

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

MARIA PAULA NEGREIROS COSTA  
SANDRA MARIA DA SILVA AMORIM  
SILVANIA ANDREA DA SILVA

**Síndrome de Burnout em Enfermeiros: Consequências na Atividade  
Profissional em Unidades de Terapia Intensiva**

RECIFE/2024

**MARIA PAULA NEGREIROS COSTA  
SANDRA MARIA DA SILVA AMORIM  
SILVANIA ANDREA DA SILVA**

**Síndrome de Burnout em Enfermeiros: Consequências na Atividade  
Profissional em Unidades de Terapia Intensiva**

Trabalho de conclusão de curso  
apresentado à Disciplina TCC II do  
Curso de Bacharelado em Enfermagem  
do Centro Universitário Brasileiro -  
UNIBRA, como parte dos requisitos  
para conclusão do curso.

Orientador(a): Prof. Me. Douglas  
Henrique da Silva Ferreira

RECIFE, 2024

**MARIA PAULA NEGREIROS COSTA, SANDRA MARIA DA SILVA  
AMORIM, SILVANIA ANDREA DA SILVA  
SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS: Consequências na  
Atividade Profissional em Unidades de Terapia Intensiva**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Examinadores:

---

Orientador – Titulação

---

Examinador 1 – Titulação

---

Examinador 2 - Titulação

Nota: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## **RESUMO**

Esta pesquisa teve como objetivo investigar como a Síndrome de Burnout afeta a atividade profissional dos enfermeiros em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs). Através de uma revisão da literatura, analisaram-se 6 estudos que abordam a prevalência da síndrome, seus sintomas e os fatores desencadeantes no ambiente de trabalho. Os resultados indicam que a alta demanda emocional, a sobrecarga de trabalho e a exposição constante a situações de sofrimento e morte são os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento do Burnout entre os enfermeiros intensivistas. A síndrome manifesta-se principalmente por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, prejudicando tanto a saúde mental e física dos profissionais quanto a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. A pesquisa destaca a necessidade de intervenções institucionais para reduzir os efeitos do Burnout, com ênfase na promoção de um ambiente de trabalho mais saudável e no desenvolvimento de resiliência. Conclui-se que, sem medidas preventivas adequadas, o Burnout continuará a comprometer a qualidade da assistência em UTIs e a saúde dos enfermeiros.

**Palavras-Chaves:** Síndrome de Burnout. Enfermeiros, Unidades de Terapia Intensiva, Saúde do Trabalhador.

## **Burnout Syndrome in Nurses: Consequences on Professional Activity in Intensive Care Units**

### **ABSTRACT**

This research aimed to investigate how Burnout Syndrome affects the professional activity of nurses in Intensive Care Units (ICUs). Through a literature review, 6 studies were analyzed, focusing on the prevalence of the syndrome, its symptoms, and the contributing factors within the work environment. The results indicate that high emotional demand, work overload, and constant exposure to situations of suffering and death are the main factors leading to the development of Burnout among ICU nurses. The syndrome primarily manifests as emotional exhaustion, depersonalization, and low professional fulfillment, negatively impacting both the mental and physical health of the professionals and the quality of patient care. The research highlights the need for institutional interventions to reduce the effects of Burnout, emphasizing the promotion of a healthier work environment and the development of resilience. It concludes that, without adequate preventive measures, Burnout will continue to compromise both the quality of ICU care and the nurses' well-being.

**Keywords:** Burnout Syndrome, Nurses, Intensive Care Units, Worker Health.

## LISTA DE TABELAS

|                  |                                                 |    |
|------------------|-------------------------------------------------|----|
| <b>Tabela 1.</b> | Extração de dados dos artigos selecionados..... | 15 |
|------------------|-------------------------------------------------|----|

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

UTIs - Unidades de Terapia Intensiva.

SB - Síndrome de Burnout.

EE - Exaustão Emocional.

DE - Despersonalização.

RP - Realização Profissional.

MBI - Maslach Burnout Inventory.

LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde.

BVS - Biblioteca Virtual de Saúde.

## SUMÁRIO

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| <b>1. Introdução</b>             | <b>13</b> |
| <b>2. Material e Métodos</b>     | <b>14</b> |
| <b>3. Resultados e Discussão</b> | <b>14</b> |
| <b>4. Conclusão</b>              | <b>20</b> |
| <b>5. Referências</b>            | <b>21</b> |

## 1. Introdução

As Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) são áreas especializadas e restritas dos hospitais projetadas para fornecer cuidados intensivos e monitoramento contínuo a pacientes em condições críticas e potencialmente fatais. São ambientes equipados com tecnologia avançada e equipe multidisciplinar que oferecerá suporte vital em situações que exijam intervenção imediata e cuidados complexos. A gravidade dos casos tratados nas UTIs as torna âmbitos de alta pressão emocional, onde decisões rápidas e precisas deverão ser tomadas pelos enfermeiros de modo a garantir a sobrevivência dos pacientes. Tais circunstâncias propiciam a ocorrência de erros<sup>1</sup>.

