

UNIP - UNIVERSIDADE PAULISTA
Instituto de Ciências Humanas
Curso de Psicologia

Alice Vitoria Silva
Fernanda Freitas Fracassi
Michelle Lucas Melo
Stefany da Silva Oliveira
Veronica de Brito Santana Batista

**CAUSAS E IMPACTOS DO BURNOUT NO MERCADO DE TRABALHO EM
PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO SETOR TERCÍARIO**

NOTA 10

São Paulo – Chácara II
2025

Alice Vitoria Silva - RA: F193AE8
Fernanda Freitas Fracassi - RA: N6969B2
Michelle Lucas Melo – RA: G248EH4
Stefany da Silva Oliveira - RA: T0137D2
Veronica de Brito Santana Batista - RA: G292693

**Causas e impactos do Burnout no mercado de trabalho em profissionais da
saúde do setor terciário**

Relatório de Pesquisa apresentado para Plano
de Estudos Orientados – PEO, do Curso de
Psicologia da Universidade Paulista, sob
orientação da Professora Me. Edna A.
Mercado

**São Paulo – Chácara II
2025**

CIP - Catalogação na Publicação

Causas e Impactos do Burnout no Mercado de Trabalho em Profissionais da Saúde do Setor Terciário / BATISTA, V.B.S.; FRACASSI, F.F.; MELO, M.L.; OLIVEIRA; S.S.; SILVA; A.V. - 2025.

49 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) apresentado ao Instituto de Ciência Humanas da Universidade Paulista, São Paulo, 2025.

Área de Concentração: Saúde.

Orientador: Prof. Me. Edna A. Mercado.

1. Síndrome de Burnout. 2. Profissionais da Saúde. 3. Setor Terciário .
I. BATISTA, V.B.S.; FRACASSI, F.F.; MELO, M.L.; OLIVEIRA; S.S.; SILVA; A.V. II. Mercado, Edna A. (orientadora).

Alice Vitoria Silva - RA: F193AE8
Fernanda Freitas Fracassi - RA: N6969B2
Michelle Lucas Melo – RA: G248EH4
Stefany da Silva Oliveira - RA: T0137D2
Veronica de Brito Santana Batista - RA: G292693

**Causas e impactos do Burnout no mercado de trabalho em profissionais da
saúde do setor terciário**

Relatório de Pesquisa apresentado para Plano
de Estudos Orientados – PEO, do Curso de
Psicologia da Universidade Paulista, sob
orientação da Professora Me. Edna A.
Mercado

O trabalho foi considerado _____ com a nota _____ (_____).

São Paulo, _____ de _____ de 20____.

Prof. Me. Éverton Duarte – Universidade Paulista-UNIP

Psicólogo Esp. Luan Serejo - FMUSP

Profª Me. Edna Mercado - Universidade Paulista-UNIP

Orientadora

Dedicamos este trabalho às nossas famílias, que sempre nos ofereceram amor, apoio incondicional e incentivo em cada etapa da nossa jornada acadêmica.

Aos amigos e professores, que contribuíram com palavras, ensinamentos e exemplos que enriqueceram nossa formação e ampliaram nossa visão crítica e humana do mundo.

A todos que, direta ou indiretamente, caminharam conosco, oferecendo suporte nos momentos de dificuldade e compartilhando a alegria das conquistas: nossa sincera gratidão.

Este trabalho é também fruto da confiança, do encorajamento e da inspiração que recebemos de vocês. Que esta dedicatória represente o reconhecimento por tudo o que fizeram por nós ao longo deste percurso.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos, em primeiro lugar, às nossas famílias, pelo apoio incondicional, compreensão e incentivo ao longo de toda a nossa trajetória acadêmica. Sem o acolhimento e a força de vocês, este caminho teria sido muito mais difícil.

Aos nossos amigos e colegas, que, de diferentes formas, estiveram presentes, oferecendo palavras de encorajamento, momentos de descontração e apoio nos momentos mais desafiadores. E em especial aos colegas de curso que participaram desta trajetória e contribuíram para o nosso crescimento.

Aos professores e professoras do curso de Psicologia, pela dedicação em compartilhar conhecimento e experiências que contribuíram de forma significativa para a nossa formação acadêmica e pessoal.

Em especial, agradecemos à nossa orientadora, Edna A. Mercado pela paciência, orientação atenta e disponibilidade durante todo o processo de desenvolvimento deste trabalho. Sua competência e sensibilidade foram fundamentais para a concretização desta pesquisa.

Aos profissionais da saúde que participaram deste estudo, deixamos nossa sincera gratidão, não apenas pela colaboração, mas também pela coragem e entrega diária diante dos desafios enfrentados no ambiente de trabalho.

Por fim, a todas as pessoas que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho, o nosso mais sincero agradecimento.

“O trabalho pode ser fonte de realização ou de sofrimento, a depender das condições em que se realiza e do reconhecimento que se recebe.”

Christophe Dejours

RESUMO

Causas e impactos do Burnout no mercado de trabalho em profissionais da saúde do setor terciário. BATISTA, V.B.S.; FRACASSI, F.F.; MELO, M.L.; OLIVEIRA; S.S.; SILVA; A.V.; MERCADO, E.A (orientadora). Curso de Psicologia, Trabalho de Conclusão de Curso. Instituto de Ciências Humanas. Universidade Paulista – UNIP, Campus Chácara II, 2025.

O presente trabalho visa abordar os impactos e as causas do Burnout na área da saúde, em específico no setor terciário. O tema foi apresentado destacando as principais causas que acarretam o burnout nesses profissionais, considerando o ambiente em que estão inseridos, causas sociais e a carga horária que muitas vezes é um dos motivos para o desenvolvimento dessa síndrome. Foram abordados dados que facilitam o entendimento e análise atual das condições de trabalho dos hospitais terciários, bem como, os impactos na vida pessoal e profissional de seus profissionais. Consideramos que os profissionais desta área, em razão da sobrecarga de trabalho, apresentam esgotamento profissional, cabendo à gestão acompanhar todas as situações que podem gerar o Burnout. A metodologia adotada foi a pesquisa bibliográfica, utilizando artigos e livros, que abordaram as principais causas da síndrome de Burnout e como pode ser enfrentada no cotidiano dos profissionais da saúde. A análise desse levantamento revelou que os hospitais não investem na saúde mental dos seus colaboradores, com programas de bem-estar e apoio psicológico, que garantam acolhimento e cuidado a esses profissionais. Bem como a necessidade de ampliar e aprofundar o conhecimento científico e social do Burnout em profissionais da saúde do setor terciário, ainda pouco discutido, frente aos prejuízos causados a esses profissionais.

Palavras-chaves: Burnout. Profissionais da saúde. Setor terciário da saúde.

ABSTRACT

Causes and Impacts of Burnout in the Labor Market Among Healthcare Professionals in the Tertiary Sector. BATISTA, V.B.S.; FRACASSI, F.F.; MELO, M.L.; OLIVEIRA, S.S.; SILVA, A.V.; MERCADO, E.A. (Advisor). Undergraduate Thesis – Psychology Course, Institute of Human Sciences, Universidade Paulista – UNIP, Chácara II Campus, 2025.

The present study aims to address the causes and impacts of Burnout in the healthcare field, specifically within the tertiary sector. The topic was introduced by highlighting the main causes that contribute to burnout among these professionals, taking into account the environment in which they operate, social factors, and workload — often a significant reason for the development of this syndrome. The study presents data that facilitates the understanding and current analysis of working conditions in tertiary hospitals, as well as the personal and professional impacts experienced by healthcare workers. It is observed that professionals in this field, due to excessive workload, often suffer from professional exhaustion. Therefore, it is the responsibility of management to monitor all factors that may lead to Burnout. The methodology adopted was bibliographic research, using articles and books that explore the main causes of Burnout Syndrome and how it can be managed in the daily lives of healthcare professionals. The analysis of this research revealed that hospitals do not invest in the mental health of their staff through wellness programs and psychological support initiatives that provide care and emotional support for these professionals. Furthermore, it highlights the need to expand and deepen the scientific and social understanding of Burnout among healthcare professionals in the tertiary sector — a topic still insufficiently discussed despite the significant harm it causes to this group.

Keywords: Burnout; Healthcare professionals; Tertiary healthcare sector.

SUMÁRIO

1. BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO SETOR TERCIÁRIO	13
1.1. Apresentação	13
1.2. Tema, problema e levantamento bibliográfico.....	14
1.3. Objetivos	15
1.3.1. Objetivo geral.....	15
1.3.2. Objetivos específicos	15
1.4. Hipóteses	16
1.5. Justificativa.....	16
2. MÉTODO	18
2.1. Material	19
2.2. Procedimento de coleta de dados	19
2.2.1. Critérios de Inclusão	20
2.2.2. Critérios de Exclusão	21
2.3. Procedimento de Análise de Dados	23
2.4. Ressalvas éticas	24
2.5. Cronograma	24
3. RESULTADOS	26
BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO TERCEIRO SETOR	26
3.1. Impactos do burnout na saúde física e mental.....	27
3.2. Qualidade de desempenho do profissional da saúde com burnout.....	30
3.3. Estratégias de prevenção e intervenção para profissionais da saúde com burnout.....	36
4. DISCUSSÃO	40
CONSIDERAÇÕES FINAIS	45
REFERÊNCIAS.....	46
ANEXOS	50
ANEXO 1 – Termo de Autoria do Trabalho Acadêmico de Pesquisa	51
ANEXO 2 – Relatório de Detecção de Plágio	53

INTRODUÇÃO

O ambiente de trabalho tem se tornado progressivamente mais exigente, sobretudo no setor terciário da saúde, onde se concentram atividades marcadas por rotinas intensas, longas jornadas e elevada responsabilidade, o que a torna especialmente suscetível a fatores de estresse crônico. Nesse cenário, cresce a preocupação com o aumento dos casos da Síndrome de Burnout entre profissionais da saúde do setor terciário.

A Síndrome de Burnout, também conhecida como esgotamento profissional, é um transtorno psíquico decorrente da exposição prolongada a condições de trabalho estressantes. Seus sintomas incluem exaustão física e emocional, insônia, desmotivação, queda no desempenho, alterações cognitivas e distanciamento afetivo. Embora não se trate de um fenômeno recente, sua prevalência entre profissionais da saúde tem se tornado alarmante, afetando diretamente sua qualidade de vida e comprometendo a eficiência dos serviços prestados à população.

Pesquisas indicam que profissionais da saúde inseridos no setor terciário, especialmente em hospitais de média e alta complexidade, figuram entre os mais vulneráveis ao Burnout. Fatores como sobrecarga de trabalho, jornadas excessivas, pressão constante, assédio moral e ausência de suporte institucional contribuem significativamente para o desenvolvimento da síndrome. A isso somam-se estruturas físicas inadequadas e relações interpessoais fragilizadas, configurando um ambiente propício ao adoecimento psíquico. Apesar da gravidade do quadro, o tema ainda é frequentemente negligenciado, tanto no debate público quanto nas políticas institucionais de saúde.

Diante desse panorama, torna-se essencial aprofundar a compreensão sobre as causas e os impactos da Síndrome de Burnout entre profissionais da saúde do setor terciário, bem como refletir sobre medidas preventivas e estratégias de intervenção eficazes. O presente estudo tem como objetivo central investigar como o Burnout afeta esses profissionais, promovendo uma análise das condições de trabalho e propondo alternativas que priorizem o cuidado com a saúde mental no contexto hospitalar contemporâneo.

Este trabalho está estruturado em quatro capítulos, organizados de forma a possibilitar uma compreensão progressiva do tema proposto.

