BJIHS
ISSN 2674-8169
Qualis B3 CAPES 2021-2024 | Latindex | DOI | Google Acadêmico

SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Camyla Martins da Silva [1], Ieda Cunha da Silva[2], Camilla Carneiro Silva Queija[3]

https://doi.org/10.36557/2674-8169.2026v8n9p1687-1704
Artigo recebido em 26 de Agosto e publicado em 26 de Setembro de 2026

ARTIGO ORIGINAL

RESUMO

O presente trabalho analisa a Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem, abordando causas, manifestações, consequências e estratégias de prevenção. O ambiente hospitalar é apresentado como um espaço de alta complexidade, marcado por sobrecarga emocional, jornadas extensas, múltiplos vínculos e insuficiência de recursos humanos e materiais. Nesse contexto, investiga-se a relação entre as condições de trabalho e a incidência do Burnout, destacando sua elevada prevalência e seus impactos na saúde dos profissionais e na qualidade da assistência. A pesquisa tem como objetivo reunir evidências científicas sobre prevalência, fatores de risco, formas de enfrentamento e repercussões físicas, mentais e sociais da síndrome. O referencial teórico apresenta conceitos clássicos, classificações da OMS e do DSM-5-TR, fatores organizacionais e individuais, consequências profissionais e interpessoais, além do agravamento observado durante a pandemia de COVID-19. Também destaca o Maslach Burnout Inventory como instrumento de avaliação. Metodologicamente, trata-se de uma revisão integrativa orientada pelo PRISMA, com artigos publicados entre 2020 e 2025 nas bases LILACS, BDENF, SciELO e PubMed. Conclui-se que o Burnout é multifatorial e exige políticas institucionais voltadas ao bem-estar, à valorização profissional, à liderança empática, à qualidade de vida, ao equilíbrio entre trabalho e vida pessoal e à segurança da assistência prestada.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Enfermagem; Saúde Mental; Estresse Ocupacional; Qualidade de Vida no Trabalho.

[1] Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Inhumas FacMais, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem, no segundo semestre de 2026

[2] Acadêmicos(as) do 10º Período do curso de Enfermagem pela Faculdade de Inhumas. E-mail: camylamelo37@gmail.com

[3] Professor(a)-Orientador(a). Mestre em Gestão Organizacional - UFG. Docente da Faculdade de Inhumas. E-mail: camillacsq@gmail.com

BURNOUT SYNDROME AMONG NURSING PROFESSIONALS

ABSTRACT

This study analyzes Burnout Syndrome among nursing professionals, addressing its causes, manifestations, consequences, and prevention strategies. The hospital environment is characterized as a highly complex setting marked by emotional overload, long working hours, multiple employment relationships, and insufficient human and material resources. In this context, the relationship between working conditions and the incidence of Burnout is investigated, highlighting its high prevalence and its effects on professionals' health and the quality of care provided. The study aims to gather scientific evidence on the prevalence of the syndrome, its risk factors, coping strategies, and physical, mental, and social repercussions. The theoretical framework presents classical concepts, classifications established by the World Health Organization and the DSM-5-TR, organizational and individual factors, professional and interpersonal consequences, as well as the worsening of the syndrome observed during the COVID-19 pandemic. It also highlights the Maslach Burnout Inventory as an assessment instrument. Methodologically, this is an integrative literature review conducted according to the PRISMA guidelines, including articles published between 2020 and 2025 and indexed in the LILACS, BDENF, SciELO, and PubMed databases. It is concluded that Burnout is a multifactorial condition that requires institutional policies focused on well-being, professional recognition, empathetic leadership, quality of working life, work-life balance, and the safety of the care provided.

Keywords: Burnout Syndrome; Nursing; Mental Health; Occupational Stress; Quality of Working Life.

1 INTRODUÇÃO

O ambiente hospitalar é caracterizado por alta complexidade, intensa demanda assistencial e frequente escassez de recursos humanos e materiais. Nesse contexto, os profissionais de enfermagem estão expostos a jornadas prolongadas, sobrecarga emocional e contato constante com situações de dor, sofrimento e morte. Essas condições favorecem o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, reconhecida pela CID-11 como um fenômeno ocupacional decorrente do estresse crônico no trabalho, caracterizado por exaustão emocional, distanciamento da atividade profissional e redução da eficácia no trabalho (Maslach; Jackson, 1981; Perniciotti et al., 2020; Jarruche; Mucci, 2021; Leite et al., 2023).

Entre as manifestações mais frequentes da síndrome estão fadiga intensa, irritabilidade, insônia, dificuldades de concentração, afastamento emocional, sentimentos de inutilidade e sintomas físicos, como dores corporais. Além de comprometer a saúde física e mental dos trabalhadores, o Burnout interfere diretamente na qualidade da assistência, aumentando a possibilidade de erros, afastamentos, absenteísmo e insatisfação dos pacientes (Perniciotti et al., 2020; Sauer; Heilmann, 2023; Nicolau et al., 2024; Li et al., 2024).

Estudos recentes indicam elevada prevalência de Burnout entre profissionais de enfermagem brasileiros, mesmo após o período mais crítico da pandemia de COVID-19. A permanência desses níveis evidencia a continuidade de condições organizacionais desfavoráveis, como excesso de tarefas, falta de pausas adequadas, múltiplos vínculos empregatícios, lideranças inadequadas, ausência de reconhecimento profissional e insuficiência de suporte institucional (Magalhães et al., 2025; Treml et al., 2025; Dūdiņa; Martinsone, 2025).

