

Principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem*Main consequences of Burnout Syndrome in nursing professionals**Principales consecuencias del síndrome de Burnout en profesionales de enfermería***Carla Samara Ferreira da Gama Kimura¹**

ORCID: 0000-0001-9732-6880

Fabiane Rosa Rezende Honda Marui¹

ORCID: 0000-0001-7668-7775

Juliana Gimenez Amaral¹

ORCID: 0000-0001-7701-4097

Eloise Cristiani Borriel Vieira¹

ORCID: 0000-0002-4685-1797

Maria Luiza Mazzieri¹

ORCID: 0000-0002-9141-2611

Rubens da Silva Ferreira¹

ORCID: 0000-0002-9935-812X

Ana Paula de Sousa Cavalcanti¹

ORCID: 0000-0002-4641-4255

Mayara Raquel Silva¹

ORCID: 0000-0002-9688-4378

¹Universidade Paulista. São Paulo, Brasil.**Como citar este artigo:**

Kimura CSFG, Marui FRRH, Amaral JG, Vieira ECB, Mazzieri ML, Ferreira RS, Cavalcanti APS, Silva MR. Principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. Glob Acad Nurs. 2021;2(Spe.2):e114. <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200114>

Autor correspondente:

Carla Samara Ferreira da Gama Kimura

E-mail:

carlasamarakimura@gmail.com

Editor Chefe: Caroliny dos Santos Guimarães da Fonseca
Editor Executivo: Kátia dos Santos Armada de Oliveira

Submissão: 15-03-2021

Aprovação: 02-04-2021

Resumo

O objetivo foi identificar as principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem descritas na literatura. Este estudo é uma revisão integrativa da literatura qualitativa. Os artigos foram selecionados nas bases de dados BDNF, LILACS, MEDLINE e SciELO. As publicações incluídas no estudo foram 20 artigos. Os principais resultados encontrados para os fatores de risco para Síndrome de Burnout foram despersonalização, sobrecarga de trabalho, mau desempenho profissional e insatisfação profissional. Em relação aos principais sinais e sintomas, foram encontradas dores em membros superiores e inferiores, fadiga crônica, cefaleia e contraturas musculares. As principais consequências da Síndrome de Burnout encontradas foram esgotamento emocional, estresse, esgotamento profissional e falta de sono. A detecção precoce da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem é de grande importância, assim como o reconhecimento dos sinais e sintomas iniciais, para um tratamento e acompanhamento adequados.

Descritores: Burnout; Desgaste Profissional; Esgotamento Profissional; Esgotamento Psíquico; Esgotamento Emocional.

Abstract

The aim was to identify the main consequences of Burnout Syndrome in nursing professionals described in the literature. This study is an integrative literature review of a qualitative nature. Articles were selected from the BDNF, LILACS, MEDLINE and SciELO databases. Publications included in the study were 20 articles. The main results found for risk factors for Burnout Syndrome were depersonalization, work overload, low professional achievement, and professional dissatisfaction. Regarding the main signs and symptoms, pain in the upper and lower limbs, chronic fatigue, headache, and muscle contracture were found. The main consequences of Burnout Syndrome found were emotional exhaustion, stress, professional exhaustion, and sleep deficiency. The early detection of Burnout Syndrome in nursing professionals is of great importance, as well as the recognition of initial signs and symptoms, for proper treatment and follow-up.

Descriptors: Burnout; Professional Wear; Professional Exhaustion; Psychic Exhaustion; Emotional Exhaustion.

Resumen

El objetivo fue identificar las principales consecuencias del Síndrome de Burnout en los profesionales de enfermería descritas en la literatura. Este estudio es una revisión integradora de la literatura de carácter cualitativo. Los artículos fueron seleccionados de las bases de datos BDNF, LILACS, MEDLINE y SciELO. Las publicaciones incluídas en el estudio fueron 20 artículos. Los principales resultados encontrados para los factores de riesgo para el Síndrome de Burnout fueron despersonalización, sobrecarga laboral, bajo rendimiento profesional e insatisfacción profesional. En cuanto a los principales signos y síntomas, se encontraron dolor en miembros superiores e inferiores, fatiga crónica, cefalea y contracturas musculares. Las principales consecuencias del Síndrome de Burnout encontradas fueron el agotamiento emocional, el estrés, el agotamiento profesional y la falta de sueño. La detección precoz del Síndrome de Burnout en los profesionales de enfermería es de gran importancia, así como el reconocimiento de los signos y síntomas iniciais, para un adecuado tratamiento y seguimiento.

Descritores: Agotamiento; Desgaste Profesional; Agotamiento Profesional; Agotamiento Psíquico; Agotamiento Emocional.



Introdução

A Síndrome de Burnout (SB) é um distúrbio que está ligado diretamente ao desgaste emocional e exaustão dos profissionais, que lidam diretamente com pessoas que necessitam de uma atenção priorizada e frequente da assistência de saúde e cuidados prestados, com isso podendo levar a um desgaste tanto físico como emocional. Os fatores geradores da SB estão relacionados ao âmbito de trabalho como, por exemplo, aspectos relacionados a questões interpessoais como insegurança profissional, comunicação ineficaz e conflitos interpessoais, bem como a aspectos organizacionais do sistema de trabalho, como sobrecarga excessiva de trabalho, situações limitantes e níveis elevados de tensão e riscos¹.

Quase sempre existem sinais e sintomas que podem servir de alerta para que essa síndrome não se agrave. Em geral, os sinais e sintomas podem ser físicos ou até mesmo psicológicos, acompanhados de desgaste emocional, falta de motivação, atitudes negativas no âmbito de trabalho e aumento da irritabilidade que acaba, por fim, levando a um estresse ocupacional, pois esses profissionais são susceptíveis a adquirirem essa síndrome decorrente do desgaste durante as jornadas de trabalho¹.

A SB é muito comum em profissionais da área da saúde por ser uma profissão que lida diretamente com o público. Por isso a grande importância de identificar os sinais iniciais, possibilitando assim um tratamento adequado e identificação dos fatores que predisõem a sua ocorrência.