No primeiro capítulo, apresenta-se uma contextualização teórica sobre a Síndrome de Burnout, abordando suas origens, definições, características clínicas e fatores de risco associados. Além disso, discute-se o panorama atual do setor terciário da saúde, destacando os desafios enfrentados pelos profissionais que nele atuam. O capítulo também traz a delimitação do problema de pesquisa, a justificativa do estudo, bem como seus objetivos geral e específicos.

O segundo capítulo foi dedicado à metodologia da pesquisa. Nele, descreve-se o tipo de estudo realizado, que consiste em uma revisão sistemática da literatura, fundamentada no Protocolo PRISMA, com o intuito de garantir rigor metodológico. Apresentam-se, ainda, os critérios de inclusão e exclusão dos estudos analisados, as bases de dados utilizadas, o processo de seleção dos artigos e o cronograma das etapas executadas.

No terceiro capítulo, foram apresentados e discutidos os principais resultados obtidos a partir da análise dos dados. Os achados da literatura são organizados e analisados de forma qualitativa, permitindo a identificação dos principais fatores relacionados ao desenvolvimento do Burnout, suas consequências no âmbito pessoal e institucional, bem como estratégias preventivas e de enfrentamento adotadas nos contextos hospitalares.

Por fim, o quarto capítulo realizou uma reflexão sobre os dados analisados, relacionando-os com os objetivos propostos e com a hipótese inicial do estudo. São avaliadas as contribuições da pesquisa para a área da saúde, suas limitações e sugestões para investigações futuras, reforçando a importância da promoção da saúde mental no ambiente hospitalar e a necessidade de ações institucionais mais efetivas.

1. BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO SETOR TERCIÁRIO

1.1. Apresentação

Através de estudos e pesquisas referente ao setor terciário, identificamos a necessidade de discutir a respeito da síndrome de burnout que vem afetando profissionais de muitas áreas inclusive a da saúde, trazendo para vida desses profissionais sofrimento psíquico, com uma série de sintomas no indivíduo.

A síndrome de burnout ou síndrome de esgotamento profissional é um distúrbio emocional que apresenta uma exaustão física e mental com sintomas físicos, como a alteração de pressão e insônia. O indivíduo passa a ter uma série de dificuldades com alteração na bioquímica, apresentando dificuldades em lidar com outras pessoas, alteração mental com pensamentos negativos sobre as atividades cotidianas, perda cognitiva apresentando falha de atenção, concentração e baixa produtividade.

Atualmente, muitos profissionais passam a apresentar esses sintomas não se dando conta de que apresentam a síndrome de burnout, causada pelas condições de trabalho. É muito comum em pessoas que sofrem assédio moral, que estão com uma carga de trabalho com horários incompatíveis com suas necessidades, com jornadas longas de trabalho como os médicos e enfermeiros em plantões hospitalares. Essas profissões trazem consigo um estresse e isso constitui fator desencadeante na apresentação da síndrome, em profissionais da área da saúde.

A prevalência da SB não é um tema recente, Perniciotti *et al.* (2020) já haviam identificado elevados índices de exaustão emocional e despersonalização em médicos intensivistas. Há uma propensão dos profissionais de saúde em desenvolvê-la, sendo frequentemente identificada em médicos de diferentes especialidades (25 a 60%), médicos residentes (7 a 76%) e enfermeiros (10 a 70%). (Perniciotti *et al.*, 2020).

Podemos observar que a síndrome de burnout ainda não é de fato considerada pela sociedade, não oferecendo aos trabalhadores os cuidados e atenção que necessitam. Assim como outras doenças, essa síndrome precisa ser entendida, estudada e aceita em meio aos ambientes pessoais e profissionais.

1.2. Tema, problema e levantamento bibliográfico

A Síndrome de Burnout, também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, é uma doença mental que surge após o indivíduo passar por situações de trabalho desgastantes, ou seja, que requerem muita responsabilidade ou até mesmo excesso de competitividade. Essa síndrome surge por excesso de trabalho vinculado à pressão. Alguns profissionais são mais suscetíveis a desenvolver a Síndrome de Burnout, como os profissionais da área da saúde, que desempenham dupla ou tripla jornada, acarretando em esgotamento profissional. Constatamos, assim, que o Burnout é um tema muito presente no cotidiano e pouco discutido no ambiente organizacional, principalmente, no contexto da saúde.

Como apresentado anteriormente, os dados do contexto hospitalar, demonstram alto índice de Burnout em seus profissionais do setor terciário, chamando atenção para os seguintes questionamentos: quais os impactos que a síndrome de Burnout pode trazer para a vida pessoal e profissional dos trabalhadores terciários da área da saúde? Como o contexto da saúde influencia o aparecimento do Burnout em seus profissionais? Para além do ambiente de trabalho, a vida pessoal do sujeito também pode causar Burnout?

Considerando essas problemáticas e para que possamos desenvolver nossas discussões, nos pautamos nos principais autores que trazem em suas obras, o Burnout e as suas principais causas e impactos. Dentre eles, os autores Silva, Loureiro e Peres (2008) esclarecem que essa síndrome é um processo gradual e que depende de acontecimentos e vivências, principalmente, aquelas em que o ambiente influencia as respostas. Carlotto e Câmara (2008) enfatizam que os profissionais envolvidos em atividades que têm um contato maior com o público, como os profissionais da saúde e da educação, são mais vulneráveis à síndrome. Muitos modelos e dimensões são discutidos sobre essa síndrome, Kristensen (2005) caracteriza, por exemplo, a presença de fadiga e exaustão emocional, entendendo a redução de realização pessoal como uma consequência e a despersonalização como uma das possíveis estratégias de enfrentamento para lidar com o estresse.

Segundo Rodrigues, Santos e Sousa (2017) a maioria das pesquisas que estudam o Burnout nos profissionais de saúde, refere-se àqueles que atuam no contexto hospitalar, devido as particularidades dessas instituições e tudo o que é enfrentado por esses profissionais. Eles reforçam que muitas causas e impactos estão

diretamente ligadas ao desencadeamento de altos níveis de estresse ocupacional. Os autores relatam que os hospitais fornecem serviços de saúde especializados atendendo a demandas de média e alta complexidade (hospitais terciários) nos níveis da promoção, prevenção e recuperação da saúde. E para compreender o estresse deste ambiente, é importante considerá-lo como um sistema constituído por uma diversidade de fatores, sejam eles sociais ou ambientais, que possuem uma relação com o desencadeamento do Burnout.

De acordo com Svaldi e Siqueira (2010), os fatores sociais que compõem o ambiente hospitalar envolvem as equipes multiprofissionais, o conhecimento, a informação e a comunicação, ou seja, como os membros da equipe interagem entre si e com os usuários de seus serviços. Já os fatores ambientais referem-se à estrutura física do hospital, a presença de recursos humanos e materiais (número de profissionais, equipamentos hospitalares, informática) e como são desenvolvidos os fluxogramas de processos de trabalho (carga horária, funções a serem desempenhadas, estrutura organizacional, metodologias utilizadas). Os autores ao buscarem compreender as causas e impactos que envolvem o Burnout nos profissionais de saúde, alertam para a importância de avaliar intervenções preventivas e entender estudos que visem diminuir os níveis de estresse ocupacional, aumentando a autoestima, incentivando o autocuidado e construindo um ambiente de trabalho mais saudável.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo geral

- Entender as causas e os efeitos do Burnout em profissionais da saúde do terceiro setor e como isso afeta o modo como trabalham e o seu desempenho.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar as principais causas do Burnout entre os profissionais da saúde do terceiro setor.
- Analisar e entender os impactos do Burnout na saúde física e mental desses profissionais.
- Avaliar os danos e compreender a gravidade do problema, pensando na satisfação desse funcionário e no seu desempenho profissional.

- Propor estratégias de prevenção e intervenção para lidar com o Burnout, bem como recomendações que promovam soluções concretas para lidar com o Burnout, visando o bem-estar dos profissionais da área da saúde.

1.4. Hipóteses

Consideramos que o alto nível de estresse e carga emocional em ambientes hospitalares podem ser considerados como uma das principais causas para que os profissionais desta área se sintam sobrecarregados, gerando o esgotamento.

Acreditamos que, para pensarmos em uma solução eficaz para este problema devemos levar em consideração todo o contexto de inserção deste profissional, como o ambiente, as relações multidisciplinares, a estrutura física, a comunicação efetiva com colegas e superiores, apoio psicológico, programas de bem-estar, cargas horárias menos exaustivas, melhor organização dos plantões a fim de evitar a sobrecarga de trabalho.

Entendemos, assim, a importância de pensar em intervenções e estratégias, visando o bem-estar desses profissionais, principalmente quem está à frente da gestão desses profissionais.

1.5. Justificativa

De acordo com a discussão sobre a síndrome de Burnout, seus impactos e efeitos nos profissionais da saúde e dentro dos hospitais, é de suma importância que a sociedade veja com atenção os vários casos de pessoas com exaustão ocupacional no setor terciário, porque essa síndrome impacta diretamente na saúde mental, gerando consequências para o desempenho dos profissionais.

Nos deparamos através das pesquisas e dos dados apresentados, o quanto esse problema de saúde vem desmotivando os profissionais, afetando sua vida pessoal e profissional, tornando-os menos eficientes em suas atribuições. Os profissionais da área da saúde têm a principal função de oferecer o bem-estar e a saúde aos seus pacientes. Médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e cuidadores trabalham sempre com muita tensão, tanto pela responsabilidade que os seus cargos possuem, quanto pela demanda de pessoas e atendimentos. Por isso, é

preciso que haja o diagnóstico precoce da síndrome e medidas de prevenção capazes de amenizar os impactos na saúde mental desses trabalhadores.

A nível científico, a pesquisa busca investigar, também, como a exaustão emocional nas organizações hospitalares trazem mais casos da síndrome de burnout nestes profissionais, se comparado às outras doenças, e como as formas de prevenção e a psicologia podem contribuir para que ocorra a diminuição do número de profissionais que a apresentam.

Podemos entender que, o estudo sobre a síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde é fundamental para a formação de psicólogos, pois o conhecimento sobre esses casos traz uma maior visibilidade e dimensão do tema, cada vez mais frequentes nos dias atuais.

2. MÉTODO

A presente pesquisa foi baseada em uma revisão sistemática da literatura, que teve como objetivo buscar e avaliar evidências, a partir da leitura e pesquisa de artigos científicos e livros, com relação às principais causas e impactos do Burnout na vida dos profissionais do setor terciário da saúde. Entendemos que a revisão sistemática ao envolver uma revisão rigorosa de literatura, uma metodologia criteriosa e fundamentada em evidências de estudos claros e científicos permitiu um novo olhar para as políticas públicas e saúde do Brasil, principalmente, no que diz respeito à saúde dos profissionais da saúde e seu esgotamento profissional. Consideramos assim, que

Esse tipo de investigação disponibiliza um resumo das evidências relacionadas a uma estratégia de intervenção específica, mediante a aplicação de métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada. As revisões sistemáticas são particularmente úteis para integrar as informações de um conjunto de estudos realizados separadamente sobre determinada terapêutica/ intervenção, que podem apresentar resultados conflitantes e/ou coincidentes, bem como identificar temas que necessitam de evidência, auxiliando na orientação para investigações futuras (Sampaio e Mancini, 2007, p.84).

Portanto, um único estudo não é suficiente para complementar a pesquisa realizada, por isso se faz necessário utilizar uma ferramenta que ofereça um olhar mais estratégico para o estudo e pesquisa que vai ser realizado. Para isso adotou-se o *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). O PRISMA é uma estrutura amplamente reconhecida e utilizada para a elaboração e relato de revisões sistemáticas e meta-análises na literatura científica, proporcionando um guia claro e abrangente para garantir a transparência, qualidade e precisão desses tipos de estudos (Galvão *et al.*, 2024).