Os enfermeiros desempenham papel fundamental nas UTIs, uma vez que são responsáveis pela gestão, a assistência ao paciente e a administração da unidade<sup>1</sup>. No entanto, a natureza exigente e o ambiente estressante das UTIs podem levar a um alto nível de desgaste físico e pressão emocional principalmente entre esses profissionais por eles serem frequentemente expostos a situações de extremo estresse, sobrecarga de trabalho e desgaste. Esses fatores tornam estes trabalhadores particularmente vulneráveis à Síndrome do Esgotamento Profissional ou Síndrome de Burnout (SB)<sup>2</sup>.

A vulnerabilidade dos enfermeiros ao Burnout nas UTIs é intensificada pelo uso constante de tecnologias avançadas, que exigem uma constante adaptação e aumentam a pressão por resultados mais rápidos e precisos. A exposição diária a situações de sofrimento e morte, sem o adequado fornecimento de suporte emocional, pode levar a um desgaste psicológico profundo. Além disso, a frequente escassez de recursos e a falta de uma equipe completa acaba por sobrecarregar os profissionais, que se veem obrigados a assumir múltiplas responsabilidades. Há também a necessidade de manter vínculos empregatícios em diferentes locais, em busca de complementação salarial, que acabam por agravar o esgotamento, resultando em uma jornada de trabalho prolongada, com poucas oportunidades de descanso. Todas essas condições fazem parte do cotidiano dos enfermeiros intensivistas, um dos grupos ocupacionais mais expostos ao desenvolvimento de Burnout, uma condição que pode impactar a saúde física e mental dos profissionais, além de comprometer a qualidade do atendimento aos pacientes<sup>3</sup>.

O desenvolvimento de burnout ocorre de maneira lenta e gradual, muitas vezes de forma imperceptível para o indivíduo afetado, podendo levar meses ou até anos para ser devidamente identificado, uma vez que seus diversos sintomas (físicos, cognitivos, comportamentais e emocionais) podem ser confundidos com os apresentados em outros transtornos mentais, como o depressivo<sup>4</sup>.

A SB é uma reação do indivíduo ao estresse emocional sofrido de forma crônica no ambiente profissional sendo composta por três grandes fatores: exaustão emocional (EE), despersonalização (DE) e baixa realização profissional (RP), manifestados em indivíduos cujo trabalho envolve principalmente a interação ou assistência a outras pessoas<sup>4,5</sup>. A EE reflete o esgotamento físico e mental, resultando na incapacidade de lidar com o estresse e as demandas do trabalho, manifestando-se em fadiga intensa e sensação de estar além dos limites emocionais. A DE, por sua vez, aborda o aspecto interpessoal do burnout, caracterizando-se por atitudes cínicas, persistência afetiva e distanciamento emocional, levando a comportamentos negativos e desumanizados com colegas e clientes. Já a RP refere-se à autoavaliação negativa, onde o profissional percebe seu desempenho como insatisfatório, sentindo-se frustrado e inadequado devido à falta de recursos, apoio social e oportunidades de crescimento, o que amplifica a sensação de fracasso e incompetência<sup>2,6</sup>.

A definição de burnout foi trazida à tona no ano de 1974 quando Herbert Freudenberger descreveu o termo como um conjunto de sintomas inespecíficos, resultantes da exagerada demanda no trabalho. Posteriormente, em 1980, Freudenberger ampliou essa definição, descrevendo o burnout como "um estado de fadiga ou frustração causado pela dedicação a uma causa, modo de vida ou relacionamento que não resultou na recompensa esperada". O termo tem origem na língua inglesa e se refere a algo que para de funcionar por absoluta falta de energia, simbolizando o esgotamento total dos recursos físicos e mentais. Esta tornou-se uma forma de ilustrar a incapacidade de um funcionário em manter um desempenho superior devido ao esgotamento, ressoando fortemente com as experiências daqueles que demonstram que seus recursos profissionais e pessoais foram esgotados<sup>6</sup>.

A prevenção da Síndrome de Burnout envolve abordagens focadas no profissional e no ambiente de trabalho. Para o indivíduo, técnicas como meditação, atenção plena e terapias cognitivo-comportamentais ajudam a reduzir o estresse e melhorar o desempenho e a comunicação. Hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, exercícios e descanso adequado, também são



essenciais. No âmbito organizacional, estratégias como a melhoria de cronogramas, maior participação nas decisões, supervisão adequada e treinamentos para aprimorar a comunicação entre a equipe são fundamentais. Grupos de discussão e atividades sociais podem fortalecer os vínculos, reduzir o estresse e prevenir a despersonalização e a exaustão<sup>6</sup>.