Na fase de alarme do distúrbio, os sinais não são identificados inicialmente, principalmente por haver um grande preconceito. Os fatores que acarretam a síndrome podem ser desencadeados no próprio ambiente de trabalho e estão interligados tanto ao sistema de trabalho quanto às relações interpessoais, levando a um favorecimento do surgimento do distúrbio de esgotamento do profissional².

Contudo, os fatores de risco agravantes no âmbito do trabalho, para o surgimento da síndrome está relacionada principalmente a jornadas duplas de trabalho, decorrentes da baixa remuneração, à intensa sobrecarga de trabalho justificada pela falta de profissionais, a falta de autonomia sofrida pelos profissionais, bem como a falta de autoridade; todos esses fatores acabam gerando um estresse que ao longo do tempo se torna crônico e com consequências graves à saúde do colaborador².

Segundo estudo realizado pela *International Stress Management Association no Brasil* (Isma-BR), cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros sofrem com a SB. Vários profissionais que lidam diretamente com o público sofrem de desgaste tanto físico quanto mental, em especial os profissionais da saúde, da categoria da enfermagem, ocupando a 3ª colocação na pesquisa, sendo os profissionais mais susceptíveis a síndrome³. Contudo, a preocupação em relação aos fatores agravantes e desencadeadores dessa síndrome se tornam relativos e preocupantes, pois está ligada diretamente à saúde do colaborador da equipe de enfermagem como um todo, sendo de grande importância a implementação de medidas para a prevenção da síndrome e seus agravos³.

A SB pode afetar diretamente a equipe de enfermagem, que muitas vezes não identifica precocemente os sinais e sintomas por diversos motivos; um deles, por exemplo, é não aceitar que pode estar apresentando características do agravo, achando natural alguns sentimentos e emoções. Os principais sentimentos que o indivíduo pode desenvolver são incompetência, fracasso, insegurança e desesperança, o que pode acarretar o surgimento de sintomas como fadiga, pressão alta, insônia, dor de cabeça frequente e cansaço físico e mental³.

A liderança local da equipe pode desempenhar um papel importante neste momento para amenizar o surgimento da doença e/ou seus sinais de agravamento, possibilitando aos trabalhadores de saúde a identificação dos primeiros sinais e os estimulando a solicitar ajuda breve. No âmbito laboral o enfermeiro possui um importante papel, que é zelar pelo bem-estar e a qualidade de vida de seus colaboradores, ofertando assim meios para amenizar os efeitos estressores no ambiente de trabalho, prevenindo novos fatores agravantes. Algumas ações que a liderança poderia desenvolver: realizar orientações sobre exercício físico; o bem-estar tanto espiritual como corporal no ambiente de trabalho e fora dele; realizar ações de educação em saúde sobre a SB, tendo em vista sempre fatores relevantes para o surgimento da doença⁴.

Desta forma, podemos ofertar um ambiente acolhedor e calmo, tendo como objetivo melhorar, reduzir e possibilitar a equipe de enfermagem a redução de fatores estressores no ambiente de trabalho, melhorando o seu empenho e identificação precoce da SB.

A SB tem sido apontada como umas das principais causas de esgotamento profissional, e a equipe de enfermagem tem sido um dos principais alvos por estar lidando diretamente com indivíduos que necessitam diretamente do seu cuidado, além do excesso da carga horária de trabalho e jornadas duplas e exaustivas. Esses elementos podem gerar grandes consequências, como o surgimento de dores de cabeça frequentes, fadiga e insônia decorrentes do cansaço físico e mental; e essas são algumas das consequências da síndrome que, se não forem tratadas, podem acabar agravando ainda mais o quadro clínico dos indivíduos que nela se encontram⁴.

Este trabalho, por meio da revisão da literatura, possibilitará identificar evidências científicas que fornecerão conhecimento técnico para que a equipe de enfermagem consiga identificar os profissionais que se encontram nesse sofrimento e assim evitar as principais consequências da síndrome, bem como ajudar a equipe de trabalho que se encontra nessa condição.

Para a realização desse estudo foi feita a seguinte pergunta norteadora: Quais as principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem? Que tem como objetivo identificar as principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem descritas na literatura.

Metodologia

Este estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura de caráter qualitativo, onde foram utilizadas as



seguintes bases de dados: BDEF, LILACS, MEDLINE e SciELO. Os critérios de inclusão utilizados para esse estudo foram artigos publicados na língua portuguesa, disponíveis na íntegra, entre os anos de 2015 e 2019 e que respondam à pergunta norteadora.

Os critérios de exclusão utilizados foram publicações que não estão disponíveis na língua portuguesa, na íntegra, fora do recorte temporal predeterminado, artigos duplicados e artigos que fugiam do tema proposto da pergunta norteadora. O levantamento bibliográfico foi realizado entre os meses de julho e agosto de 2020. Para este estudo foi utilizado o operador booleano OR. Os descritores selecionados foram Burnout, desgaste profissional, esgotamento profissional, esgotamento psíquico e esgotamento emocional.

Coletado os dados, os artigos foram agrupados após leitura e seleção nas bases de dados, os mesmos foram

apresentados e organizados em categorias contendo: ano de publicação, autores, título do artigo, local de publicação e amostragem, atendendo assim aos critérios de inclusão.

Resultados

No primeiro momento foram identificados nas bases de dados selecionadas 61.554 artigos no total, após primeira análise foram encontrados 2.643 artigos e excluídos 58.911. Os artigos que foram selecionados após a análise minuciosa e leitura dos títulos dos artigos na íntegra, foram 267 artigos. As publicações selecionadas após a leitura criteriosa dos resumos foram 74 artigos, os artigos que foram excluídos após leitura na íntegra foram 53 artigos. publicações selecionadas incluídas no estudo, após análise dos critérios de inclusão, foram 20 artigos no total.