Sendo assim, entendemos que a revisão sistemática permitiu seguir adequadamente um método confiável, e ter um olhar integral de toda literatura pesquisada. Além disso, a revisão sistemática é muito utilizada em pesquisas sobre a área da saúde, por ser uma metodologia que se baseia em estudos mais aprofundados e que necessitam de evidências. Portanto, foi possível relacionar todos esses critérios com o Burnout dentro do setor terciário da saúde, buscando entender suas principais causas e impactos e como isso prejudica a vida profissional e pessoal

dessa população que apresenta grandes fatores de esgotamento profissional, decorrentes de eventuais situações do cotidiano de profissionais da saúde.

2.1. Material

Os materiais utilizados na pesquisa são artigos científicos e livros, disponibilizados nas bases de dados especializados: scielo, biblioteca virtual UNIP e biblioteca virtual em saúde - BVS.

2.2. Procedimento de coleta de dados

A estratégia utilizada para o presente estudo foi o modelo PICO (População, intervenção, comparação e desfecho). A Prática Baseada em Evidências (PBE), sobre a estratégia PICO:

(...) propõe que os problemas clínicos que surgem na prática assistencial, de ensino ou pesquisa, sejam decompostos e a seguir organizados utilizando-se a estratégia PICO que representa um acrônimo para **P**opulação, **I**ntervenção, **C**omparação e "**O**utcomes" (desfecho). Dentro da PBE esses quatro componentes são os elementos fundamentais da questão de pesquisa e da construção da pergunta para a busca bibliográfica de evidências. A estratégia PICO pode ser utilizada para construir questões de pesquisa de naturezas diversas, oriundas da clínica, do gerenciamento de recursos humanos e materiais, da busca de instrumentos para avaliação de sintomas entre outras. Pergunta de pesquisa adequada (bem construída) possibilita a definição correta de que informações (evidências) são necessárias para a resolução da questão clínica de pesquisa, maximiza a recuperação de evidências nas bases de dados, foca o escopo da pesquisa e evita a realização de buscas desnecessárias (Santos, Pimenta e Nobre, 2007, p. 2).

Através do PICO, fizemos a análise de casos do burnout e como a síndrome impacta os profissionais da área da saúde e a vida dessas pessoas que estão sendo afetadas no seu meio profissional e pessoal. A principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho e a responsabilidade que os profissionais enfrentam, por isso, é importante buscar intervenções eficazes para que os profissionais não sejam atingidos em sua prática cotidiana. As principais intervenções para uma melhoria na qualidade de vida desses profissionais é o fornecimento e apoio das instituições para a prevenção das ocorrências da síndrome, como treinamento de gerenciamento de estresse, melhoria das condições de trabalho, suporte psicológico, fomento do equilíbrio entre vida pessoal e profissional. O tratamento de profissionais que já estão

acometidos pelo burnout também é importante, com a ajuda de intervenções psicológicas, mudanças no estilo de vida, medicação (em casos severos, podem ser prescritos antidepressivos ou ansiolíticos), e períodos de descanso com licenças médicas podem ser necessárias para recuperação total.

Dessa forma, a comparação dos profissionais com a síndrome de burnout com os que não possuem a doença é nítida, já que profissionais que não possuem a síndrome ou foram tratados possuem qualidade de vida e melhoria no seu desenvolvimento profissional e pessoal.

Embora o Burnout possua tratamentos eficazes, a maior parte das pessoas que sofrem dessa síndrome sequer sabem identificar a doença, já que ela possui muitos e diferentes sintomas. Por isso, tão importante quanto conhecer os sintomas é a busca por ajuda, a fim de não deixar que o quadro se agrave e traga consequências mais drásticas na saúde, nas relações sociais, emoções e até mesmo na qualidade de vida do indivíduo.

Assim, o PICO é uma estratégia fundamental para uma pesquisa científica, pois existe como base para fundamentar o método e de certa forma ser um norteador para entender quais serão os critérios de inclusão, exclusão, bem como, padronizar e sintetizar os dados de uma forma eficaz e eficiente para o estudo.

2.2.1. Critérios de Inclusão

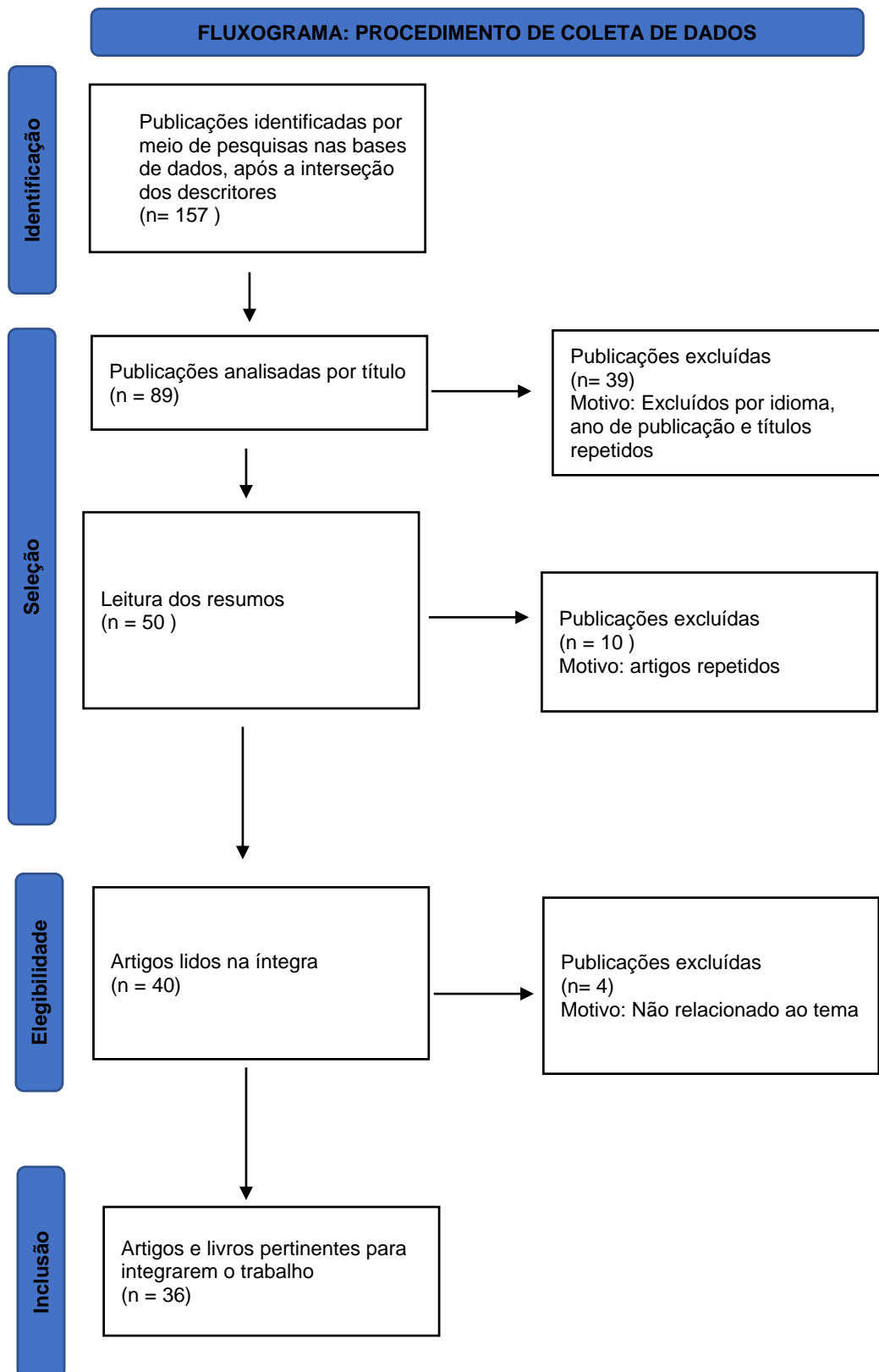
Os artigos selecionados deveriam ter como objetivo avaliar as possíveis causas e impactos do Burnout nos profissionais do setor terciário de saúde. Utilizamos as seguintes palavras-chave para a busca realizada: Burnout, Profissionais da saúde e setor terciário da saúde.

A coleta de dados foi realizada através de bases de dados eletrônicas, listas de referências bibliográficas e aplicação de filtros específicos. Após definirmos os filtros, incluímos restrições quanto ao ano de publicação, entre 2019 a 2024, determinamos esse período para analisarmos o Burnout em períodos anterior e posterior à pandemia e suas possíveis variáveis. Além disso, outro critério de inclusão foi a escolha de artigos nacionais, pois outros países se baseiam em leis e estruturas diferentes sobre Burnout, assim como possuem uma rede assistencial distinta do sistema de saúde do Brasil.

2.2.2. Critérios de Exclusão

Os critérios de exclusão adotados neste estudo visaram garantir as seleções de artigos que se alinhassem estritamente com o escopo da pesquisa. Foram excluídos estudos que se enquadraram em diferentes categorias como ano de publicação, idioma estrangeiro, artigos indisponíveis, duplicados ou restritos nas bases de dados, assim como títulos que não se relacionavam com o problema da pesquisa, por focar em Burnout em profissionais da educação, estudantes e atenção primária. Também excluimos publicações muito antigas que não atendiam os critérios de inclusão estabelecidos pelo estudo.

Com base no método, iniciamos a leitura de títulos e resumos, seguidos pela leitura na íntegra dos artigos e livros selecionados. Para essa seleção, elaboramos um fluxograma, onde foi desenhado todo processo de seleção e coleta dos dados empregados. Nas bases digitais foram identificadas 157 publicações. Após inserir os critérios de exclusão como: idioma e ano de publicação, foi possível filtrar um número de 89 publicações, entre artigos e livros. Essas publicações foram analisadas por títulos e resumos, tendo um total de 53 excluídos por estarem fora dos mesmos critérios estabelecidos anteriormente. Sendo assim, foram extraídos um total de 36 artigos e livros para o desenvolvimento da pesquisa científica.



2.3. Procedimento de Análise de Dados

Após a coleta de dados, realizamos uma análise minuciosa de todos os materiais coletados que integraram o trabalho. Como demonstrado no fluxograma, três livros entraram nos critérios estabelecidos, conforme o método adotado. Sendo o primeiro deles a “Síndrome de Burnout e a influência da pandemia de COVID – 19 em enfermeiros”. O livro trata de um dos motivos principais da pesquisa, pois aborda questões trazidas pelo cenário pandêmico, onde esses profissionais ficaram expostos a uma série de desafios e pressões no ambiente de trabalho, incluindo longas jornadas, carga horária excessiva e falta de recursos apropriados, cujos fatores estão diretamente atrelados às hipóteses da pesquisa trabalhada. O segundo livro selecionado foi o “Burnout na prática clínica”, que aborda questões voltadas à saúde mental dos profissionais da saúde durante e pós pandemia e como esse esgotamento pode estar atrelado à falta de autocuidado, assim como a falta de valorização desses profissionais por parte da gestão dos hospitais. Por fim, o terceiro livro “Síndrome de burnout: uma ameaça invisível no trabalho”, abordou a influência do ambiente na vida dos profissionais da saúde e como os comportamentos são reforçados diariamente acerca de rotinas exaustivas, e como a cultura e gestão podem influenciar todo esse cenário.