O problema central deste estudo consiste em compreender de que forma os fatores presentes no ambiente hospitalar influenciam a ocorrência da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem. A investigação parte da compreensão de que a vulnerabilidade desses trabalhadores está relacionada tanto à natureza assistencial da profissão quanto às condições estruturais e organizacionais em que o trabalho é realizado, incluindo sobrecarga, falta de recursos, elevada responsabilidade e exposição contínua a situações emocionalmente desgastantes (Araújo; Peres; Faria, 2021; Galanis et al., 2021; Leite et al., 2023).

A realização do estudo justifica-se pela importância da enfermagem para o funcionamento dos serviços de saúde e pela necessidade de proteger a saúde dos profissionais responsáveis pelo cuidado direto aos pacientes. O adoecimento mental desses trabalhadores pode comprometer o atendimento humanizado, a segurança do paciente e a continuidade dos serviços, tornando indispensável a criação de ambientes laborais mais saudáveis, acolhedores e sustentáveis, com apoio psicossocial e intervenções institucionais de prevenção (Jun et al., 2021; Li et al., 2024; Paixão et al., 2025; Alharbi; McKenna, 2025).

O objetivo geral é identificar e analisar as evidências científicas sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. Especificamente, busca-se apresentar o conceito e as manifestações da síndrome, identificar fatores de risco ocupacionais, descrever suas repercussões físicas, mentais e sociais, analisar seus impactos na qualidade da assistência e na segurança do paciente e discutir estratégias de prevenção e enfrentamento fundamentadas em evidências científicas.

2 DESENVOLVIMENTO

A Síndrome de Burnout é um fenômeno ocupacional caracterizado por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. A exaustão emocional corresponde ao esgotamento físico e psicológico, enquanto a despersonalização envolve atitudes de distanciamento, insensibilidade ou cinismo em relação ao trabalho. A baixa realização profissional manifesta-se pela percepção de incompetência e ineficácia. O termo *burnout* foi utilizado inicialmente por Herbert Freudenberger, em 1974, para descrever o desgaste observado em trabalhadores de serviços assistenciais. Posteriormente, Maslach e Jackson consolidaram o conceito e desenvolveram o Maslach Burnout Inventory, instrumento amplamente empregado na avaliação da síndrome (Freudenberger, 1974; Maslach; Jackson, 1981; Li et al., 2024; Liang et al., 2025).

Na enfermagem, o Burnout apresenta especial relevância devido às longas jornadas de trabalho, à sobrecarga de atividades e à constante exposição a situações emocionalmente desgastantes. O Maslach Burnout Inventory possibilita identificar e acompanhar os níveis de comprometimento psicológico associados ao trabalho. Quando não prevenido ou tratado, o Burnout pode provocar absenteísmo, redução da produtividade, aumento da rotatividade profissional e prejuízos à saúde mental. Suas dimensões interagem de forma contínua, comprometendo o bem-estar dos profissionais, a satisfação no trabalho, a qualidade da assistência e a segurança dos pacientes (Oliveira et al., 2020; Li et al., 2024; Nicolau et al., 2024).

2.1 Definição segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM).

O Ministério da Saúde define a Síndrome de Burnout como um transtorno emocional relacionado ao esgotamento profissional, caracterizado por exaustão intensa, estresse e desgaste físico e mental decorrentes de condições de trabalho excessivamente exigentes. A síndrome resulta da exposição prolongada a fatores estressores ocupacionais, provocando perda de energia, redução do envolvimento com o trabalho, sentimento de frustração e percepção de baixa eficácia profissional. Por representar um problema relevante de saúde, exige ações institucionais voltadas à prevenção e à promoção do bem-estar dos trabalhadores (Jarruche; Mucci, 2021).

O DSM-5-TR descreve o Burnout como uma reação prolongada a estressores interpessoais crônicos no ambiente laboral, manifestada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. Essa condição está associada a demandas profissionais excessivas, ausência de suporte institucional, afastamento emocional do trabalho e comprometimento do desempenho e do bem-estar psicológico. Dessa forma, o Burnout ultrapassa a simples sensação de cansaço, reforçando a necessidade de políticas de prevenção, acompanhamento e apoio psicológico nas instituições de saúde (Dias et al., 2025).

2.2 Burnout no contexto da Enfermagem.

Os profissionais de enfermagem apresentam maior risco de desenvolver Burnout devido ao contato constante com dor, sofrimento e morte, além das longas jornadas, da alta responsabilidade e da intensa carga emocional. Durante a pandemia de COVID-19, houve

aumento da exaustão, da ansiedade e do desejo de abandonar a profissão (Li et al., 2024; Galanis et al., 2021; Liang et al., 2025).

No ambiente hospitalar, a sobrecarga de tarefas, a falta de profissionais e recursos e a pressão por resultados favorecem o desenvolvimento da síndrome. Como consequência, podem ocorrer prejuízos à saúde física e mental, aumento do absenteísmo, rotatividade e maior risco de erros na assistência (Leite et al., 2023).

O Burnout também pode causar ansiedade, depressão, insônia e redução da empatia, comprometendo as relações interpessoais e o cuidado humanizado. Por isso, sua prevenção deve envolver apoio psicológico, melhores condições de trabalho e valorização profissional (Santos et al., 2023; Dias et al., 2025).