Quadro 1. Lista de artigos selecionados nas bases de dados. São Paulo, SP, Brasil, 2020

Ano de publicação de artigo	Autor em formato de citação	Título do artigo	Fonte	Amostra
2019	Carvalho DP, Rocha LP, Pinho EC, Tomaszewski-Barlem JG, Barlem ELD, Goulart LS.	Carga de trabalho e os desgastes à saúde dos trabalhadores da enfermagem.	Rev. Bras. Enferm. V.72.	Dor em MMSS, dor em região cervical e lombar, dor em MMII, contratura muscular, edema em MMII, cansaço mental, cefaleia, nervosismo, esquecimento, estresse, depressão, fadiga, ansiedade.
2019	Ribeiro EKC, Ribeiro AMN, Balduino LS, Ferreira MTA, Balduino LS.	Conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre a Síndrome de Burnout.	Rev. Enferm. UFPE On line	Carga horária excessiva, estresse, rotina exaustiva, sobrecarga de trabalho, afastamento do trabalho, alterações da memória, a agressividade, cefaleia, dor em MMSS e MMII, distração, fadiga.
2019	Paiva JDM, Cordeiro JJ, Silva KKM, Azevedo GS, Bastos RAA, Bezerra CMB, et al.	Fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros.	Rev. Enferm. UFPE On line	Jornada excessiva de trabalho, insatisfação profissional, despersonalização, exaustão emocional, estresse, fadiga laboral intensa, tempo de formação, recursos insuficientes, contratos temporários, duplo vínculo empregatício, conflitos de valores pessoais e institucionais.
2019	Buss PBS, Silva RM, Beck CLC, Trindade LR, Prestes FC, Coelho APF.	Prazer e sofrimento em trabalhadores de enfermagem da sala de recuperação pós-anestésica.	REME Rev. Min. Enferm.	Esgotamento profissional, falta de reconhecimento, insatisfação profissional, baixa produtividade, sentimento de impotência.
2019	Santos JNMO, De La Longuiniere ACF, Vieira SNS, Amaral APS, Sanches GJC, Vilela ABA.	Estresse ocupacional: exposição da equipe de enfermagem de uma unidade de emergência.	Rev. Pesqui. Cuid. Fundam. V.11.	Sobrecarga de trabalho, alta demanda, número insuficiente de profissionais.
2019	Silva FG, Andrade AP, Ponte KMA, Ferreira VES, Sousa BS, Gonçalves KG.	Predisposição para Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem do serviço de atendimento móvel de urgência.	Rev. Enferm. Foco V.10.	Exaustão emocional, despersonalização, depressão, agressividade, isolamento, mudança de humor, ansiedade, alteração da memória, dificuldade de concentração, tristeza, pessimismo, baixo autoestima.
2019	Nascimento JOV, Santos J, Meira KC, Pierin AMG, Talarico JNS.	Trabalho em turnos de profissionais de enfermagem e a pressão arterial, Burnout e transtornos mentais comuns.	Rev. Esc. Enferm. V.53.	Exaustão emocional, despersonalização, deficiência do sono, alto risco cardiovascular, depressão, ansiedade, insônia úlcera digestiva, cefaleia, alterações da PA, tensão muscular, fadiga crônica.
2018	Vidotti V, Ribeiro RP, Galdino MJQ, Martins JT.	Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem.	Rev. Latino-Am. Enfermagem. V.26.	Exaustão emocional, alta demanda, baixo apoio social, insatisfação com o sono e recursos financeiros, alta despersonalização, baixa realização profissional.
2018	Nogueira LS, Sousa RMC, Guedes ES, Santos MA, Turrini RNT, Cruz DALM.	Burnout e ambiente de trabalho de enfermeiros em instituições públicas de saúde.	Rev. Bras. Enferm. V.71.	Exaustão emocional, baixa realização profissional, baixa autonomia, baixo suporte organizacional, despersonalização, sobrecarga de trabalho.
2018	Lorenz VR, Sabino MO, Filho HRC.	Esgotamento profissional, qualidade e intenções entre enfermeiros de saúde da família.	Rev. Bras. Enferm. V.71.	Exaustão emocional, despersonalização, esgotamento profissional.

Principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem

Kimura CSFG, Marui FRRH, Amaral JG, Vieira ECB, Mazzieri ML, Ferreira RS, Cavalcanti APS, Silva MR

2018	Fonsêca AGS, Vitorino MF, Evangelista CB, Guimarães KSL, Lordão AV, Santiago TA, et al.	Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe de enfermagem obstétrica.	Rev. Enferm. UFPE On line V.12.	Esgotamento físico, esgotamento mental, depressão, ansiedade, pânico, despersonalização.
2018	Vitorino MF, Rodrigues MSD, Evangelista CB, Guimarães KSL, Batista JBV, Fonsêca AGS, et al.	Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe de enfermagem neonatal.	Rev. Enferm. UFPE. On line. V.12.	Sobrecarga de trabalho, esgotamento físico, estresse, depressão, trabalho excessivo, desgaste físico, exaustão emocional, ansiedade, alteração do sono, fadiga crônica, dores, distração, ausência no trabalho, isolamento, conflitos, despersonalização.
2018	Silva GSA, Silva GAV, Silva RM, Andolhe R, Padilha KG, Costa ALS.	Estresse e Burnout em profissionais de enfermagem de unidade de terapia intensiva e semi-intensiva.	Rev. Revisa V.7.	Estresse, desgaste, fadiga, sobrecarga de trabalho, alto desgaste emocional, alta despersonalização, baixa competência profissional, desvalorização, conflito de funções e condições de trabalho, diminuição da produtividade, baixa produtividade, falta de motivação, afastamento, alta rotatividade de profissionais, baixa qualidade da assistência.
2017	Vasconcelos EM, Martino MMF.	Preditores da síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva.	Rev. Gaúcha Enferm. V.38.	Exaustão emocional, alta despersonalização, baixa realização profissional, sobrecarga de trabalho, duplo vínculo.
2017	Padilha KG, Barbosa RL, Andolhe R, Oliveira EM, Ducci AJ, Bregalda RS, et al.	Carga de trabalho de enfermagem, estresse/Burnout, satisfação e incidentes em unidade de terapia intensiva de trauma.	Texto contexto. Enferm. V.26.	Falta de motivação, insatisfação no trabalho, cansaço, estresse, desgaste, insatisfação profissional, ambiente laboral inadequado.
2017	Puerto JC, Soler LM, Montesinos MJL, Marcos AP, Chorda VMG.	Uma nova contribuição para a classificação dos fatores estressores que afetam os profissionais de enfermagem.	Rev. Latino-Am. Enfermagem. V.25.	Sobrecarga de trabalho, interrupções frequentes, estresse, relação conflituosa com equipe, falta de apoio recursos limitados, múltiplas responsabilidades.
2016	Araújo ST, Penaforte KL.	Riscos psicossociais relacionados ao trabalho: percepção dos profissionais de enfermagem.	Rev. Enferm. UFPE On line V.10.	Falta de preparo, falta de capacitação, sobrecarga de papéis, longas horas de trabalho, recursos materiais insuficientes.
2016	Sanchez FFS, Oliveira R.	Aspectos mediadores e desencadeadores da síndrome de Burnout nos enfermeiros.	Rev. CuidArte, Enferm. V.10.	Desgaste emocional, exaustão, despersonalização, baixa realização pessoal.
2015	Cruz SP, Abellán MV.	Desgaste profissional, stress e satisfação no trabalho do pessoal de enfermagem em um hospital universitário.	Rev. Latino-Am. Enfermagem. V.23.	Estresse ocupacional, desgaste profissional, exaustão emocional, alta despersonalização, baixa realização pessoal.
2015	Ferreira NN, Lucca SR.	Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do estado de São Paulo.	Rev. Bras. Epidemiol. V.18.	Baixa autonomia, desgaste emocional, alta despersonalização, baixa realização profissional.