Além dos livros, filtramos e selecionamos trinta e três artigos que tratam do Burnout em profissionais da saúde, para adquirirmos bagagem teórica para a construção e elaboração no método. Os artigos “síndrome de burnout e fatores associados em enfermeiros intensivistas: Uma revisão sistemática” e “síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa” foram lidos na íntegra pelos pesquisadores, que investigaram com mais profundidade o ambiente hospitalar, a fim de entender possíveis fatores para o desenvolvimento do esgotamento nestes profissionais. Contudo, para este projeto, também visamos analisar o desgaste dos profissionais da saúde pré, durante e pós pandemia de COVID-19. Para isso, também selecionamos o artigo “Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID - 19: revisão sistemática com metanálise”, onde identificamos que durante o período pandêmico e as condições trazidas por ele, o nível de desgaste emocional destes profissionais (que atuaram em linha de frente contra o vírus) aumentou. Visamos ainda, investigar o impacto do burnout no desempenho dos profissionais em suas atividades, a partir do artigo “esgotamento físico dos enfermeiros no setor de urgência

e emergência: revisão integrativa” que tem como objetivo os impactos vividos por esses profissionais e trazem a necessidade de intervenções para reduzir a prevalência do burnout nesses profissionais.

Outros artigos selecionados retrataram o índice da síndrome de burnout no período pandêmico, onde identificamos que, nesse período os enfermeiros estavam muito fragilizados devido ao cenário que estavam vivendo: muito óbitos, hospitais cheios, ou seja, eles estavam na linha de frente com a vida também em risco, desenvolvendo condições de alta tensão. A depressão também foi considerada uma temática prevalente entre os profissionais. Eles apresentaram um quadro de depressão causando um sentimento de tristeza, desinteresse sobre as atividades do dia a dia, afetando grupos funcionais do corpo, como o cognitivo, motivacional, somático, afetivo, comportamental e vegetativo, além da capacidade laboral do trabalhador. Outro fator observado foi em relação ao grupo de enfermeiros recém-formados, pois devido ao menor tempo de experiência, era maior o risco de acometimentos por sintomas depressivos.

2.4. Ressalvas éticas

Nesta pesquisa não foram implicados grandes riscos, uma vez que não operamos diretamente com seres humanos. Dessa maneira, por meio de pesquisa bibliográfica o estudo apresentou benefícios e acréscimo de conhecimentos aos pesquisadores, permitindo explorar as principais causas da síndrome de Burnout e aprofundar sobre os principais impactos na vida dos profissionais do setor terciário da saúde. Além disso, todas as fontes usadas foram citadas corretamente, seguindo os cuidados éticos no uso das referências, para garantir o respeito aos direitos autorais e à honestidade acadêmica.

2.5. Cronograma

Foi elaborado um cronograma detalhado, para demonstrar cada etapa da pesquisa realizada. No primeiro semestre de 2024, ocorreu a elaboração do projeto de pesquisa. No segundo semestre de 2024, a partir de agosto, foi realizado a elaboração e a apresentação do método de pesquisa.

3. RESULTADOS

BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO TERCEIRO SETOR

O setor terciário da saúde se responsabiliza por serviços de alta complexidade, com o objetivo de acolher e atender às necessidades da sociedade. Ao longo dos anos o setor terciário passou por um processo de mudança, tornando-se cada vez mais dinâmico e apresentando um alto índice de rotatividade e exigências que acabaram causando impacto nos profissionais do setor da saúde. Essa situação evidencia-se um desconforto emocional no profissional podendo apresentar-se como uma síndrome de esgotamento profissional, afetando e interferindo diretamente nas suas funções de trabalho.

Além disso, o ambiente de trabalho na área da saúde é influenciado por diversas transformações econômicas, políticas e tecnológicas, tornando-se um espaço cada vez mais desafiador para os profissionais (Pereira *et al.*, 2020, p. 9). Nos setores de urgência e emergência, essa realidade se intensifica, expondo aos enfermeiros os riscos ocupacionais, psicossociais, que afetam sua saúde física e mental.

O estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout são consequências comuns dessa rotina exaustiva, comprometendo a qualidade do atendimento e a segurança dos pacientes. Segundo Costa (2023), os profissionais da saúde tendem a enfrentar altos níveis de Burnout, por conta de fatores que estão ligados a cargas de trabalho excessiva, alta pressão, falta de apoio e alto nível de carga emocional. O Burnout pode provocar diversos danos no desempenho profissional de quem está na linha de frente dos hospitais, inclusive afetando a vida pessoal, já que diversos fatores estão relacionados ao sofrimento emocional desses profissionais.

Carvalho (2023) afirmou que os profissionais da saúde, como médicos, enfermeiros e outros profissionais de serviços essenciais, enfrentam constantes receios de se contaminarem, contaminar familiares, excesso de turnos trabalhados, esgotamento, cansaço e falta de materiais de proteção. Assim, esses fatores são significativos e estão diretamente ligados ao ambiente laboral, prejudicando o desempenho profissional.

Trata-se, portanto, de ameaça invisível no trabalho, ligado diretamente ao

ao excesso de tensão desse profissional, que agrava seus aspectos emocionais e profissionais.

Diante desse cenário, torna-se fundamental identificar os fatores que prejudicam o esgotamento profissional da saúde do setor terciário em unidades de urgência e emergência, analisando os impactos dessas condições na atuação e bem-estar desses profissionais.

3.1. Impactos do burnout na saúde física e mental

O burnout é uma síndrome que se manifesta como um resultado direto do estresse crônico acumulado no ambiente de trabalho. Seus impactos são significativos e abrangem tanto a saúde física quanto a saúde mental dos indivíduos, representando uma questão cada vez mais relevante na sociedade. Essa condição é caracterizada por três componentes principais: exaustão emocional, despersonalização e uma profunda sensação de baixa realização pessoal.

O fenômeno do burnout tem se tornado uma preocupação crescente, especialmente em profissões que exigem uma alta carga de trabalho e enfrentam pressão constante, como é o caso dos profissionais da saúde no terceiro setor (Perniciotti *et al.*, 2020, p. 32).

Segundo Santos, Martins e Aquino (2024) o burnout impacta a saúde física e mental de diversas maneiras. No que diz respeito à saúde física, os sintomas incluem fadiga crônica, que se caracteriza por uma sensação persistente de cansaço que não melhora com descanso. Além disso, muitas pessoas relatam dores musculares, que podem ser resultado da tensão constante e do estresse acumulado. Distúrbios do sono são comuns, levando a dificuldades em adormecer ou a um sono não reparador, o que agrava ainda mais a sensação de exaustão. Em relação à saúde mental, o burnout provoca sintomas psicológicos significativos, como ansiedade, depressão e até mesmo o suicídio. A constante sensação de sobrecarga pode levar a um estado de alerta elevado, dificultando o relaxamento. Isso por sua vez, resulta em dificuldades de concentração, tornando tarefas simples em desafiadoras. Esses impactos afetam não apenas a produtividade, mas também a qualidade de vida geral, tornando essencial o reconhecimento e a abordagem desta condição.

Carvalho *et al* (2023) afirmou que o burnout também impacta na perda de produtividade, aumento de absenteísmo, piora na qualidade dos serviços prestados,

problemas nas relações pessoais, sociais e familiares e aumento no uso de substâncias. Logo,

[...] torna-se plausível contextualizar que os sintomas descritos como constituintes da síndrome do burnout deverão impactar, de maneira importante, outras esferas da vida do paciente. Diminuição da energia, exaustão e apatia caracterizam-se como estados, tanto físicos quanto psíquicos, que tendem a permanecer presentes mesmo após a jornada de trabalho e que contribuirão para degenerar gradualmente a qualidade dos vínculos sociais e dos cuidados com a saúde de maneira geral. Na prática psicanalítica a presença desses estados, frequentemente, pode vir acompanhada de alterações na qualidade do sono, declínio das atividades físicas, dificuldades na manutenção ou na constituição de momentos de lazer e, em alguns casos, pode servir de gatilhos para comportamentos compulsivos (de cunho defensivo, com o objetivo de servirem de descarga de tensão) dos mais variados tipos. Nessas condições, o corpo do paciente se apresenta como o palco principal de suas queixas, no qual se articula um vasto leque de somatizações que se mostram desacompanhadas de elaborações psíquicas e/ou conflitos inconscientes de natureza sexual (Carvalho e Mameri-Trés, 2023, p.222).

Segundo Carvalho *et al* (2023, p. 91) o burnout em médicos revelou resultados impressionantes: 53% acreditavam que os sintomas afetaram o atendimento aos pacientes, 34% apresentavam quadros de depressão grave, e 11% pensaram em abandonar a medicina por causa do burnout. Além disso, 79% relataram que a síndrome prejudicou suas relações pessoais, 33% já tiveram pensamentos suicidas e 5% já tentaram suicídio. A incidência foi significativamente maior entre mulheres, pessoas sedentárias, solteiros e indivíduos sem filhos. Batista e Leite (2023, p. 116) constataram que:

As mulheres são mais propensas do que os homens a relatar altos níveis de estresse. E como a enfermagem é uma profissão dominada por mulheres, esse fato é preocupante. Portanto, espera-se que programas de intervenção devidamente planejados que incluam aspectos de medidas de prevenção direcionadas tanto para pessoas quanto para organizações, evitem o esgotamento e melhorem a saúde mental dos trabalhadores.

Ainda segundo Batista e Leite (2023), médicos nessas condições podem se afastar do trabalho, atrasar-se, faltar alegando doenças físicas ou mesmo estar presentes, mas sem concentração. Também podem apresentar comportamentos como frieza no atendimento, falta de paciência e facilidade para se irritar. Além disso, muitos médicos acabam buscando formas ruins de lidar com o estresse, como o uso excessivo de álcool, o que não ajuda a recuperar sua saúde mental.

Os impactos mentais são igualmente significativos; a ansiedade se torna uma constante, criando um estado de inquietação que dificulta o relaxamento e a concentração. Essa situação pode evoluir para episódios de depressão,

caracterizados por sentimentos de desesperança e desânimo, afetando a qualidade de vida e as relações interpessoais (Soares *et al.*, 2022, p. 395).

Segundo Jarruche e Mucci (2021) os transtornos mentais, como ansiedade, depressão e estresse, são cada vez mais comuns entre os trabalhadores e frequentemente, estão ligados ao sofrimento psicológico e estresse ocupacional, causado pelo ambiente de trabalho. De acordo com suas pesquisas, a prevalência de transtornos de ansiedade é de 28,8% ao longo da vida, enquanto a depressão atinge entre 15% e 18% da população. Esses números mostram que o impacto dos transtornos mentais no bem-estar dos trabalhadores é significativo e que as condições de trabalho têm uma grande influência no surgimento desses problemas. Santos *et al* (2023) mostraram que

[...] sobrecarga de trabalho, a exposição constante a situações de sofrimento e morte, e a falta de suporte emocional e estrutural, [...] podem levar a transtornos como Burnout, ansiedade e depressão, além de afetar o desempenho e a qualidade do cuidado prestado (p. 03).

O Burnout, na atualidade, constitui uma epidemia em profissionais da saúde. Embora não atinja somente essa área, médicos e enfermeiros estão entre os grupos com maior risco de suicídio, sendo o suicídio considerado um risco da profissão. Carvalho *et al* (2023) afirmaram que

Os médicos são menos propensos a procurar ajuda, uma vez que a depressão continua estigmatizada na cultura médica. Sentimentos de isolamento, perda de pertencimento e fracasso, combinados com a percepção de ser um fardo para parceiros, familiares, amigos e sociedade, levam alguns a ver o suicídio como resposta. Aproximadamente um em cada sete já pensou em suicídio [...] (p, 104).

Soares *et al.*, (2022, p. 396) relatou também, que a pandemia de Covid-19 aumentou muito a carga de trabalho dos profissionais de saúde, piorando a saúde mental. Fatores como ser da área de enfermagem, ser mulher, ter mais tempo de profissão, condições ruins de trabalho, dificuldades financeiras, problemas para equilibrar trabalho e vida familiar, além do medo de pegar e transmitir o vírus, estiveram ligados ao maior risco de burnout. As mudanças causadas pela pandemia nos hospitais e no trabalho trouxeram efeitos sérios para a saúde dos profissionais.