2.3 Fatores organizacionais Associados ao Desenvolvimento da Síndrome.

O Burnout na enfermagem compromete não apenas a saúde dos profissionais, mas também a segurança e a qualidade da assistência. Níveis elevados da síndrome estão associados a erros de medicação, eventos adversos e menor satisfação dos pacientes (Li et al., 2024).

Entre os principais fatores estão sobrecarga de trabalho, falta de recursos, gestão inadequada, ambiente hostil e pouco reconhecimento profissional. A prevenção exige melhores condições de trabalho, escalas adequadas, liderança empática, apoio psicossocial e estratégias de manejo do estresse (Dūdiņa; Martinsone, 2025; Alharbi; Mckenna, 2025).

2.4 Fatores Individuais: Resiliência, Estratégias de Coping, Idade, Experiência Profissional.

O estresse ocupacional corresponde a uma resposta temporária de adaptação, acompanhada por alterações fisiológicas, físicas e cognitivas. Entretanto, quando a exposição às situações adversas do trabalho se torna prolongada, pode ocorrer aumento da exaustão emocional e da despersonalização, além da redução da realização profissional, caracterizando a Síndrome de Burnout como consequência do estresse ocupacional crônico (Davey et al., 2016; Maslach; Leiter, 2008).

Entre os principais recursos de enfrentamento destaca-se a resiliência, entendida como a capacidade de adaptação saudável diante das adversidades. Ela envolve criatividade, esperança, autoestima, autonomia, pensamento crítico, manejo do estresse e apoio social. No ambiente hospitalar, a resiliência é influenciada tanto por características individuais quanto pelo suporte da equipe, da liderança e da instituição. O coping também contribui para o enfrentamento, pois reúne estratégias cognitivas, emocionais e comportamentais que podem reduzir ou superar o estresse quando utilizadas adequadamente (Ablett; Jones, 2007; Rodrigues et al., 2013; Munn et al., 2022; Paixão et al., 2025).

A idade e a experiência profissional também podem atuar como fatores protetores contra o Burnout, uma vez que favorecem o amadurecimento emocional, a compreensão das limitações do trabalho e o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de adaptação. Profissionais mais experientes tendem a apresentar maior autocontrole, estabilidade psicológica e capacidade de enfrentar situações de pressão e crise. Dessa forma, o tempo de atuação contribui não apenas para o aperfeiçoamento técnico, mas também para o fortalecimento da resiliência e da regulação emocional (Borges; Abreu, 2016; Silva et al., 2016; Vieira et al., 2022).

2.5 Impacto da Pandemia de Covid-19 no Agravamento do Burnout em Profissionais de Saúde.

A pandemia de COVID-19 impôs desafios intensos aos sistemas de saúde e afetou especialmente os profissionais de enfermagem, que atuaram diretamente no cuidado aos pacientes infectados. Esses trabalhadores enfrentaram longas jornadas, sobrecarga assistencial, escassez de recursos e risco constante de contaminação, além do medo de transmitir o vírus aos familiares. Tais condições intensificaram sintomas de ansiedade, estresse, exaustão emocional e Síndrome de Burnout (Borges et al., 2021; Portugal et al., 2020).

Embora o Burnout já fosse reconhecido como um importante problema de saúde ocupacional antes da pandemia, a crise sanitária ampliou sua prevalência entre os profissionais da saúde. No Brasil, os trabalhadores de enfermagem estiveram entre os grupos mais afetados, devido à exposição prolongada a condições críticas, à pressão assistencial e ao intenso desgaste físico e emocional vivenciado durante o período pandêmico (Camargo et al., 2021; Rezer; Faustino, 2022).

A ansiedade também se destacou como uma das manifestações psicológicas mais frequentes, caracterizada por medo, tensão, insegurança e preocupação diante de situações imprevisíveis. Quando persistente, essa resposta emocional compromete o bem-estar, a capacidade de adaptação e o desempenho profissional. A convivência constante com pacientes graves, mortes frequentes, afastamento familiar e falta de equipamentos adequados agravou ainda mais o sofrimento mental da equipe de enfermagem (Dal'Bosco et al., 2020; Borges et al., 2021).

Diante desse cenário, a promoção da saúde mental tornou-se uma prioridade nas instituições hospitalares. Estratégias de prevenção devem envolver identificação dos fatores estressores, suporte psicológico, valorização profissional, incentivo ao autocuidado e melhoria das condições de trabalho. Essas medidas são fundamentais para fortalecer a resiliência dos profissionais, reduzir os impactos do Burnout e preservar a qualidade e a segurança da assistência prestada (Ribeiro; Vieira; Naka, 2020).

2.6 Consequências da Síndrome de Burnout.

A Síndrome de Burnout provoca consequências físicas, psicológicas, comportamentais e sociais, comprometendo a saúde dos profissionais e suas relações pessoais e laborais. Na enfermagem, o risco é elevado devido ao contato contínuo com situações de dor, sofrimento e morte, além da sobrecarga de trabalho, baixa remuneração, instabilidade profissional e escassez de recursos. Essas condições favorecem o esgotamento físico e mental e podem prejudicar a qualidade da assistência prestada (Batista et al., 2019; Araújo et al., 2021).