Discussão

Na enfermagem, por conta da alta exposição, a fatores psíquicos e fisiológicos surgem sinais e sintomas, agravantes a saúde do trabalhador devido ao desgaste e à exposição ao estresse. Os fatores fisiológicos são ocasionados pela alta exposição e pelo risco devido aos fatores biológicos como infecções, que podem ser virais e ou bacteriana, por conta da manipulação de medicamentos, e exposição a secreções e pacientes contaminados; com isso ocorre desgaste fisiológico apontado pela equipe de enfermagem, ocasionando cefaleia, dores em região lombar e cervical, bem como em MMSS e MMII, por conta da alta exposição, postura inadequada, contratura muscular pela grande carga de peso e horas em pé, que pode ocasionar em edema de MMII. Os fatores psíquicos estão associados ao grande desgaste tanto físico como mental, pois os trabalhadores de enfermagem estão na linha de frente do cuidado, sendo assim os maiores prestadores de assistência imediata; por conta dessa grande carga psíquica acabam desenvolvendo fadiga, estresse, ansiedade, irritabilidade e

depressão, devido à alta dificuldade de concentração e medo de cometer erros⁵.

Os profissionais de enfermagem mais acometidos pela síndrome eram os profissionais do sexo feminino, mostrando na sua maioria desconhecer a Síndrome de Burnout, sendo assim um dado que mostra grande preocupação. Por conta da demanda de alto grau de atenção, esses profissionais estão em constante estresse crônico, já que estão frente à morte de pacientes e em constante conflito tanto com colegas da profissão, como com familiares dos pacientes. A pesquisa mostrou graves consequências como afastamento do trabalho ocasionado pelo constante estresse sofrido. Encontraram-se também a fadiga constante, alterações da memória, com a possibilidade de ocorrer negligência por falta de atenção, a agressividade, surgimento de sentimentos de onipotência e isolamento, reduzindo assim a qualidade da assistência prestada. Essas ações são justificadas pelo duplo vínculo de trabalho e papéis que muitas vezes essas mulheres desempenham por conta das atividades domésticas, levando



assim a uma sobrecarga. Outros fatores foram relacionados, como a cefaleia, dor, dispnéia, ansiedade e depressão, levando assim os profissionais a uma baixa qualidade da assistência prestada⁶.

As jornadas de trabalho excessivas ocorrem por conta de duplo vínculo e dimensionamento efetuado de maneira inadequada; por conta disso, as escalas mal planejadas acabam oferecendo riscos à saúde do trabalhador, desgastando-o e levando o profissional a alto nível de estresse constante. Devido às demandas no ambiente de trabalho, o profissional de enfermagem acaba sobrecarregando as suas funções e com isso estando em constante exaustão emocional, pois essa sobrecarga de demanda afeta a assistência ofertada ao paciente. A insatisfação profissional está relacionada diretamente às condições impróprias de trabalho, nas quais os recursos em sua maior parte são insuficientes, levando à fadiga laboral intensa e a conflitos de valores pessoais e institucionais. A despersonalização se faz presente pelos profissionais de enfermagem, pois em um ambiente de grandes situações de estresse o profissional está mais preocupado no bem-estar do próximo, esquecendo assim o seu, e isso acaba levando à perda de interesse pelo serviço e em insatisfação profissional. Essas características se tornam graves para o comprometimento da SB⁷.

A SB se faz presente mais em profissionais do sexo feminino do que no masculino, e em profissionais recém-formados, cuja sua trajetória e falta de experiência acaba afetando seu estado mental e físico. Os auxiliares de enfermagem demonstraram grande nível de insatisfação, por conta da falta de reconhecimento e sentimento de impotência, pois no âmbito laboral são responsáveis por procedimentos e técnicas de baixa complexidade. A insatisfação profissional está associada a sentimento de injustiça e à desvalorização que, por conta da vivência no ambiente de trabalho, acabam levando a um esgotamento profissional elevado, e com isso diminuindo a sua produtividade, afetando tanto a instituição como demais profissionais⁸.

O dimensionamento inadequado da equipe de enfermagem, gera alta demanda e sobrecarga de trabalho individual, agravando assim o sistema de saúde ofertado, levando a baixa prestação de cuidados necessários. O correto dimensionamento da equipe enfermagem se faz necessário para que se possa garantir qualidade na saúde e segurança na assistência prestada; a inadequação do dimensionamento afeta o quantitativo de profissionais, que por conta disso são insuficientes na prestação de cuidados, levando esses profissionais a um alto risco a fatores físicos e psicológicos. O número insuficiente de profissionais acarreta a sobrecarga da equipe de enfermagem, o que se reflete nas práticas de saúde. A falta de profissionais e o acúmulo de atividades assistenciais levam os profissionais ao sofrimento físico e emocional, gerando sentimentos de ansiedade e impotência⁹.