A estigmatização da saúde mental dentro do ambiente médico, associada à dificuldade de buscar ajuda, agrava ainda mais o quadro, sendo preocupante o

aumento de casos de depressão, ideação suicida e até suicídio entre médicos e enfermeiros.

3.2. Qualidade de desempenho do profissional da saúde com burnout

A Síndrome de Burnout também compromete gravemente a qualidade dos cuidados prestados e o desempenho profissional. Os profissionais que sofrem dessa síndrome frequentemente apresentam um desempenho significativamente reduzido, o que pode traduzir-se em erros médicos, falhas na comunicação com a equipe e com os pacientes, além de uma diminuição da atenção necessária para o acompanhamento adequado dos casos, que podem refletir no “comprometimento da segurança do paciente, aumento de eventos adversos, erros de medicação, maior número de infecções, quedas do paciente, entre outros” (Soares *et al.*, 2022, p.386).

Esses fatores, por sua vez, afetam diretamente a segurança do paciente, criando riscos tanto para a integridade do paciente quanto para a eficácia do tratamento. A longo prazo, a presença de Burnout em um ambiente de saúde pode prejudicar a confiança entre profissionais e pacientes, deteriorando a qualidade dos serviços prestados e, conseqüentemente, impactando negativamente os resultados do atendimento médico (Perniciotti *et al.*, 2020, p. 42).

Também podemos associar a qualidade do desempenho desses profissionais, com o salário e o reconhecimento do trabalho pelas instituições hospitalares, pois o ambiente hospitalar possui altas demandas de trabalho e, muitas vezes, esses profissionais não têm o reconhecimento necessário, nem no âmbito salarial, nem no reconhecimento de sua função. Lima *et al* (2024 *apud* Antonio, 2024, p. 5896), embora reconheça que “salários competitivos, planos de saúde, programas de bônus e incentivos, entre outros, são fatores que influenciam a satisfação e a lealdade dos colaboradores” também entendem que a “simples oferta de benefícios não é suficiente; é fundamental que as empresas estabeleçam um ambiente em que os colaboradores sintam que suas contribuições são reconhecidas e valorizadas. ”

No setor terciário, esses efeitos podem resultar em uma diminuição da eficiência e da qualidade dos cuidados prestados, além de aumentar o risco de erros, tornando o ambiente de trabalho mais desgastante e menos seguro.

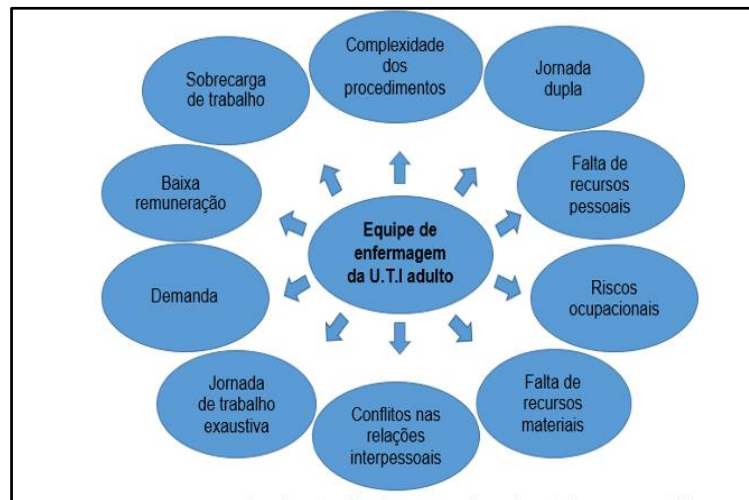
A queda na qualidade do trabalho, o aumento do absenteísmo, da rotatividade e do número de acidentes de trabalho prejudicam as empresas em termos financeiros e de imagem. Além disso, provocam prejuízo social pela diminuição do número de adultos em idade produtiva devido ao adoecimento e gastos com saúde. Os impactos como um todo são abrangentes: de ordem pessoal, social, empresarial, governamental e sobre o público atendido (Jarruche e Mucci, 2021, p. 169).

Segundo Rocha *et al* (2019, p. 310) os profissionais que não conseguem mais lidar com o estresse e a sobrecarga enfrentada no cotidiano acabam se afastando do trabalho ou até deixando suas posições permanentemente. Esse esgotamento emocional e físico, resultante da constante pressão e do estresse no ambiente de trabalho, pode levar ao desejo de abandonar a profissão ou ao aumento das ausências, comprometendo o desempenho coletivo da equipe.

Esse fenômeno não só gera fragilidade e lacunas no atendimento, mas também sobrecarregam ainda mais os colegas que permanecem, que acabam assumindo tarefas extras e, muitas vezes, experimentam uma intensificação do próprio desgaste. Assim, cria-se um ciclo de exaustão e desmotivação, que pode afetar negativamente a dinâmica da organização como um todo.

O Burnout também pode causar distanciamento emocional, fazendo com que os profissionais se tornem insensíveis aos problemas dos pacientes, trazendo como principal ponto de questionamento no desempenho desse profissional a despersonalização, ou seja, a insensibilidade desse profissional frente ao atendimento (Alvares, 2020). Também é capaz de dificultar a comunicação e o cuidado humanizado, sendo esses elementos essenciais na área da saúde. Martins (2019) identificou em seus estudos os fatores determinantes para o acometimento excessivo da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva adulto, bem como a influência no desempenho desses profissionais, conforme demonstrado na figura abaixo:

Figura 2 - Fatores ligados ao desempenho do profissional da enfermagem do setor terciário



Fonte: Martins et al, 2019, p. 7.

Silva (2015 *apud* Martins et al, 2019) relata que

O estresse laboral é o principal fator de risco para o acometimento da síndrome de burnout e os profissionais de UTI se mostram mais vulneráveis ao acometimento da doença pois são expostos a fatores estressores específicos, levando os mesmos ao esgotamento e à fadiga, sendo que alguns destes fatores são: constante interação entre padrões de trabalho, integridade dos pacientes prejudicada, necessidades complexas dos pacientes, aspectos organizacionais, sistema de trabalho, demanda psicológica e física, exigência de habilidades técnicas e de tomada de decisões e controle de tempo para a realização de atribuições (p. 7).

Esses fatores evidenciaram as condições desafiadoras enfrentadas pelos enfermeiros na UTI adulto, que demandam atenção para as condições de trabalho, a qualidade do atendimento e o bem-estar desses profissionais. A falta de reconhecimento e de apoio institucional desses profissionais, também estão intimamente relacionadas ao seu desempenho, uma vez que a sensação de que suas contribuições não são valorizadas ou de que não há mais satisfação em suas atividades diárias podem levar a uma visão negativa da profissão.

Esse sentimento de desvalorização impacta diretamente a motivação e o comprometimento com o trabalho, resultando em uma queda na qualidade do desempenho profissional. Quando os trabalhadores não percebem que suas ações são reconhecidas, o desgaste emocional se intensifica, o que pode gerar uma diminuição do cuidado com as tarefas, aumento de erros e até mesmo em perda do vínculo com os objetivos e valores da profissão. Além disso, o setor público é o que mais sofre com isso, pois muitas vezes não existe um programa de saúde e bem-

estar, por conta dos recursos limitados. Portanto, segundo Nascimento *et al* (2024, p. 4076),

No ramo da saúde pública, onde as demandas são múltiplas e os recursos muitas vezes escassos, a Síndrome de Burnout torna-se um desafio amplificado. Os profissionais que atuam na saúde pública enfrentam uma complexidade adicional devido às demandas sociais, políticas e econômicas que influenciam diretamente a prestação de serviços. A pressão para atender às necessidades da comunidade, aliada à constante exposição a situações de crise, como pandemias e emergências de saúde, intensifica os fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout.

Outro fator que pode estar diretamente ligado ao desempenho desse profissional é a falta de autonomia. Ao ter que seguir rigidamente as regras da instituição, sua subjetividade acaba não sendo respeitada e acolhida pela gestão. A rigidez das regras e a falta de abertura para o *input* do colaborador podem resultar em um ambiente de trabalho mais mecanizado e menos inovador. Além disso, quando a gestão não valida as necessidades e percepções do profissional, cria-se um distanciamento entre a equipe e a liderança, o que pode prejudicar o clima organizacional e até mesmo a retenção de talentos. Isso porque,

a autonomia, entendida como a possibilidade de manifestar desejo e subjetividade no trabalho, permitiria ao trabalhador interferir naquilo que lhe causa sofrimento. Nesta situação, o adoecimento ocorre quando o trabalhador é forçado a ir sistematicamente além de seu limite subjetivo.. A alta demanda de trabalho relacionada a baixa autonomia trazem maior risco de burnout (Jarruche e Mucci, 2021, p. 168-169).

Batista e Leite (2023, p. 114) examinaram os fatores que contribuem para a intenção de enfermeiros deixarem seus cargos de trabalho. A partir de dados coletados em sua pesquisa de forma transversal, mostraram que os enfermeiros eram mais propensos a planejar a saída de suas posições nos 12 meses subsequentes ao autorrelato de níveis elevados de estresse ocupacional. Entre os fatores associados estavam: diminuição da satisfação no trabalho, menor controle sobre os horários, obrigatoriedade de estar de plantão e de tomar decisões clínicas, trabalho em ambientes remotos, maior nível de escolaridade, menor tempo de vínculo empregatício com a agência principal e baixa satisfação com a comunidade local.

Adicionalmente, Batista e Leite (2023) destacaram que fatores geográficos podem influenciar os níveis de estresse ocupacional e o desenvolvimento da síndrome de burnout. Neste estudo, 136 enfermeiros atuantes em dois hospitais psiquiátricos, observaram que profissionais que trabalhavam em hospitais rurais apresentaram

menores níveis de esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, conforme as subescalas do Inventário de Burnout de Maslach. A maioria desses profissionais rurais (66,1%) relatou satisfação com seu ambiente de trabalho, atribuindo essa percepção positiva ao suporte gerencial recebido, às boas condições laborais e ao envolvimento ativo nos processos decisórios das unidades. Esses dados sugerem que ambientes de trabalho mais acolhedores e participativos não apenas reduzem a prevalência da síndrome de burnout, como também favorecem uma prática assistencial mais segura e de melhor qualidade, reforçando a importância de políticas institucionais que priorizem o bem-estar dos profissionais, a fim de garantir a excelência no cuidado aos pacientes.

Esses dados vão de encontro com estudos realizados por Falce *et al* (2023), também se utilizando da escala Maslach Burnout Inventory (MBI) e a escala de comprometimento organizacional de Meyer e Allen (1993). Os dados foram tratados por meio de modelagem de equações estruturais.

Figura 3 - Modelagem de Equações Estruturais

Dimensão	Resultado	Impacto na Qualidade de Desempenho
Exaustão emocional	Média: 2,0 (escala 1-5)	Redução de energia e motivação, aumento de erros
Despersonalização	Média: 2,3	Menor empatia com pacientes, distanciamento afetivo
Reduzida realização pessoal	Média: 2,0	Baixa autoestima e satisfação profissional, desengajamento
Comprometimento afetivo	Correlação negativa significativa com burnout ($\beta = -0,70$)	Redução da ligação emocional, piora do clima organizacional
Comprometimento calculativo	Correlação negativa significativa com burnout ($\beta = -0,69$)	Aumento da intenção de saída, menor dedicação
Comprometimento normativo	Sem correlação significativa com burnout	Lealdade moral persiste mesmo sob desgaste psicológico

Fonte: Próprios autores a partir de Falce *et al*, (2023).