Entre as principais manifestações físicas estão fadiga, distúrbios do sono, dores musculares, cefaleia, alterações gastrointestinais e redução da imunidade. No âmbito psicológico e comportamental, podem ocorrer ansiedade, irritabilidade, alterações de memória, desvalorização pessoal, sintomas depressivos, agressividade, isolamento, cinismo e dificuldade para relaxar. Em alguns casos, o profissional pode recorrer ao consumo de álcool e tabaco como forma de enfrentamento do sofrimento (Mendes; Silveira; Galvão, 2019; Lopes et al., 2016; Perniciotti et al., 2020).

Jornadas de trabalho prolongadas reduzem a capacidade laboral e aumentam os riscos de acidentes, transtornos psicológicos e insatisfação profissional. Embora possa atingir

diferentes categorias, o Burnout é mais frequente em ocupações que exigem intenso envolvimento emocional e contato direto com outras pessoas, como profissionais da saúde, professores, policiais, bombeiros e trabalhadores do transporte. Dessa forma, sua ocorrência está diretamente relacionada às exigências interpessoais e emocionais presentes no ambiente de trabalho (Sanchez; Oliveira, 2016; Lopes et al., 2016; Vidotti et al., 2019).

2.7 Estratégias de Enfrentamento e Prevenção.

A prevenção da Síndrome de Burnout depende do reconhecimento precoce dos sinais e da adoção de instrumentos adequados de avaliação. O Maslach Burnout Inventory pode auxiliar na identificação da síndrome, especialmente entre profissionais de enfermagem, que apresentam maior vulnerabilidade devido à sobrecarga, à responsabilidade assistencial e aos conflitos no trabalho (COREN-SP, 2019).

A qualidade de vida no trabalho envolve a preservação da saúde física, mental e social, além de condições adequadas para o desempenho profissional. Sua promoção depende tanto do comprometimento individual quanto das ações da instituição, estabelecendo uma responsabilidade compartilhada na construção de ambientes saudáveis (Lima, 2016).

As estratégias preventivas devem incluir a identificação de fatores de risco, a redução de jornadas exaustivas, a melhoria das condições de trabalho e a oferta de recursos adequados. Também é importante incentivar o autocuidado e o respeito aos limites individuais, diminuindo os efeitos do estresse ocupacional prolongado (Batista et al., 2019; Borges et al., 2021; Lima, 2021; Reis, 2022).

A prevenção deve envolver trabalhadores, equipes, instituições e órgãos públicos. Entre as medidas recomendadas estão apoio psicossocial, liderança empática, fortalecimento do trabalho em equipe, espaços de diálogo, horários flexíveis, capacitação profissional e valorização do lazer e das relações interpessoais (Ferreira et al., 2015; Sanchez; Oliveira, 2016; Patrício et al., 2022; Almeida; Miclos, 2022).

3 METODOLOGIA

Foram incluídos estudos publicados entre 2020 e 2025, em português, inglês ou espanhol, que apresentassem relação direta com o tema. Dos 91 registros identificados, 11 duplicatas foram removidas e 80 estudos passaram pela triagem de títulos e resumos. Após as etapas de seleção e leitura integral, 15 artigos compuseram a amostra final. Os dados foram organizados e analisados de forma descritiva e temática, sendo agrupados em fatores organizacionais, impactos na saúde dos profissionais, repercussões na assistência e estratégias de prevenção e enfrentamento. O processo de seleção foi realizado com auxílio do Rayyan e apresentado conforme as recomendações do PRISMA 2020 (Page et al., 2021).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A revisão evidenciou que o burnout em profissionais de enfermagem apresenta caráter multifatorial e está fortemente relacionado às condições organizacionais do trabalho. Os estudos incluídos contemplaram revisões sistemáticas, meta-análises, revisões de escopo e estudos transversais, permitindo compreender tanto a prevalência do fenômeno quanto seus fatores associados e repercussões assistenciais.

O processo de seleção dos estudos resultou em 15 artigos incluídos na síntese final.

A seguir, apresenta-se a caracterização dos estudos utilizados, com referências conferidas e coerentes com a lista final de referências.