A SB está presente em profissionais que antes mesmo de perceber o quadro já apresentavam sinais e sintomas; esses sintomas eram ligados ao baixo nível de realização pessoal, bem como à baixa autoestima, à

insatisfação no âmbito laboral e à desmotivação quanto ao trabalho, sendo a frustração um fator desencadeador para a SB. A fase em que se inicia o quadro pode ser relacionada ao estresse, e o profissional pode apresentar agressividade, mudanças drásticas de humor, isolamento. O ambiente de trabalho também corrobora para o surgimento da SB, onde as condições de trabalho podem afetar diretamente a saúde do trabalhador, levando-o a uma exaustão emocional intensa, bem como o ambiente organizacional, pelas condições de trabalho, podendo levar a equipe a um ambiente hostil, que gera grande sobrecarga emocional e ocupacional. Os profissionais mais propensos à SB são os profissionais de enfermagem devido à exposição direta ao sofrimento do paciente. A despersonalização gera no profissional afetado, sentimentos de baixa realização pessoal levando-o a avaliações negativas sobre si e sobre a equipe de enfermagem, cinismo e atitudes negativas, gerando no profissional ansiedade, tristeza e pessimismo¹⁰.

Os trabalhadores mais expostos a riscos cardiovasculares são os que trabalham em turnos, principalmente o noturno, observando-se o alto nível de pressão arterial, que expõe um indivíduo a um maior risco cardiovascular. Os profissionais de enfermagem acabam muitas vezes optando pelos plantões noturnos devido ao adicional noturno e à facilidade na vida diária, já que a maioria dos profissionais são do sexo feminino, e assim acabam tendo duplas jornadas. Devido as altas prevalências da SB, o profissional afetado pode apresentar exaustão emocional ligada à sobrecarga de funções e horas de trabalho, deixando-o constantemente doente, apresentando quadros como, tensão muscular, fadiga crônica, cefaleia, insônia e cefaleia. Os profissionais de enfermagem apresentaram grandes níveis de despersonalização, estando associada à baixa realização profissional e à sobrecarga de trabalho, bem como, se mostraram mais susceptíveis a problemas cardiovasculares e hipertensão, levando a quadros como depressão e ansiedade¹¹.

Contudo, estudo mostrou que a SB está relacionada com o turno diurno, no qual a maioria dos profissionais de enfermagem são jovens do sexo feminino, e com união estável. No estudo levou-se em consideração que no turno diurno há maior alta de exigência dos profissionais devido à grande demanda dos cuidados prestados. Somar essa carga de trabalho com a relação com outros profissionais da saúde, leva ao aumento do estresse, e da exaustão emocional. No que diz respeito a alta despersonalização, o estudo mostra que essas características estão mais presentes em enfermeiros por conta da alta demanda de atividades no ambiente laboral. O sedentarismo também está relacionado ao surgimento da alta despersonalização, sendo que atividades físicas promovem sensação de bem-estar e proteção contra doenças crônicas, bem como melhor qualidade de vida. Está também associada à SB a insatisfação em relação aos padrões de sono, com relatos de insônia e período insuficiente de sono, o que acaba diminuindo sua qualidade que também foi associada, à exaustão emocional e à despersonalização, levando assim a altos índices de comprometimento por SB¹².



A SB é um quadro crônico, desenvolvido a partir de fatores relacionados ao âmbito laboral, o que acaba por trazer grandes consequências para os profissionais. Esses profissionais da enfermagem, muitas vezes, são inseridos em um ambiente de trabalho estressor em que a sobrecarga de trabalho é intensa, bem como o tempo de experiência, principalmente dos profissionais mais jovens, são fatores agravantes para o surgimento do quadro clínico. Quanto aos aspectos do ambiente de trabalho, predominaram sobrecarga de trabalho, a relação multiprofissional, a despersonalização, que pode estar ligada diretamente à exaustão emocional, bem como a ausência de liderança, prejudicando assim a qualidade da assistência prestada no âmbito laboral¹³.

As condições práticas de enfermagem no âmbito laboral podem acarretar o desenvolvimento da SB, sendo assim uma questão de saúde pública, por envolver a saúde do trabalhador e questões de previdência e seguridade social. A prevalência da SB é maior no sexo feminino, por conta da feminização da profissão. Devido à exaustão emocional, frequentemente ocorre insegurança nos profissionais levando-os a avaliar-se negativamente, diminuindo assim a sua realização profissional e aumentando a frustração dos profissionais de enfermagem; com isso, a alta rotatividade se faz presente, sendo a exaustão emocional um fator preditor para o abandono do trabalho. O esgotamento profissional se faz presente devido às condições atuais do trabalho, nas quais os recursos acabam não sendo suficientes para a prestação adequada do serviço. A despersonalização está correlacionada a níveis baixos de realização pessoal, afetando diretamente a qualidade da assistência prestada, resultando em baixa produtividade¹⁴.

O acometimento da SB é maior no sexo feminino, feminizando a saúde na sua grande parte. Ainda a faixa etária e o estado civil são fatores que predispõem ao esgotamento físico. A onde a ausência de equipamento e espaço traz a falta de comunicação na equipe, e a falta de conhecimento e o desprezo em relação a SB se mostraram como fatores preocupantes. O esgotamento mental se faz presente devido à alta demanda, prejudicando assim tanto os profissionais como os pacientes, pois os julgamentos negativos do próprio profissional em relação a si mesmo acabam trazendo atitudes de ansiedade, pânico e depressão. A SB é relacionada como um tipo de depressão, com todas as consequências e os agravos relacionados, sendo considerada assim uma doença de trabalho devido ao esgotamento tanto físico como mental, caracterizada pela baixa realização do profissional. A despersonalização é caracterizada como um mecanismo de defesa do trabalhador, e o profissional de enfermagem acaba criando uma personalidade na qual se mostra em sua grande parte cínico, rígido e invisível, permitindo dessa forma um afastamento de problemas que possam influenciar o seu sofrimento¹⁵.