Com esses dados é possível entender que o burnout afeta negativamente o comprometimento afetivo (laço emocional com a organização) e o comprometimento calculativo (cálculo de custo-benefício de permanecer na organização). Não houve

evidência significativa de que o burnout afete o comprometimento normativo (obrigação moral de permanecer na organização). Os resultados reforçaram que burnout e comprometimento organizacional são construtos distintos, mas inter-relacionados. A exaustão emocional, despersonalização e sensação de reduzidas conquistas pessoais são os principais indicadores do burnout. Assim, os profissionais demonstraram menor envolvimento afetivo e maior probabilidade de questionar racionalmente sua permanência na organização, o que compromete o desempenho organizacional.

Além disso, o mercado passa por muitas transformações, os profissionais são cada vez mais expostos a essas mudanças que prejudicam diretamente sua saúde, desenvolvendo doenças psicológicas, como a síndrome de Burnout, apresentado-se como um impacto negativo para as organizações.

Carvalho e Mameri-Trés (2023) afirmaram que uma dessas transformações é a tecnológica, que gerou novas soluções para tornar o mercado mais produtivo e lucrativo. Com o surgimento de novas profissões voltadas para a criação e manutenção dessas tecnologias, muitos cargos tradicionais da área da saúde foram extintos, ao mesmo tempo em que surgiram funções mais especializadas, exigindo novos conhecimentos e habilidades. Isso trouxe uma mudança na dinâmica do mercado de trabalho, levando à redução das vagas disponíveis para funções de menor complexidade no setor, como aquelas relacionadas a atividades administrativas ou suporte básico.

No entanto, o setor de saúde, assim como outros setores, não acompanhou de maneira adequada essa transição tecnológica com investimentos em treinamentos e qualificações para seus profissionais. Muitas vezes, as instituições de saúde preferiram contratar profissionais já capacitados, sem oferecer o treinamento necessário para aqueles que já estavam na área. Essa falta de capacitação continuada contribuiu para um cenário de sobrecarga de trabalho e de constante atualização dos profissionais, especialmente em tempos de avanço rápido da tecnologia médica e de novas demandas do mercado.

Associado a esses aspectos, a violência no ambiente de trabalho, como assédio moral e discriminação, é um problema recorrente no setor de saúde, afetando não só a saúde mental dos profissionais, mas também a qualidade do atendimento prestado aos pacientes. Esses fatores geram um ciclo vicioso, onde os profissionais, insatisfeitos e sobrecarregados, permanecem nos cargos, muitas vezes, apenas pela

necessidade de garantir a sobrevivência financeira e planejar a aposentadoria, em vez de se sentirem realizados em suas carreiras. Esse cenário reforça a necessidade urgente de mudanças no setor de saúde, incluindo maior valorização dos profissionais, melhores condições de trabalho e oferta de capacitação contínua para lidar com as exigências da profissão.

3.3. Estratégias de prevenção e intervenção para profissionais da saúde com burnout

Com base nos impactos que a síndrome de burnout causa aos profissionais da saúde, afetando o seu lado físico e mental, a qualidade do seu desempenho profissional e de como os sintomas psicológicos podem levar esses profissionais a terem comportamento de distanciamento das relações pessoais, diminuição do sentimento de realização pessoal e distanciamento da vida social, é importante que haja estratégias de prevenção e intervenções para contribuir com a qualidade de vida e, conseqüentemente, ajudar na melhoria dos atendimentos prestados aos pacientes.

Os hospitais que não apresentam estratégias de implementação contra o burnout aos profissionais se tornam ambientes adoecidos, com acúmulos de estresse e desgaste físico e mental levando a uma alta taxa de afastamento e queda de produtividade. Apresentam, também, um clima organizacional negativo, difícil de lidar. Os profissionais precisam de um suporte para seguir em frente no ambiente de trabalho e ter um apoio para superar e prevenir a síndrome de burnout. É importante reconhecer que o burnout não é apenas um problema individual, mas também um problema organizacional que requer intervenções, tanto a nível pessoal quanto organizacional, para abordar eficazmente seus efeitos (Matos *et al*, 2023, p. 8).

Uma das principais formas de prevenção é a identificação precoce dos sinais, que pode ser facilitada por programas de conscientização e monitoramento contínuo da saúde mental. Para tanto, é possível o emprego de estratégias que diminuam o estresse e a pressão no trabalho, reconhecendo o que está excedendo o limite desses profissionais, como o ambiente que eles estão inseridos, o que os deixam sobrecarregados, como carga horária e funções que exercem, seja por ultrapassar o horário de trabalho, devido a falta de um profissional, ou por realizar tarefas que não fazem parte do seu trabalho. Machado *et al* (2024) defenderam que a prevenção ao esgotamento crônico também devem estar ligadas às boas práticas de gestão. Ainda,

é importante que haja programas de treinamento e gerenciamento de estresse, a fim de melhorar a resiliência, assim como melhoria das condições de trabalho, fazendo ajustes na carga horária e proporcionando melhores condições laborais. Além disso, é fundamental que os profissionais da saúde tenham acesso a serviços de apoio psicológico e terapia, bem como equilíbrio entre a vida pessoal e profissional.

A Síndrome de Burnout requer abordagens holísticas para sua prevenção e mitigação. Ao adotar estratégias que abordam o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal, o apoio social, o gerenciamento de estresse, a autonomia, o redesign das cargas de trabalho e a promoção de um ambiente de trabalho positivo, as organizações criam alternativas eficazes para solucionar os desafios associados ao Burnout e promover a saúde mental dos seus colaboradores (Matos *et al*, 2023, p. 11)

Além disso, a promoção de espaços físicos adequados para descanso e recuperação, contribuem para a redução do estresse acumulado. Também incentivo ao autocuidado, por meio de atividades que promovam o bem-estar físico e mental, como exercícios físicos, alimentação saudável e práticas de lazer, devem ser parte integrante da estratégia de prevenção, associada a uma cultura organizacional que valorize o bem-estar do profissional, reconheça seus esforços e ofereça uma comunicação aberta e transparente. Estes aspectos contribuem para um ambiente mais saudável, já que permitem oferecer *feedbacks*, aumentando o engajamento e diminuindo a carga excessiva de estresse. Programas de mentoria, apoio entre colegas e espaços para a troca de experiências também são importantes, pois oferecem suporte emocional e criam uma rede de proteção social.

Logo, criar um ambiente onde os profissionais se sintam valorizados pode ser um fator chave na prevenção da Síndrome de Burnout.

Em uma sociedade cada vez mais frenética e demandante, a síndrome de burnout representa um alerta importante. Ela nos lembra que, mesmo em ambientes de trabalho competitivos, é crucial priorizar a saúde mental e o equilíbrio entre vida profissional e pessoal. Ignorar os sinais de burnout pode levar a consequências graves, incluindo problemas de saúde física e mental, além de afetar a qualidade do trabalho e das relações interpessoais. Para enfrentar o burnout, é essencial promover uma cultura de apoio emocional, criar ambientes de trabalho saudáveis e fornecer recursos para lidar com o estresse e a pressão. A prevenção e o tratamento precoces do burnout são fundamentais, pois não apenas beneficiam os indivíduos, mas também contribuem para a produtividade e a sustentabilidade das organizações (Matos *et al*, 2023, p. 17).

Diante dos desafios enfrentados pelos profissionais da saúde, a criação de um ambiente de trabalho que priorize o cuidado com a saúde mental e física é

fundamental. Ao implementar medidas preventivas, como o reconhecimento precoce dos sinais de burnout, programas de apoio psicológico e ajustes nas condições de trabalho, é possível não só proteger o bem-estar dos profissionais, mas também melhorar a qualidade do atendimento prestado aos pacientes. A promoção de uma cultura organizacional que valorize o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, desempenha um papel crucial nesse processo. Para tanto é preciso pensar em ações integradas, capazes de proporcionar um ambiente mais saudável e sustentável, tanto para os profissionais quanto para os pacientes, consolidando a importância de um cuidado contínuo com a saúde mental no ambiente hospitalar. Matos et al (2023, p. 17) sugerem que

Mitigar os efeitos negativos do burnout é essencial para preservar o bem-estar dos indivíduos e promover ambientes de trabalho saudáveis. Nesse contexto, a conclusão deve destacar a importância de medidas preventivas e estratégias de intervenção. Em um mundo caracterizado por demandas constantes e ritmos de trabalho acelerados, a mitigação dos efeitos negativos do burnout é uma prioridade urgente. Para alcançar esse objetivo, é crucial adotar uma abordagem multifacetada.

Para tanto, Carvalho (2023), propõe o programa intitulado "Saúde Total", através do qual são analisadas as potencialidades e limitações da instituição hospitalar. Essa iniciativa foi organizada em três principais eixos: práticas de atividade física, lazer e socialização. A primeira etapa de implementação consistiu em identificar as necessidades e os problemas existentes. O estudo revelou a falta de conhecimento sobre a Síndrome de Burnout, a ausência de um psicólogo atuando continuamente na empresa, a carência de estratégias eficazes para a prevenção da síndrome e a promoção da saúde no ambiente organizacional. Observou-se, também, que assim como ocorre na maioria das empresas, os colaboradores da organização analisada permaneceram longas jornadas no trabalho, variando entre oito e dez horas diárias.

De acordo com a problemática acima, foi construído um plano de ação baseado na qualidade e incentivo às boas práticas para prevenção e cuidado com a Síndrome de Burnout. O plano visou levar conhecimentos educativos às instituições, estabelecer um ambiente de interação social e estimular a adoção de hábitos saudáveis.

Contudo, não é efetivo implantar o programa como proposto por Carvalho (2023), se não houver um compromisso de líderes e gestores da organização hospitalar. Machado *et al* (2024) alertaram que a Síndrome de Burnout não é um

problema exclusivo do indivíduo e que a perspectiva adequada para prevenir a síndrome requer considerar a responsabilidade da organização que o emprega.

As organizações devem investir na construção de ambientes de trabalho que favoreçam o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, promovam formações em gestão do estresse, incentivem pausas frequentes e reforcem a importância da saúde mental. Essas ações devem ser acompanhadas de políticas que controlem as horas extraordinárias e definam claramente os limites da carga laboral. Paralelamente, é crucial reconhecer os primeiros sinais de burnout. Líderes e colegas profissionais devem estar atentos a indícios de cansaço extremo, distanciamento emocional e diminuição do sentimento de realização pessoal. Quando o burnout é identificado, é importante agir rapidamente, proporcionando acesso a apoio psicológico e ajustando temporariamente as responsabilidades profissionais (Matos *et al*, 2023).

O estilo de vida saudável é uma forma de viver baseada na interação equilibrada entre condições de vida, em um sentido amplo, e os padrões individuais de comportamentos. Fatores socioculturais e características pessoais influenciam na aceitação de estilos de vida saudáveis. Dessa forma, adotar um estilo de vida saudável envolve não apenas escolhas individuais, mas também a influência de fatores externos, como o ambiente social, econômico e cultural. A promoção da saúde, deve considerar essas múltiplas dimensões, incentivando políticas públicas que favoreçam o acesso à informação, à prática de atividades físicas, à alimentação equilibrada, ao suporte psicossocial e, também, aos cuidados com a saúde mental. Reconhecer a importância do equilíbrio emocional e do bem-estar psicológico para a adoção e manutenção de um estilo de vida saudável, é necessário para uma mudança de paradigma capaz de enxergar que a saúde mental é tão importante quanto a saúde física, considerando o indivíduo em sua totalidade biopsicossocial.

4. DISCUSSÃO

O objeto de estudo desta pesquisa foi a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde, com foco na análise de seus impactos físicos, mentais e organizacionais, bem como na construção de estratégias de prevenção e intervenção. A partir da análise dos dados levantados nas fases do estudo, foram identificados problemas relevantes, como a falta de conhecimento sobre a síndrome, a ausência de um psicólogo do trabalho na instituição e as longas jornadas de trabalho enfrentadas pelos profissionais. Além disso, observou-se a inexistência de estratégias eficazes de promoção da saúde mental e de prevenção do Burnout no ambiente hospitalar, situação que reflete a realidade de muitas instituições de saúde, onde o clima organizacional adoecido e a sobrecarga de demandas favorecem o desenvolvimento da síndrome.