Quadro 1 – Estudos científicos incluídos na revisão integrativa

Autor/Ano	País/Contexto	Delineamento	Foco	Principais evidências
Woo *et al.*, 2020	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Prevalência global de burnout em enfermeiros	Identificou prevalência relevante de sintomas de burnout em enfermeiros, com variações por região, especialidade e instrumento de avaliação.
Lai *et al.*, 2020	China	Estudo transversal	Saúde mental de trabalhadores de saúde na COVID-19	Enfermeiros e trabalhadores da linha de frente apresentaram maior risco de depressão, ansiedade, insônia e sofrimento psíquico.
Pappa *et al.*, 2020	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Depressão, ansiedade e insônia em trabalhadores da saúde	Evidenciou elevada prevalência de sintomas psíquicos em profissionais de saúde durante a pandemia.
Galanis *et al.*, 2021	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Burnout em enfermeiros na pandemia	Associou burnout a menor suporte social, ambiente de alto risco, recursos insuficientes e maior exposição à COVID-19.
Varghese *et al.*, 2021	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Saúde mental de enfermeiros na COVID-19	Indicou prevalência relevante de ansiedade, estresse, depressão, PTSD e insônia entre enfermeiros.
Jun *et al.*, 2021	Internacional	Revisão sistemática	Burnout, segurança e resultados organizacionais	Relacionou burnout de enfermeiros a pior segurança do paciente, menor qualidade assistencial e redução de produtividade.
De Cordova *et al.*, 2022	Estados Unidos	Estudo transversal	Burnout e intenção de deixar o trabalho	Apontou relação entre exaustão, inadequação de EPI, condições de trabalho e intenção de abandono do emprego.
Hur; Lee; Yun, 2022	Internacional	Revisão sistemática rápida	Impacto da COVID-19 no burnout de enfermeiros	Demonstrou níveis moderados ou elevados de burnout e influência de fatores ocupacionais, psicológicos e pandêmicos.
Noh *et al.*, 2022	Coreia do Sul	Estudo transversal	Burnout de enfermeiros de linha de frente	Identificou associação entre burnout, número de pacientes, insônia e depressão em profissionais diretamente expostos.
Wang; Abrantes; Liu, 2023	China	Estudo transversal	Burnout em enfermeiros de UTI	Relacionou burnout a comprometimento organizacional, intenção de rotatividade e violência no ambiente hospitalar.
Dall'Ora *et al.*, 2023	Reino Unido/Irlanda	Estudo transversal	Trabalho em turnos e burnout	Mostrou associação entre características de turnos longos e maior risco de burnout e exaustão.
Ge *et al.*, 2023	Internacional	Meta-análise	Prevalência global e tendência temporal do burnout em enfermagem	Apontou prevalência global expressiva e tendência de aumento do burnout em enfermagem ao longo do tempo.
Li *et al.*, 2024	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Burnout e segurança do paciente	Demonstrou associação entre burnout de enfermeiros e piores indicadores de qualidade, segurança e satisfação do paciente.
Fekih-Romdhane *et al.*, 2025	Internacional	Revisão sistemática e meta-análise	Burnout em enfermeiros durante a pandemia	Atualizou evidências sobre prevalência e fatores de risco de burnout em profissionais de enfermagem no contexto pandêmico.
Getie *et al.*, 2025	Internacional	Umbrella review	Prevalência e fatores contribuintes do burnout de enfermeiros	Reuniu revisões sistemáticas e meta-análises, reforçando fatores organizacionais e impactos na qualidade do cuidado.

Fonte: Autor

A sobrecarga de trabalho destaca-se como um dos principais fatores associados ao desenvolvimento do Burnout em profissionais de enfermagem. Jornadas prolongadas, turnos extensos e elevado número de pacientes aumentam a exaustão emocional e dificultam a recuperação física e psicológica. Além disso, estudos demonstram elevada prevalência da síndrome em diferentes países, com tendência de crescimento ao longo do tempo (Dall'Ora et al., 2023; Ge et al., 2023).

A insuficiência de recursos humanos e materiais também contribui para o adoecimento, pois aumenta o acúmulo de tarefas e reduz o tempo disponível para descanso e comunicação entre as equipes. Durante a pandemia, a falta de equipamentos, os afastamentos por doença e a elevada demanda hospitalar agravaram esse cenário. Como consequência, o Burnout pode provocar absenteísmo, baixa produtividade, rotatividade e intenção de abandonar o emprego (Galanis et al., 2021; Hur; Lee; Yun, 2022; De Cordova et al., 2022).

O Burnout também compromete a qualidade da assistência, estando associado a menor segurança, pior qualidade do cuidado e redução da satisfação dos pacientes. O Maslach Burnout Inventory permanece como um dos instrumentos mais utilizados para avaliar exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Entretanto, as diferenças metodológicas entre os estudos exigem cautela na comparação dos resultados encontrados (Jun et al., 2021; Li et al., 2024).

A síntese temática dos achados permitiu organizar as evidências em quatro categorias principais: fatores organizacionais associados ao burnout; impactos na saúde do trabalhador; repercussões na qualidade e segurança da assistência; e estratégias de prevenção e enfrentamento.

Quadro 2 – Síntese temática dos achados da revisão

Categoria temática	Descrição	Síntese das evidências
Fatores organizacionais	Condições institucionais que ampliam o risco de esgotamento.	Sobrecarga, déficit de pessoal, jornadas extensas, turnos prolongados, recursos insuficientes, baixa autonomia, violência no trabalho e apoio institucional limitado.
Impactos na saúde do trabalhador	Consequências físicas, emocionais e comportamentais.	Exaustão emocional, ansiedade, insônia, estresse persistente, distanciamento afetivo, queda de satisfação profissional e intenção de deixar o trabalho.
Qualidade e segurança da assistência	Repercussões do burnout no cuidado prestado.	Associação com maior risco de falhas, redução da qualidade percebida, pior satisfação do paciente e prejuízos na continuidade do cuidado.
Prevenção e enfrentamento	Medidas individuais, coletivas e institucionais.	Dimensionamento adequado, apoio psicológico, liderança empática, reconhecimento profissional, pausas, comunicação efetiva e cultura institucional de cuidado.

Fonte: Autor

A partir disso a Síndrome de Burnout na enfermagem deve ser entendida como um fenômeno ocupacional e organizacional. Embora fatores individuais influenciem a resposta ao estresse, as principais causas estão relacionadas às condições e à organização do trabalho.

A CID-11 define o Burnout como resultado do estresse crônico ocupacional não gerenciado. Suas principais dimensões são exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, que podem surgir de forma progressiva no ambiente hospitalar (Maslach; Jackson, 1981).

