 125-133. DOI: 10.5935/0103-507X.20150023
27. Silva RP, Barbosa SC, Silva SS, Patrício DF. Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de enfermagem. *Arquiv. Brasileiros de Psico.* [Internet] 2015 [acesso em 27 de maio de 2021]; 67(1) 130-145. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v67n1/10.pdf>
28. Fernandes LS, Nitsche MJT, Godoy I. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. *Rev. Fundam. Care.* [Internet] 2017 [acesso em 27 de maio de 2021]; 9(2) 551-557. DOI: 10.9789/2175-5361.2017.v9i2.551-557.

**2. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa**

29. Oliveira EBO, Gallasch CH, Junior PPAS, Oliveira AVR, Valério RL, Dias LB. Estresse ocupacional e Burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização de um trabalho. Rev. Enferm. UERJ [Internet] 2017 [acesso em 27 de maio de 2021]; 25 (S.I) e28842. DOI: 10.12957/reuerj.2017.28842
30. Vasconcelos EM, Martino MM. Preditores da síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. Rev. Gaúcha de Enferm. [Internet] 2017 [acesso em 27 de maio de 2021]; 38(4) e65354. DOI: 10.1590/1983-1447.2017.04.65354
31. Vitorino MF, Rodrigues MSD, Evangelista CB, Guimarães KSL, Batista JBV, Fonsêca AGS et al., Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe neonatal. Rev. Enferm. UFPE [Internet] 2018 [acesso em 27 de maio de 2021]; 12(9) 2308-2314. DOI: 10.5205/1981-8963-v12i9a234632p2308-2314-2018
32. Sobral RC, Stephan C, Zanatta AB, De Lucca SR. Burnout e a organização do trabalho na enfermagem. Rev. Bras. Med. Trab. [Internet] 2018 [acesso em 27 de maio de 2021] 16(1) 44-52. DOI: 10.5327/Z1679443520180127
33. Lima AS, Farah BF, Teixeira MTB. Análise da prevalência da síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde. Trab. Educ. Saúde [Internet] 2018 [acesso em 27 de maio de 2021]; 16(1) 283-304. DOI: 10.1590/1981-7746-sol00099.
34. Moreno JK, Pimentel VPC, Moura MGBG, Pinheiro SJ, Oliveira LBC, Cunha ILB et al., Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. Rev. Enferm. UFPE [Internet] 2018 [acesso 27 de maio de 2021]; 12(4): 865-871. DOI: 10.5205/1981-8963-v12i4a110252p865-871-2018