O levantamento de necessidades destacou a urgência de definir estratégias de prevenção e a adoção de ações que promovam a saúde no local de trabalho. Os dados obtidos permitiram compreender que, sem intervenções adequadas, o ambiente hospitalar tende a acumular estresse e desgaste físico e mental, resultando em afastamentos e na queda da qualidade do atendimento prestado aos pacientes. Com base nisso, o plano de ação elaborado propôs a criação de materiais educativos e ilustrativos para palestras, a implantação de espaços de convivência, o incentivo à prática de atividades físicas e à formação de vínculos sociais entre os colaboradores. Os artigos e livros utilizados reforçaram a importância de estratégias, como programas de conscientização, acompanhamento psicológico, ajustes na carga horária e incentivo ao autocuidado, além de reconhecer o Burnout como um problema organizacional, e não apenas individual. Os resultados do estudo demonstraram a eficácia potencial de ações integradas para mitigar o impacto do Burnout, promover ambientes mais saudáveis e contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos profissionais e da assistência prestada aos pacientes.

A pesquisa atendeu de forma significativa ao problema proposto, que consistia em compreender os fatores que contribuem para o surgimento da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção adequadas para esse contexto. Os dados coletados e analisados, combinados com o embasamento teórico apresentado, permitiram mapear os principais problemas enfrentados pela instituição de saúde, como a ausência de

suporte psicológico, a falta de conhecimento sobre a síndrome e as extensas jornadas de trabalho, além da inexistência de estratégias organizacionais de enfrentamento.

As soluções propostas, organizadas em um plano de ação, dialogaram diretamente com as necessidades identificadas, sugerindo práticas efetivas de promoção da saúde mental, como a oferta de materiais educativos, a criação de espaços de convivência e o incentivo à atividade física e socialização. Além disso, a pesquisa evidenciou a importância do compromisso institucional e da responsabilidade da gestão hospitalar na construção de um ambiente de trabalho equilibrado e saudável. Embora a implementação das ações ainda dependa da adesão da liderança e do desenvolvimento de uma cultura organizacional voltada para o cuidado biopsicossocial dos profissionais, a pesquisa ofereceu caminhos concretos e fundamentados para enfrentar o Burnout. Assim, conclui-se que a pesquisa resolve de maneira satisfatória o problema, ao propor estratégias aplicáveis e sustentadas por pesquisas realizadas, além de reforçar a importância da prevenção contínua e do suporte institucional, como ferramentas essenciais para a saúde mental no ambiente hospitalar.

Foi possível, assim, confirmar a hipótese inicialmente proposta. Com base na análise dos artigos selecionados ao longo da pesquisa, identificou-se que o alto nível de estresse e a carga emocional presentes em ambientes hospitalares são, de fato, fatores determinantes para a sobrecarga e o esgotamento dos profissionais da saúde. Os artigos e livros analisados reforçaram a ideia de que esse cenário é agravado por uma série de aspectos interligados, como a estrutura física inadequada, a comunicação ineficaz entre equipes, a ausência de apoio psicológico e a organização exaustiva das jornadas de trabalho. Além disso, ficou evidente a importância de considerar o contexto de inserção desses profissionais, incluindo as relações multidisciplinares e os programas institucionais de bem-estar. Dessa forma, a pesquisa confirmou a necessidade de pensar em intervenções e estratégias eficazes voltadas à promoção do bem-estar e à saúde mental dos trabalhadores da área, especialmente por parte daqueles que atuam na gestão das equipes.

Contudo, ao longo da pesquisa, também foi possível perceber que ainda há uma escassez de material aprofundado sobre o burnout em profissionais da saúde, especialmente em determinadas áreas e funções específicas dentro do ambiente hospitalar. Os próprios autores de alguns dos artigos utilizados reconhecem essa limitação, fazendo uma espécie de autocrítica sobre a necessidade de se desenvolver

mais estudos e análises voltados para o tema. Essa lacuna evidenciou o quanto o burnout ainda é subestimado ou tratado de forma superficial em algumas abordagens científicas, o que reforça ainda mais a urgência de produzir mais conhecimento, capaz de embasar intervenções práticas e políticas públicas voltadas ao cuidado com a saúde mental dos trabalhadores da área da saúde. Dessa forma, a pesquisa não apenas confirma a hipótese inicial, como também destacou a importância de aprofundar a investigação sobre o tema, promovendo maior visibilidade e suporte a esses profissionais.

O objetivo geral da pesquisa consistiu em compreender as causas e os efeitos da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde atuantes no terceiro setor, bem como analisar de que forma essa condição influencia seu desempenho e modo de trabalho.

Com base na análise dos artigos selecionados, pode-se afirmar que o objetivo geral foi alcançado, uma vez que os autores conseguiram identificar e contextualizar as principais causas e os impactos do Burnout na vida desses profissionais. Os artigos utilizados permitiram identificar os fatores que contribuem para o desenvolvimento do Burnout, como a sobrecarga de trabalho, a escassez de recursos, a pressão emocional constante e a falta de reconhecimento institucional.

Além disso, foi possível contextualizar esses fatores à realidade específica do terceiro setor, onde muitas vezes os profissionais atuam em condições adversas e com altos níveis de envolvimento emocional, o que potencializa o desgaste físico e psicológico.

Em relação aos objetivos específicos, também é possível afirmar que foram atingidos. Além da compreensão das causas da síndrome, foi possível examinar os efeitos sobre a saúde física e mental dos profissionais, avaliar as consequências no desempenho profissional e identificar os principais programas de prevenção voltados à promoção da qualidade de vida no ambiente de trabalho.

Quanto à metodologia empregada para essa análise mostrou-se suficiente para atender aos objetivos propostos, assim como responder à problemática central apresentada no trabalho, como as causas e impactos do burnout em profissionais da saúde atuantes no setor terciário. Foi utilizada uma abordagem qualitativa, centrada em uma revisão sistemática da literatura, coerente com a natureza do tema, permitindo uma análise crítica e reflexiva sobre os principais conceitos e fatores que desencadeiam a síndrome de burnout, bem como suas consequências e

implementação de estratégias de enfrentamento a síndrome de esgotamento profissional.

A seleção dos materiais como artigos e livros foi realizada com base em critérios rigorosos de relevância ao tema, associado a uma confiabilidade científica, que permitiu a elaboração de um projeto estruturado e composto com informações concretas e confiáveis para abordar o tema do burnout no setor terciário de saúde.

Além disso, o recorte temático do projeto centrado-se em profissionais da saúde do setor terciário favoreceu a objetividade do estudo. Portanto é possível afirmar que a metodologia proposta para esta pesquisa foi suficiente e permitiu atender aos objetivos propostos, sustentando as análises apresentadas no trabalho.

O desenvolvimento da pesquisa apresentou os argumentos, resultados e discussão, para a análise do tema proposto, conectando-a à revisão de literatura.

Com base nos subtítulos “impactos do burnout na saúde física e mental”, “qualidade de desempenho do profissional da saúde com burnout” e “estratégias de prevenção e intervenção para profissionais da saúde com burnout”, a pesquisa correspondeu ao que se propunha para essa discussão, tendo em vista que, os dados e as fontes de pesquisa trouxeram resultados e estudos relevantes e comprovados sobre o tema.

Também foi possível evidenciar, através de dados coletados, como a qualidade de desempenho do profissional da saúde com burnout pode ser prejudicada, afetando gravemente a qualidade dos cuidados prestados e o desempenho profissional.

Além disso, ao discutir as estratégias de prevenção e intervenção para profissionais da saúde com o burnout, um dos principais dados levantados foi o plano de ação com estratégias, para que os trabalhadores possam ter possibilidades de mudar esse quadro e estimular hábitos saudáveis, contribuindo para seu bem-estar físico e psicológico.

Como evidenciado ao longo desse texto, uma das críticas recorrentes feitas pelos próprios autores dos materiais analisados diz respeito à escassez de estudos aprofundados sobre a síndrome de Burnout no setor terciário da saúde. Durante o desenvolvimento da pesquisa, foi possível perceber essa limitação na prática, pois houve dificuldades na construção e estruturação do trabalho justamente porque muitos dos artigos e livros selecionados apresentavam conteúdos semelhantes, com pouca diversidade teórica, metodológica e quase sempre utilizando os mesmos

autores como referência. Essa repetição de informações reflete a falta de insumos mais robustos e atualizados sobre o tema, o que não apenas limita o avanço da produção científica, mas também compromete a elaboração de estratégias eficazes para enfrentar o problema. Assim, torna-se evidente a urgência de ampliar as investigações sobre o Burnout em profissionais da saúde, considerando diferentes contextos, especialidades e realidades de trabalho, a fim de produzir conhecimento mais abrangente e aplicável à prática.

Embora quase sempre os artigos fossem muito similares e com informações muito repetitivas permitiu-nos aprofundar conhecimentos sobre o tema proposto auxiliando-nos com dados sólidos e concretos para o desenvolvimento do problema levantado para análise. Dessa forma, foi possível evidenciar como é impactada a saúde mental dos profissionais de saúde e apresentar particularidades distintas desses profissionais, como a exaustão emocional e a pressão por resultados no setor terciário.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo do presente estudo foi trazer uma análise aprofundada da síndrome de burnout em profissionais da saúde do setor terciário. Foram identificados fatores que contribuem para a gravidade da síndrome nos profissionais, e como eles são afetados e impactados diretamente em seu bem-estar físico, emocional e profissional. A pesquisa procurou observar o dia a dia dos profissionais de saúde frente às suas demandas, e como elas contribuem para o desenvolvimento da síndrome de burnout.

Os resultados obtidos reforçaram a importância do setor terciário elaborar implementações de estratégias para prevenção do burnout, exigindo sobretudo uma reestruturação institucional pautada em práticas de cuidado ao profissional de saúde, bem como um olhar atento, escuta ativa, e a valorização do trabalhador. As estratégias de implementação devem ser implementadas visando um plano de ação com foco na prevenção, promoção da saúde mental e o fortalecimento de vínculos no ambiente hospitalar.

Constatou-se que a síndrome de burnout compromete não apenas a saúde mental dos profissionais, mas também a qualidade dos serviços prestados, impactando diretamente seu desempenho no ambiente de trabalho. Os dados obtidos ao longo da pesquisa sustentam de forma consistente a discussão proposta, reforçando a relevância do tema e a necessidade de atenção a esse problema que afeta tanto os profissionais da saúde quanto a eficácia das instituições hospitalares.

Portanto, diante dessa realidade, concluiu-se que para enfrentar a síndrome de esgotamento profissional exige-se um olhar atento e sensível do local de trabalho visando o bem-estar dos profissionais do setor terciário, promovendo ambientes mais saudáveis e com qualidade de vida para esses trabalhadores.

REFERÊNCIAS

ANTONIO, J. *et al.* Burnout em profissionais da saúde: impactos na qualidade de vida e bem-estar. **Lumen et Virtus**, v. 15, n. 41, 29 out. 2024. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/LEV/article/view/926>. Acesso em: 06 abr 2025.

ALVARES, M. E. M. *et al.* **Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva**: um estudo transversal com base populacional. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbti/a/3NvThTZMDBpMBdkVFXJBxcP/>. Acesso em: 11 set. 2024.

BATISTA, S.; LEITE, W. B. A Síndrome de Burnout e sua relação com a qualidade de trabalho do profissional de enfermagem: uma revisão de literatura. **Zenodo (CERN European Organization for Nuclear Research)**, 8 fev. 2023. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/383>. Acesso em: 06 abr 2025.