O Burnout não deve ser apresentado como um transtorno mental independente no

DSM. Trata-se principalmente de um fenômeno relacionado ao trabalho, embora possa apresentar sintomas semelhantes aos de ansiedade, depressão e estresse.

A pandemia de COVID-19 agravou problemas já existentes, como sobrecarga, escassez de recursos, medo de contaminação e falta de suporte institucional. Enfermeiros e profissionais da linha de frente apresentaram maior risco de sofrimento mental e esgotamento (Lai et al., 2020; Galanis et al., 2021; Varghese et al., 2021; Hur; Lee; Yun, 2022).

O Burnout também compromete a segurança e a qualidade da assistência, pois pode prejudicar a concentração, a comunicação e a tomada de decisões. Por isso, sua prevenção deve integrar as políticas de qualidade e segurança hospitalar (Jun et al., 2021; Li et al., 2024).

As estratégias preventivas devem combinar autocuidado e mudanças institucionais, como adequação das equipes, revisão das escalas, apoio psicossocial, liderança empática, pausas e valorização profissional. Além disso, a revisão deve manter coerência entre seleção dos artigos, fluxograma PRISMA, quadros de análise e referências.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão integrativa evidenciou que a Síndrome de Burnout representa um problema relevante entre profissionais de enfermagem, especialmente em ambientes hospitalares de alta complexidade. Seu desenvolvimento está relacionado principalmente à sobrecarga de trabalho, às jornadas prolongadas, ao déficit de profissionais, à elevada demanda assistencial e à exposição constante ao sofrimento humano. Essas condições favorecem a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização profissional, comprometendo a saúde dos trabalhadores, a qualidade da assistência e o funcionamento das instituições, com aumento do absenteísmo e da rotatividade.

A prevenção do Burnout exige ações institucionais voltadas à melhoria das condições de trabalho, ao apoio psicológico, ao fortalecimento das equipes e à valorização profissional. Embora a revisão tenha limitações relacionadas ao período analisado e às bases consultadas, os resultados reforçam a necessidade de novos estudos e de políticas públicas direcionadas à saúde mental dos profissionais de enfermagem. Conclui-se que o Burnout é um fenômeno multifatorial que demanda medidas contínuas de prevenção, reconhecimento profissional e promoção de ambientes laborais mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

ABLETT, Janice R.; JONES, R. S. P. Resilience and well-being in palliative care staff: a qualitative study of hospice nurses' experience of work. **Psycho-Oncology**, v. 16, n. 8, p. 733-740, 2007. DOI: 10.1002/pon.1130.

ALHARBI, Budur Ateeq A.; MCKENNA, Niall. A systematic review of mindfulness-based interventions to reduce ICU nurse burnout: global evidence and thematic synthesis. **BMC Nursing**, v. 24, art. 927, 2025. DOI: 10.1186/s12912-025-03507-w.

ALMEIDA, D. P. D. S.; MICLOS, P. V. Enfermagem na Atenção Primária à Saúde: associação entre liderança, capital psicológico e implicações no burnout. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, supl. 3, e20210942, 2022.

ARAÚJO, Amanda Carolina Mendes; PERES, Vitória de Oliveira; FARIA, Gleison. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: revisão de literatura. **Revista Artigos.Com**, v. 27, e7271, 2021.

BATISTA, Karla Oliveira et al. Síndrome de burnout em enfermeiros: consequências na atividade profissional. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, ReBIS**, v. 1, n. 4, p. 61-65, 2019.

BORGES, E.; ABREU, M. Resiliência e burnout em trabalhadores de enfermagem. In: JORNADAS INTERNACIONAIS DE ENFERMAGEM COMUNITÁRIA, 2016, Porto. Anais [...]. Porto: Escola Superior de Enfermagem do Porto, 2016. p. 70-75.

BORGES, E. M. N. et al. Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 1, n. 2, p. 29-31, 2021.

BORGES, Elisabete Maria das Neves et al. Percepções e vivências de enfermeiros sobre o seu desempenho na pandemia da COVID-19. **Revista Rene**, Fortaleza, v. 22, e60790, 2021. Disponível em: http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/55953. Acesso em: 7 jan. 2021.

BORGES, Francisca Edinária de Sousa et al. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 95, n. 33, 2021.

CAMARGO, Sávio Ferreira et al. Qualidade de vida no trabalho em diferentes áreas de atuação profissional em um hospital. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1467-1476, 2021.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE SÃO PAULO. Parecer COREN-SP nº 028/2019: aplicação do Inventário de Maslach e Burnout pelo enfermeiro. São Paulo: COREN-SP, 2019.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DO PARANÁ. O trabalho dignifica ou adoece? Curitiba: COREN-PR, 2019. Disponível em: https://www.corenpr.gov.br/o-trabalho-dignifica-ou-adoece/. Acesso em: 26 out. 2025.

DAL'BOSCO, Eduardo Bassani et al. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, e20200434, 2020.

DALL'ORA, C.; EJEBU, O. Z.; BALL, J.; GRIFFITHS, P. Shift work characteristics and burnout among nurses: cross-sectional survey. **Occupational Medicine**, v. 73, n. 4, p. 199-204, 2023. DOI: 10.1093/occmed/kqad046.