Os profissionais mais vulneráveis ao acometimento da SB são os profissionais da saúde, sendo a equipe de enfermagem mais suscetível ao desenvolvimento do Burnout, pois são os profissionais que trabalham sob pressão e turnos dobrados, levando-os a um quadro de

esgotamento físico e mental. Os profissionais da enfermagem, por estabelecer um vínculo com seus pacientes e permanecer várias horas no hospital, acabam sujeitos a um trabalho excessivo, e expostos a estresse e situações de tensão, aumentando o risco do surgimento da SB. A exaustão emocional está associada ao desgaste físico e mental do colaborador, pois o negativismo surge frente às atividades no ambiente laboral. O desinteresse, isolamento, conflitos e a ausência no trabalho estão associados à despersonalização do trabalhador tanto quanto à equipe quanto ao âmbito laboral, levando-o a apresentar irritabilidade, bem como ao comportamento de cinismo com os demais colegas de trabalho. A sobrecarga e as condições de trabalho, a baixa experiência e a insatisfação levam o profissional a quadros de depressão e ansiedade. Além disso o profissional acometido pela SB pode apresentar alterações de sono devido aos plantões duplos e à carga horária excessiva, dores devido a posturas incorretas e longos períodos em pé, fadiga crônica e a distração¹⁶.

Observa-se que a sobrecarga de trabalho leva os profissionais de enfermagem a um alto nível de estresse, além de um sentimento de descontentamento e desgaste emocional em relação à realização profissional. As condições de trabalho, a desvalorização e os conflitos de funções afetam os profissionais diretamente, diminuindo assim a qualidade da assistência prestada. O desgaste emocional acaba interferindo não só no ambiente organizacional e institucional, mas também nas demandas interpessoais e na qualidade de vida dos profissionais da enfermagem; esse fator pode levar o profissional a um quadro de despersonalização, culminando no seu afastamento, gerando um comportamento de rispidez e frieza como modo de proteção ao desgaste e esgotamento, e a falta de motivação e a alta rotatividade de profissionais, pode levar o profissional a um afastamento de suas funções, resultando em baixa produtividade e queda na qualidade da assistência prestada¹⁷.

Foi identificado que os fatores sociodemográficos mais os hábitos de vida estão relacionados com a ocorrência da SB, especialmente por conta da alta demanda no âmbito laboral. Os principais resultados encontrados foram que os enfermeiros da unidade de terapia intensiva que participaram da pesquisa demonstraram níveis elevados de exaustão emocional, despersonalização e baixo nível de realização profissional. O artigo também aborda que alguns fatores estão associados ao surgimento da SB, sendo eles: ser do sexo feminino, e a idade, já que profissionais mais jovens, normalmente em início de carreira, também são menos experientes. Os plantões noturnos e a sobrecarga de trabalho devido aos plantões duplos, também estão associados ao desenvolvimento da SB¹⁸.

As medidas de estratégias no dimensionamento da equipe de enfermagem, bem como a melhoria no cuidado, resultam em uma melhor qualidade na assistência. O estudo mostra que a relação entre o estresse e o Burnout são constantes principalmente em mulheres, o que não é uma coincidência, uma vez que a enfermagem tem uma predominância do sexo feminino. Os enfermeiros que atuam nas unidades de terapia intensiva de trauma estão



constantemente em situações que levam ao estresse, desgaste, à falta de motivação e à insatisfação no trabalho, mostrando assim a importância da prevenção do Burnout nas instituições, onde há uma demanda maior de assistência, para que assim não haja um comprometimento nos cuidados prestados¹⁹.

Os transtornos físicos e psíquicos estão ligados diretamente à saúde dos trabalhadores da enfermagem, ocasionando assim efeitos negativos e prejudiciais à saúde. A enfermagem é considerada uma das profissões mais geradoras de estresse no âmbito laboral, por conta de diversos fatores como, por exemplo, a sobrecarga de trabalho, as múltiplas responsabilidades no âmbito laboral, as relações conflituosas e a falta de apoio, estando também relacionada ao dimensionamento inadequado, gerando assim fontes estressoras, dificultando que o profissional de enfermagem ofereça uma boa qualidade no atendimento e na prestação de cuidados ao cliente²⁰.

A SB mostra prevalência no sexo feminino, pela presença de mais profissionais mulheres, bem como a essência do cuidar ser ligado diretamente ao papel da mulher, na sociedade. A falta de preparo e capacitação está presente nos profissionais da enfermagem, devido à ausência da educação permanente, situação agravada quando o profissional está sobrecarregado e não consegue buscar novas atualizações sobre sua profissão para o crescimento do seu conhecimento. A falta de preparo pode prejudicar não só ao profissional como a comunidade exposta. A sobrecarga ocorre pelo fato do profissional ser responsável por várias funções tanto assistenciais como burocráticas, ficando incumbido por identificar os problemas tanto da equipe quanto da comunidade, prestando cuidados, sendo encarregado pelo planejamento, dentre várias outras funções; assim o acúmulo das funções acarreta prejuízo na qualidade assistencial prestada. As longas horas de trabalho e a falta de flexibilidade acarretam a carga horária excessiva, pois os profissionais acabam levando trabalho para casa e com isso causando ansiedade no trabalhador. A escassez de materiais e equipamentos afeta tanto a qualidade do atendimento prestado como gera insatisfação e o desgaste do profissional por não conseguir realizar o procedimento, trazendo assim estresse e risco para o desenvolvimento da SB²¹.

O surgimento do Burnout está associado à sobrecarga de trabalho. Outros fatores que predisõem o desenvolvimento da síndrome são a falta de apoio, o duplo vínculo e a insatisfação com o salário. O descontentamento e a falta de autonomia que levam o trabalhador ao desgaste emocional, e que desencadeiam um sofrimento físico e psíquico, além do tempo de experiência dos colaboradores que atuam na enfermagem, também se mostraram fatores de riscos alto para o desenvolvimento da síndrome. Identificou-se que a equipe de enfermagem acaba sofrendo ações que os levam a um quadro de exaustão devido à sobrecarga de trabalho e ao mal dimensionamento da equipe. A equipe de enfermagem, por estar em contato direto com o sofrimento, adoecimento e morte, acaba sofrendo grande tensão emocional e desgastes, levando assim ao acometimento por SB. Os aspectos relacionados à

baixa realização pessoal, estão ligados diretamente a conflitos de valores, desilusões, despreparo do profissional e, principalmente, dificuldade nas tomadas de decisões diárias, o que leva ao esgotamento físico e mental. A despersonalização é uma estratégia que o profissional encontra para se defender de situações estressoras, levando o mesmo a um comportamento inadequado, tanto em relação à equipe quanto aos clientes e à organização, podendo levar ao desligamento ou à ausência no ambiente de trabalho²².