CARIBÉ, S.; BARBOSA, G. B. Síndrome de burnout e fatores associados em enfermeiros intensivistas: uma revisão sistemática. **Rev. baiana enferm**, p. e28605–e28605, 2019. Disponível em: https://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-86502019000100508. Acesso em: 11 set. 2024.

CARLOTTO, M. ; CÂMARA, S. **Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil**. 2008. Disponível em: revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/1461/3035 Acesso em: 15 maio 2024.

CARVALHO, A.P; MAMERI-TRÉS, L.M.A. **Burnout na prática clínica**. Barueri: Editora Manole, 2023. E-book. ISBN 9786555769241. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555769241> . Acesso em: 07 set. 2024.

CARVALHO, A.J. **Síndrome de burnout**: uma ameaça invisível no trabalho. 1. ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2023. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 07 set. 2024.

COSTA, T.R.M. (ed.). Síndrome de burnout: influência da pandemia de Covid-19 em enfermeiros. [S.l.]. **Neurus**, 2023. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 07 set. 2024.

CRUZ, L. T. S. *et al.* Síndrome de Burnout, transtornos mentais e suicídio em médicos: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 5, p. e10218, 2022. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/10218>. Acesso em: 06 abr 2025.

FALCE, J. L. L. *et al.* Influência do burnout no comprometimento organizacional em profissionais de saúde. **Revista de Administração de Empresas**, v. 63, n. 3, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rae/a/8hMPfqb4DTLMWHy3Ksiph9n/?lang=pt>. Acesso em: 26 abr. 2025.

GALVÃO, T.F; PANSANI, T.S.A. **The PRISMA Group. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement.** Disponível em: www.prisma-statement.org. Acesso em: 31 ago. 2024.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, v. 29, p. 162–173, 26 abr. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGGpG/?lang=pt>. Acesso em: 11 set. 2024.

KRISTENSEN, T.S. The Copenhagen Burnout Inventory: Uma nova ferramenta para a avaliação do burnout. **Trabalho e Estresse**. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>. Acesso em: 15 maio 2024.

LUZ, D. C. R. P. *et al.* Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID - 19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing**, São Paulo, v. 24, n. 276, p. 5714–5725, 17 maio 2021. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540/1760>. Acesso em: 11 set. 2024.

MACHADO, F. O. *et al.* Prevenção e Manejo do Burnout em Profissionais da Saúde: Desafios e Soluções para Saúde Mental no Ambiente Clínico. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 8, p. 5711–5720, 31 ago. 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/4427/2872>. Acesso em: 06 abr 2025.

MARTINS, L. *et al.* **Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de unidades de terapia intensiva adulto.** 2019 [s.l.: s.n.]. Disponível em: <https://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes-anteriores/volume-4-edicao-3/3518-rci-sindrome-de-burnout-em-profissionais-de-enfermagem-de-unidades-de-terapia-intensiva-adulto-dez-2019/file>. Acesso em: 06 abr 2025.

MATOS, J. J.; MENEZES, T. D.; NUNES, A. L. P. F. Uma Abordagem sobre a Síndrome de Burnout e seus Reflexos na Rotina das Empresas. ID on line. **Revista de psicologia**, p. 338–358, 30 dez. 2023. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3924>. Acesso em: 06 abr 2025.

NASCIMENTO, M. *et al.* Síndrome de Burnout e os impactos sobre a qualidade de vida no trabalho de profissionais da saúde pública. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, v. 17, n. 1, p. 4073–4088, 22 jan. 2024. Disponível em:

<https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/4427>. Acesso em: 06 abr. 2025.

NUNES, N. H. Q.; RIBEIRO, V. R. N.; CARDOSO, Â. M. R. Driblando o estresse para melhor qualidade de vida na enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 13, n. spe1, 2022. Disponível em: https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-13-spe1-e-202238spe1/2357-707X-enfoco-13-spe1-e-202238spe1.pdf. Acesso em: 11 set. 2024.

PAULA, S.O; *et al.* O esgotamento físico dos enfermeiros no setor de urgência e emergência: revisão integrativa. **Nursing**, São Paulo, v. 22, n. 251, p. 2839–2843, 1 abr. 2019. Disponível em: <https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/279/263>. Acesso em: 11 set. 2024.

PEREIRA, A. C. L. et al. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/Yj4VrBQcQ3tgQgHcnnGkC6F/>. Acesso em: 26 abr. 2025.

PERNICIOTTI, P. 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: 11 set. 2024.

ROCHA, L. J. *et al.* Esgotamento profissional e satisfação no trabalho em trabalhadores do setor de emergência e terapia intensiva em hospital público. **Rev. bras. med. trab**, p. 300–312, 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1104213>. Acesso em: 06 abr 2025.

RODRIGUES, C.C.F.M.; SANTOS, V.E.P.; SOUSA, P. **Segurança do paciente e enfermagem: interface com estresse e Síndrome de Burnout**. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/s7SDMNMTzn4zYWdLYcpPSnC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2024.

SAMPAIO, R.F; MANCINI, M.C. **Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica**. v. 11, n. 1, p. 83–89, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-35552007000100013>. Acesso em: 31 ago. 2024.

SANTOS, C.C; PIMENTA, C.A.M; NOBRE, M.R.C. **A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências**. v. 15, n. 3, p. 508–511, jun. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>. Acesso em 05 set. 2024.

SANTOS, B. V. et al. Estratégias de promoção à saúde mental no trabalho de enfermagem hospitalar: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**. v. 13, p. e36–e36, 17 out. 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/74722>. Acesso em: 11 set. 2024.

SANTOS, R. I.; MARTINS, W.; AQUINO, L. S. Síndrome de Burnout e sua Relação com a Ansiedade e Depressão em Profissionais de Saúde. **Revista Brasileira de Medicina**, [S. l.], 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/XYZ1234567890>. Acesso em: 26 abr. 2025.

SILVA, D.C.M; LOUREIRO, M.F; PERES, R. **Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar**. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092008000100004&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 15 maio 2024.

SOARES, J. P. *et al.* **Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19**: revisão integrativa. *Saúde em Debate*, v. 46, p. 385–398, 11 abr. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/ZsVfhVZVNhw5c3qrfzDTh4H/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 06 abr 2025.

SVALDI, J.S.D.; SIQUEIRA, H.C.H. **Ambiente hospitalar saudável e sustentável na perspectiva ecossistêmica**: contribuições da enfermagem. 2010. Disponível em: www.scielo.br/j/ean/a/YHCNGvfkBKtCR6kc4xDNRQv/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 15 maio 2024.

ANEXOS

ANEXO 1 – Termo de Autoria do Trabalho Acadêmico de Pesquisa

O presente termo é documento integrante da Pesquisa de Conclusão de Curso, a ser submetida à avaliação da Instituição de Ensino como requisito necessário e obrigatório à obtenção do grau de Formação de Psicólogo.

Nós, Alice Vitória Silva, CPF 412.148.408-84, Registro de Identidade: 38.107.877-2, Fernanda Freitas Fracassi, CPF 480.553.638-11, Registro de Identidade: 58.273.945-7, Michelle Lucas Melo, CPF 455.447.248-57, Registro de Identidade: 43.181.549-5, Stefany da Silva Oliveira, CPF 492.165.928-18, Registro de Identidade: 39.748.864-6, Veronica de Brito Santana Batista, CPF 494.921-738-08, Registro de Identidade 57.820.955-x, na qualidade de estudantes de Graduação do Curso de Psicologia da Instituição de Ensino Universidade Paulista - UNIP, declaramos que o Trabalho Acadêmico de Pesquisa Causas e impactos do Burnout no mercado de trabalho em profissionais da saúde do Setor terciário, requisito necessário à obtenção do grau de Formação de Psicólogo, encontra-se plenamente em conformidade com os critérios técnicos, acadêmicos e científicos de originalidade.

Nesse sentido, declaramos, para os devidos fins, que:

- a) A referida pesquisa foi elaborada com minhas próprias palavras, ideias, opiniões e juízos de valor, não consistindo, portanto, PLÁGIO, por não reproduzir, como se meus fossem, pensamentos, ideias e palavras de outra pessoa;
- b) as citações diretas de trabalhos de outras pessoas, publicados ou não, apresentadas em minha pesquisa, estão sempre claramente identificadas entre aspas ou em destaque, com a completa referência bibliográfica de sua fonte, de acordo com as diretrizes estabelecidas pela normatização;
- c) todas as séries de pequenas citações de diversas fontes diferentes foram identificadas como tais, bem como às longas citações de uma única fonte foram incorporadas suas respectivas referências bibliográficas, pois fui devidamente informado(a) e orientado(a) a respeito do fato de que, caso contrário, as mesmas constituem plágio;
- d) todos os resumos e/ou sumários de ideias e julgamentos de outras pessoas estão acompanhados da indicação de suas fontes em seu texto e as mesmas constam das referências bibliográficas do TCC, pois fomos devidamente informados(as) e orientados(as) a respeito do fato de que a inobservância destas regras poderia acarretar alegação de fraude;
- e) é vedado o emprego de Inteligência Artificial (AI) na produção da pesquisa

A Professora responsável pela orientação do nosso trabalho de pesquisa apresentou-nos a atual declaração, requerendo o nosso compromisso de não praticarmos quaisquer atos que pudessem ser entendidos como plágio na elaboração da minha pesquisa, razão pela qual declaramos ter lido e entendido todo o seu conteúdo e que o trabalho desenvolvido é fruto do nosso exclusivo trabalho.

Alice V. Silva

Alice Vitória Silva – RA: F193AE8

Fernanda Freitas Fracassi

Fernanda Freitas Fracassi – RA: N6969B2

Michelle Lucas Melo

Michelle Lucas Melo – RA: G248EH4

Stefany da Silva Oliveira

Stefany da Silva Oliveira – RA: T0137D2

Veronica de Brito Santana Batista

Veronica de Brito Santana Batista – RA: G292693



Ciente, _____

Profª Me. Edna A. Mercado - Orientadora



Ciente, _____

Profª Maria Cristina Pellini – Coordenadora de Curso de Psicologia

Versão do CopySpider: 3.5

Relatório gerado por: teteoliver2009@gmail.com

Análise no modo: Web/Normal (disponibilidade de 99.17%) em 16:01 s

Idioma da busca: Português

Arquivos	Termos comuns	Semelhança	Agrupamento
TCC.docx X idonline.emnuvens.com.br/id/article/download/3924/5936/15241	73	Baixa	Baixo
TCC.docx X pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005	51	Baixa	Baixo
TCC.docx X www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGGpG/?format=pdf	29	Baixa	Baixo
TCC.docx X www.scielo.br/j/rlae/a/CfKNnz8mvSqVjZ37Z77pFsy/?format=pdf&lang=pt	15	Baixa	Baixo
TCC.docx X revistaft.com.br/estudo-das-tecnicas-de-prevencao-da-sindrome-de-burnout	153	Baixa	Baixo
TCC.docx X revistaft.com.br/a-sindrome-de-burnout-nos-profissionais-da-saude-analise-dos-fatores-contribuintes-efeitos-e-metodos-de-prevencao	34	Baixa	Baixo
TCC.docx X bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_condicoes_atencao_primaria_saude.pdf	47	Baixa	Baixo
TCC.docx X www.amplamentecursos.com/_files/ugd/b9c3ab_5c965184eadc4d78909fa6f6d22ac3f0.pdf#page=103	102	Baixa	Baixo
TCC.docx X mprj.mp.br/documents/20184/1330165/Sistema_Prisional_-_Teoria_e_Pesquisa.pdf	77	Baixa	Baixo
TCC.docx X passeidireto.com/arquivo/138411858/psicologia-aplicada-1-1	69	Baixa	Baixo