DAVEY, A. et al. Are the adverse psychiatric outcomes reflection of occupational stress among nurses: an exploratory study. **Asian Journal of Medical Sciences**, v. 7, n. 1, p. 96-100, 2016.

DE CORDOVA, P. B. et al. Burnout and intent to leave during COVID-19: a cross-sectional study of New Jersey hospital nurses. **Journal of Nursing Management**, v. 30, n. 6, p. 1913-1921, 2022. DOI: 10.1111/jonm.13647.

DE OLIVEIRA, Amanda Ferreira et al. Burnout syndrome among nursing professionals: an integrative review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 5, 2020.

DIAS, Andréa Gonçalves et al. A Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: impactos psicossociais, fatores contribuintes e estratégias de prevenção. **IOSR Journal of Business and Management**, v. 27, n. 9, p. 9-19, 2025. Disponível em: https://www.iosrjournals.org/iosr-jbm/papers/Vol27-issue9/Ser-7/B2709070919.pdf. Acesso em: 21 out. 2025.

DŪDIŅA, Kristīne; MARTINSONE, Baiba. Psychosocial risks and protective factors for healthcare worker burnout during the post-acute phase of the COVID-19 pandemic. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 15, n. 9, art. 186, 2025. DOI: 10.3390/ejihpe15090186.

FEKIH-ROMDHANE, F. et al. Prevalence and risk factors of burnout symptoms among nurses during the COVID-19 pandemic: an updated systematic review and meta-analysis. **Human Resources for Health**, v. 23, n. 1, art. 48, 2025. DOI: 10.1186/s12960-025-01012-4.

FERREIRA, T. C. R. et al. Prevalência de Burnout em enfermeiros do Hospital Metropolitano de Urgência e Emergência por meio do questionário Maslach. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 13, n. 1, p. 175-185, 2015.

FREUDENBERGER, H. J. Staff burn-out. **Journal of Social Issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x.

GALANIS, P. et al. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Advanced Nursing**, v. 77, n. 8, p. 3286-3302, 2021. DOI: 10.1111/jan.14839.

GE, M. W. et al. Global prevalence of nursing burnout syndrome and temporal trends for the last 10 years: a meta-analysis of 94 studies covering over 30 countries. **Journal of Clinical Nursing**, 2023. DOI: 10.1111/jocn.16708.

GETIE, A. et al. Global prevalence and contributing factors of nurse burnout: an umbrella review of systematic review and meta-analysis. **BMC Nursing**, v. 24, art. 596, 2025. DOI: 10.1186/s12912-025-03266-8.

HUR, G.; LEE, J.; YUN, H. Impact of COVID-19 pandemic on nurses' burnout and related factors: a rapid systematic review. **Archives of Psychiatric Nursing**, v. 41, p. 248-263, 2022. DOI: 10.1016/j.apnu.2022.08.023.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, Brasília, v. 29, n. 1, p. 162-173, 2021. Disponível em:

https://revistabioetica.cfm.org.br/revista_bioetica/article/view/2368. Acesso em: 21 out. 2025.

JUN, J.; OJEMENI, M. M.; KALAMANI, R.; TONG, J.; CRECELIUS, M. L. Relationship between nurse burnout, patient and organizational outcomes: systematic review. **International Journal of Nursing Studies**, v. 119, 103933, 2021. DOI: 10.1016/j.ijnurstu.2021.103933.

LAI, Jianbo et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. **JAMA Network Open**, v. 3, n. 3, e203976, 2020. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976.

LEITE, Miriam Zanatta et al. Burnout na enfermagem: fatores de risco, impactos e estratégias de enfrentamento. **Revista Nursing**, n. 27, 2023. Disponível em: https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3294. Acesso em: 13 out. 2025.

LI, L. Z. et al. Nurse burnout and patient safety, satisfaction, and quality of care: a systematic review and meta-analysis. **JAMA Network Open**, v. 7, n. 11, e2443059, 2024. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2024.43059.

LIANG, Y. et al. The impact of health emergencies on nurses' burnout: a systematic review and meta-analysis. **BMC Public Health**, v. 25, art. 2847, 2025. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC12366180/. Acesso em: 5 out. 2025.

LIMA, A. S. Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos profissionais da saúde da Atenção Primária de Juiz de Fora. **Revista Saúde em Foco**, 2016.

LIMA, D. C. et al. O impacto da Síndrome de Burnout em enfermeiros do setor de urgência e emergência: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. 39-42, 2021.

LOPES, Francinara Pereira et al. Burnout syndrome/Síndrome de Burnout. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 14, n. 2, p. 171-177, 2016.

MAGALHÃES, Vanessa et al. Prevalência de síndrome de burnout em profissionais da área da saúde no contexto pós-pandemia: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 2, p. 938-946, 2025. Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/5267. Acesso em: 13 out. 2025.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. Maslach Burnout Inventory manual. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1981.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. DOI: 10.1002/job.4030020205.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. Early predictors of job burnout and engagement. **Journal of Applied Psychology**, v. 93, n. 3, p. 498-512, 2008. DOI: 10.1037/0021-9010.93.3.498.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Use of the bibliographic reference manager in the selection of primary studies in integrative reviews. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 28, e20170204, 2019. DOI: 10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204.

MUNN, Lindsay T. et al. A qualitative exploration of the National Academy of Medicine model of well-being and resilience among healthcare workers during COVID-19. **Journal of Advanced Nursing**, v. 78, n. 8, p. 2561-2574, 2022. DOI: 10.1111/jan.15215.