Os profissionais de enfermagem, por serem os profissionais de maior número da área da saúde, são mais afetados por conta do alto desgaste durante os plantões e cuidados prestados 24 horas por dia, dois fatores associados diretamente à síndrome do desgaste profissional. A exaustão emocional está atrelada diretamente com a relação entre o profissional e o ambiente de trabalho, bem como as ações realizadas e estabelecidas dentro das instituições, diminuindo assim a sua satisfação no ambiente de trabalho. A despersonalização, que ocorre em profissionais casados e solteiros, pode estar relacionada ao desgaste profissional, e a baixa realização vem da insatisfação no ambiente de trabalho e ao baixo apoio familiar, afetando diretamente o profissional da saúde²³.

A saúde do trabalhador está relacionada diretamente ao dimensionamento da equipe e às duplas jornadas de plantões e turnos das instituições de saúde, podendo assim afetar o seu estado físico e mental. Os fatores contribuintes desse estado estão atrelados diretamente a relações organizacionais e institucionais, sendo elas fatores que predisõem ao acometimento pela SB, como as situações vivenciadas diariamente pela equipe de enfermagem. A baixa realização profissional está ligada diretamente à falta de valorização, bem como a o nível elevado de sobrecarga de trabalho e à baixa autonomia nas tomadas de decisão. Dessa forma é necessária uma busca sistematizada dos profissionais acometidos para um tratamento adequado, impedindo assim, os casos compulsórios da SB no ambiente de trabalho²⁴.

E o advento da pandemia causado pelo coronavírus denominado SARS-CoV-2 intensificou a frequência da Síndrome de Burnout entre os profissionais da área de saúde, pois é transmitido através de contato direto de pessoa a pessoa, por meio de gotículas ou pacientes assintomáticos. Os profissionais de enfermagem que têm atuado na linha de frente onde dedicam grande parte do tempo ao atendimento a pacientes acometidos pelo covid-19, exigindo assim um grande esforço físico e emocional desses profissionais, acabam em decorrência disso, também enfrentando um grande fator estressante devido à preocupação em estar exposto a doença²⁵.

Conclusão

Por meio do presente estudo foi levantado que os profissionais de enfermagem mais acometidos pela Síndrome de Burnout eram os profissionais do sexo feminino, por conta da feminização da profissão e devido aos profissionais em sua maioria ser do sexo feminino. As limitações quanto ao conhecimento da síndrome se



mostraram bastante preocupantes, pois a maioria dos profissionais não tinha conhecimento dos fatores desencadeadores bem como seus principais sinais e sintomas, e suas consequências, o que pode afetar diretamente o seu desempenho e realização quanto à profissão.

Com o estudo realizado evidenciou-se que os principais fatores de risco para a Síndrome de Burnout foram a despersonalização, sobrecarga de trabalho, baixa realização profissional, insatisfação profissional, falta de reconhecimento e recursos insuficientes, sendo esses os fatores que expõem o profissional ao acometimento pela SB. Mostrou-se também que os principais sinais e sintomas foram fadiga crônica, dor em MMSS e MMII, cefaleia, alterações da memória, contratura muscular e baixa autoestima, podendo levar a graves consequências como exaustão emocional, estresse, depressão, ansiedade, esgotamento profissional, deficiência do sono e baixa produtividade, respondendo com clareza e êxito a pergunta norteadora da pesquisa.

A pandemia da COVID-19 amplificou ainda mais os casos de Síndrome de Burnout entre os profissionais da enfermagem, onde cuidados são necessários para a prevenção do absenteísmo entre esses profissionais que por estarem na linha de frente enfrentam grandes desafios. Sendo assim faz-se necessário técnicas que ajudem a relaxar e tirar o foco do fator estressante, como por exemplo não levar o trabalho para casa e procurar atividades que proporcione relaxamento.

Conclui-se que se fazem necessárias ações de promoção e prevenção, e há necessidade de ações educativas nas instituições de saúde, em relação as atuações preventivas da Síndrome de Burnout, por meio da realização de programas que conscientizem os profissionais da enfermagem sobre os principais fatores desencadeantes da síndrome, possibilitando que os profissionais possam implementar estratégias de enfrentamento e, assim, contribuir para uma melhor eficácia e qualidade de vida no ambiente laboral desses trabalhadores.