NICOLAU, Amanda Kevilin et al. Síndrome de burnout: uma análise da literatura. **Revista Interdisciplinar Científica**, 2024. Disponível em: https://ric.cps.sp.gov.br/bitstream/123456789/30147/4/administracao_2024_2_amanda_kevilin_nicolau_sindrome_de_burnout_uma_analise_da_literatura.pdf.pdf. Acesso em: 13 out. 2025.

NOH, E. Y. et al. Frontline nurses' burnout and its associated factors during the COVID-19 pandemic in South Korea. **Applied Nursing Research**, v. 67, 151622, 2022. DOI: 10.1016/j.apnr.2022.151622.

OLIVEIRA, S. M. et al. Avaliação da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem por meio do Maslach Burnout Inventory. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 1, p. 1-9, 2020.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021. DOI: 10.1136/bmj.n71.

PAIXÃO, Irlan Menezes da et al. Os impactos da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma análise dos desafios e estratégias de enfrentamento. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 11, n. 3, p. 611-632, mar. 2025. DOI: 10.51891/rease.v11i3.16793.

PAPPA, S. et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Brain, Behavior, and Immunity**, v. 88, p. 901-907, 2020. DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.026.

PATRÍCIO, D. F. et al. Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 29, p. 575-584, 2022.

PERNICIOTTI, Patrícia et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020. Disponível em:

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005. Acesso em: 13 out. 2025.

PORTUGAL, Jéssica Karoline Alves et al. Percepção do impacto emocional da equipe de enfermagem diante da pandemia de COVID-19: relato de experiência. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, e3794, 2020.

RATZON, Anva et al. Resilience at work, burnout, secondary trauma, and compassion satisfaction of social workers amidst the COVID-19 pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 9, art. 5500, 2022. DOI: 10.3390/ijerph19095500.

REIS, B. S. et al. Ocorrência da Síndrome de Burnout em enfermeiros intensivistas durante o período pandêmico da COVID-19. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 10, n. 12, p. 22-29, 2022.

REZER, Fabiana; FAUSTINO, Wladimir Rodrigues. Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19. **Journal Health NPEPS**, v. 7, n. 2, 2022.

RIBEIRO, Larissa Maciel; VIEIRA, Thayana de Almeida; NAKA, Karytta Sousa. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 11, e5021, 2020.

RODRIGUES, Rosana Trindade Santos; BARBOSA, George; CHIAVONE, Paulo Antonio. Personalidade e resiliência como proteção contra o Burnout em médicos residentes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 37, n. 2, p. 245-253, 2013. DOI: 10.1590/S0100-55022013000200012.

SANCHEZ, Fernanda Ferreira Santiago; OLIVEIRA, Reginaldo. Aspectos mediadores e desencadeadores da síndrome de burnout nos enfermeiros. **CuidArte, Enfermagem**, v. 10, n. 1, p. 61-67, 2016.

SANTOS, Edilson Lima dos et al. Implicações da síndrome de burnout na saúde mental dos enfermeiros da atenção primária à saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. 30, p. 66-74, 2023. Disponível em: https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602023000200066. Acesso em: 13 out. 2025.

Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19: revisão integrativa. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 45, n. esp. 5, p. 1-15, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sdeb/a/ZsVfhVZVNhw5c3qrfzDTh4H/?format=html. Acesso em: 13 out. 2025.

SAUER, Aline Daniela; HEILMANN, Tauana. Fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais da saúde. **Revista Valore**, v. 8, n. 1, p. 1-12, 2023. Disponível em: https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/1713. Acesso em: 13 out. 2025.

SILVA, Maria Aparecida et al. Estresse ocupacional e síndrome de burnout em profissionais de enfermagem hospitalar. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 74, n. 3, 2021.

SILVA, S. M. et al. Relação entre resiliência e burnout: promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. 16, p. 41-48, 2016. DOI: 10.19131/rpesm.0156.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. DOI: 10.1590/S1679-45082010RW1134.

TREML, Maria Fernanda Quandt et al. Síndrome de burnout no Brasil, 2014-2024: variações regionais e tendência temporal em um estudo epidemiológico. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 23, n. 3, e220251479, 2025. Disponível em: https://rbmt.org.br/export-pdf/3153/v23n3e220251479.pdf. Acesso em: 13 out. 2025.

VARGHESE, A. et al. Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Global Health**, v. 11, 05009, 2021. DOI: 10.7189/jogh.11.05009.

VIDOTTI, Viviane et al. Síndrome de burnout, estresse ocupacional e qualidade de vida entre trabalhadores de enfermagem. **Enfermería Global**, v. 18, n. 3, p. 344-376, 2019.

VIEIRA, L. S. et al. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, e3589, 2022. DOI: 10.1590/1518-8345.5778.3589.

WANG, T.; ABRANTES, A. C. M.; LIU, Y. Intensive care units nurses' burnout, organizational commitment, turnover intention and hospital workplace violence: a cross-sectional study. **Nursing Open**, v. 10, n. 2, p. 1102-1115, 2023. DOI: 10.1002/nop2.1378.

WOO, T.; HO, R.; TANG, A.; TAM, W. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Psychiatric Research**, v. 123, p. 9-20, 2020. DOI: 10.1016/j.jpsychires.2019.12.015.