Referências

1. Silva JL. Fatores psicossociais e prevalência da Síndrome de Burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*. 2015 Nov 14 [citado 7 Abr 2020];27(2). Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbti/v27n2/0103-507X-rbti-27-02-0125.pdf>.
2. Carvalho CG, Magalhães SR. Síndrome de Burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações* [Internet]. 2011 [citado 7 Abr 2020];9(1):200-210. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/86/pdf>.
3. Sá F. Burnout: mais próximo do setor da saúde do que se imagina. *FEHOESP* [Internet]. São Paulo; 2017 [citado 28 Abr 2020]; (9):17-23. Disponível em: <http://www.ismabrasil.com.br/img/estresse105.pdf>
4. Kovalski DF, Bressan A. A Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. *Saúde & Transformação Social* [Internet]. 2012 [citado 06 Abr 2020];3(2):107-113. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2653/265323670015.pdf>.
5. Carvalho DP, Rocha LP, Pinho EC, Tomaschewski-Barlem JG, Barlem ELD, Goulart LS. Cargas de trabalho e os desgastes à saúde dos trabalhadores da enfermagem. *Rev. Bras. Enferm.* [Internet]. 2019 [citado 18 Out 2020]; 72(6): 1435-1441. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672019000601435&lng=en.
6. Ribeiro EKC, Ribeiro AMN, Balduino LS, Ferreira MTA, Balduino LS. Conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre a Síndrome de Burnout. *Rev. Enferm. UFPE*. [Internet]. 2019 [citado 20 Out 2020] ; 13(2): 416-423. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1010200>
7. Paiva JDM, Cordeiro JJ, Silva KKM, Azevedo GS, Bastos RAA, Bezerra CMB, et al. Fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros. *Rev. Enferm. UFPE* [Internet]. 2019 Fev; [Citado 20 Out 2020]; 13(2): 483-490. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/235894>
8. Buss PBS, Silva RM, Beck CLC, Trindade LR, Prestes FC, Coelho APF. Prazer e sofrimento em trabalhadores de Enfermagem da sala de recuperação pós-anestésica. *REME – Rev Min Enferm.* 2019 Jan [citado em 2020 Out 20];23: e-1192 Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1008478>
9. Santos JNMO, De La Longuiniere ACF, Vieira SNS, Amaral APS, Sanches GJC, Vilela ABA. Estresse ocupacional: exposição da equipe de enfermagem em uma unidade de emergência. *Rev. research. atendimento encontrado* [Internet]. 2019 [citado em 20 de outubro de 2020]; 11 (2): 455-463. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-969915>
10. Silva FG, Andrade AP, Ponte KMA, Ferreira VES, Sousa BS, Gonçalves KG. Predisposição para Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem do serviço de atendimento móvel de urgência. *Enferm. foco (Brasília)*, 2019 [citado 2020 Out 21]; 10 (1): 40-45. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1600/491>
11. Nascimento JOV, Santos J, Meira KC, Pierin AMG, Souza-Talarico JN. Trabalho em turnos de profissionais de enfermagem e a pressão arterial, Burnout e transtornos mentais comuns. *Rev. esc. enferm. USP* [Internet]. 2019 [citado 22 Out 2020]; 53: e03443. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342019000100425 & lng = pt. Epub 30-Maio-2019. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018002103443>.
12. Vidotti Viviane, Ribeiro Renata Perfeito, Galdino Maria José Quina, Martins Julia Trevisan. Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2018 [citado 14 Out 2020]; 26: e3022. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692018000100337 & lng = en.
13. Nogueira LS, Sousa RMC, Guedes ES, Santos MA, Turrini RNT, Cruz DALM. Burnout e ambiente de trabalho de enfermeiros em instituições públicas de saúde. *Rev. Bras. Enferm.* [Internet]. 2018 Abr [citado 15 Out 2020]; 71 (2): 336-342. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018000200336 & lng = en. <https://doi.org/10.1590/0034-7167->



2016-0524.

14. Lorenz VR, Sabino MO, Corrêa FHR. Esgotamento profissional, qualidade e intenções entre enfermeiros de saúde da família. *Rev. Bras. Enferm.* [Internet]. 2018 [citado 2020 Out 19]; 71 (5): 2295-2301. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001102295 & lng = en. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0510>.
15. Fonsêca AGS, Vitorino MF, Evangelista CB, Guimarães KSL, Lordão AV, Santiago TA, et al. Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe de enfermagem obstétrica. *Rev. enferm. UFPE.* [Internet]. 2018 de 7; [citado 19 Out 2020]; 12 (10): 2683-2689. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234988>
16. Vitorino MF, Rodrigues MSD, Evangelista CB, Guimarães KSL, Batista JBV, Fonsêca AGS, Et al. Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe de enfermagem neonatal. *Rev. enferm. UFPE.* [Internet]. 2018 Conjunto 8; [citado 14 Out 2020]; 12 (9): 2308-2314. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234632>
17. Silva GSA, Silva GAV, Silva RM, Andolhe R, Padilha KG, Costa ALS. Estresse e Burnout em profissionais de enfermagem de unidade de terapia intensiva e semi- intensiva. *Rev. Cient. Sena Aires.* 2018 [citado 22 Out 2020]; 7(1): 5-11. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1096791>
18. Vasconcelos EM, Martino MMF. Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Rev. Gaúcha Enferm.* [Internet]. 2017 [citado 14 Out 2020]; 38(4): e65354. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472017000400417&lng=en.
19. Padilha KG, Barbosa RL, Andolhe R, Oliveira EM, Ducci AJ, Bregalda RS, et al. Carga de trabalho de enfermagem, estresse / Burnout, satisfação e incidentes em unidade de terapia intensiva de trauma. *Texto contexto - enferm.* [Internet]. 2017 [citado 15 Out 2020]; 26 (3): e1720016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072017000300322 & lng = en. Epub em 21 de setembro de 2017. <https://doi.org/10.1590/0104-07072017001720016>.
20. Puerto JC, Soler LM, Montesinos MJL, Marcos AP, Chorda VMG. Uma nova contribuição para a classificação dos fatores estressores que afetam os profissionais de enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2017 [citado 15 Out 2020]; 25: e2895. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692017000100337 & lng = en.
21. Araújo ST, Penaforte KL. Riscos psicossociais relacionados ao trabalho: percepção dos profissionais de enfermagem. *Rev. enferm. UFPE* [Internet]. 2016 Nov [citado 20 Out 2020]; 10 (11): 3831-3839, Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1031437>.
22. Sanchez FFS, Oliveira R. Aspectos mediadores e desencadeadores da Síndrome de Burnout nos enfermeiros. *CuidArte, Enferm* [Internet]. Jun 2016 [citado 2020 Out 21]; 10 (1): 61-67. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1027686>.
23. Cruz SP, Abellán MV. Desgaste profissional, stress e satisfação no trabalho dopessoal de enfermagem em um hospital universitário. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*[Internet]. 2015 Jun [citado em 15 Out 2020]; 23(3): 543-552. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692015000300543&lng=en. Epub July 03, 2015.
24. Ferreira Naiza do Nascimento, Lucca Sergio Roberto de. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. *Rev. bras.epidemiol.* [Internet]. 2015 Mai [citado 17 Out 2020]; 18(1): 68-79. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2015000100068&lng=en.
25. Ribeiro AP, Santos EM, Brunello MEF, Wysocki AD. COVID-19: repercussões e orientações acerca dos profissionais de enfermagem. *Glob Acad Nurs* [Internet]. 31º de dezembro de 2020 [citado 25º de março de 2021];1(3):e61. Disponível em: <https://globalacademicnursing.com/index.php/globacadnurs/article/view/102>