O Maslach Burnout Inventory (MBI) é uma das ferramentas mais utilizadas para avaliação da síndrome de burnout, principalmente entre profissionais cujas atividades envolvem interação constante com pessoas, como enfermeiros, médicos e outros profissionais de saúde. O MBI foi desenvolvido em 1981 pelas pesquisadoras Christina Maslach e Susan Jackson para medir os três componentes principais da SB: exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal no trabalho. O MBI contém 22 itens distribuídos por essas três dimensões (EE 9 itens, DE 5 itens e RP 8 itens) nos quais os entrevistados avaliaram a frequência de seus sentimentos em uma escala de Likert. O instrumento foi validado em vários países, inclusive no Brasil em 1997, e é amplamente utilizado para medir níveis de burnout em diferentes contextos ocupacionais. A sua adequação reside na capacidade de identificar precocemente sinais de esgotamento permitindo intervenções preventivas e corretivas no ambiente de trabalho e oferecendo uma visão clara e estruturada sobre o impacto do trabalho nas condições biopsicossociais dos profissionais, sendo considerado um “padrão-ouro” na pesquisa e diagnóstico da Síndrome de Burnout<sup>7</sup>.

O presente trabalho tem como objetivo geral descrever as condições que levam enfermeiros a desenvolver a Síndrome de Burnout em Unidade de Terapia Intensiva e como objetivos específicos:

- Descrever as consequências que esta situação acarreta em seu desempenho profissional dentro das Unidades de Tratamento Intensivo;
- Relatar os principais sinais e sintomas de um profissional de enfermagem com a síndrome;
- Evidenciar a importância da atuação da enfermagem mediante a saúde emocional e suas consequências em uma assistência efetiva.

## 2. Material e Métodos

Dado o contexto descrito anteriormente, este trabalho visa fornecer insights relevantes para profissionais da área da saúde, especialmente enfermeiros, e pesquisadores, auxiliando na identificação das melhores práticas para enfrentar os desafios e aproveitar as oportunidades associadas ao estresse e à sobrecarga no ambiente de trabalho de Unidades de Terapia Intensiva, através de uma revisão da literatura. A pesquisa foi baseada em estudos acadêmicos e artigos de revistas científicas com acesso completo que abordam especificamente como a síndrome de Burnout afeta a atividade profissional dos enfermeiros em unidades de terapia intensiva. Foram excluídas duplicatas, estudos realizados há mais de cinco anos, bem como os que observaram condições clínicas e público alvo diferentes dos do enfoque principal do trabalho.

As fontes de busca utilizadas para esta revisão foram: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); PubMed; MEDLINE; Biblioteca Virtual de Saúde (BVS); SciELO.

A estratégia de busca envolveu a pesquisa nas bases acima utilizando os descritores em saúde em inglês e em português com o operador booleano “and” seguido das palavras chaves: “Síndrome de Burnout”, “Enfermeiros”, “Unidades de Terapia Intensiva”, “Saúde do Trabalhador”, “Burnout Syndrome”, “Nurses”, “Intensive Care Units”, “Worker Health”. Dessa forma, foram considerados elegíveis estudos publicados entre os anos de 2019 e 2024 na língua inglesa e portuguesa que abordaram o tema, sendo encontrados 151, dos quais após a leitura dos títulos e dos resumos e a aplicação de critérios de inclusão e exclusão, 6 foram selecionados. Posteriormente a seleção dos artigos, realizou-se a leitura do texto completo para extração dos seguintes dados: título, autores, objetivos e síntese. Tais informações estão dispostas na Tabela 1 e serviram de base para uma discussão crítica cujo propósito foi apresentar e interpretar os fatos coletados.

## 3. Resultados e Discussão

Os resultados da pesquisa expõem os 6 artigos selecionados com base nos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, organizando-os na Tabela 1. Em seguida, uma análise crítica das autoras

deste trabalho, abordando as diferentes perspectivas sobre os impactos da síndrome de Burnout na atividade profissional dos enfermeiros em unidades de terapia intensiva. A análise busca identificar padrões, divergências e contribuições relevantes para o entendimento do fenômeno no contexto estudado.

**Tabela 1.** Extração de dados dos estudos selecionados

| Título                                                                                               | Autor                                                                                     | Objetivo                                                                                                                                                                                                                                      | Síntese                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sofrimento psíquico nos enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva: a Síndrome de Burnout | Vanessa Cristina Gonçalves Damião, Renato Barbosa Japiassu e Chennyfer Dobbins Abi Rached | Obter maior compreensão e uma provável solução sobre as questões envolvidas na discussão acerca da relação entre o desdobramento socioeconômico, estresse e depressão, a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam em UTI. | A Síndrome de Burnout, resultante do estresse crônico no ambiente de trabalho, afeta especialmente profissionais de saúde, como enfermeiros em unidades de terapia intensiva (UTI), que lidam com situações emocionalmente desgastantes e exigências excessivas. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, essa síndrome é impulsionada por fatores como carga horária elevada, falta de reconhecimento e suporte social, além de conflitos interpessoais. A globalização e as transformações no mundo do trabalho têm intensificado essas condições, gerando distúrbios psicossociais e impactando a saúde mental dos trabalhadores. O estudo destaca a necessidade de identificar os sintomas da síndrome para evitar sua evolução para depressão e propõe a resiliência como uma possível resposta adaptativa diante das adversidades. O |

|                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | objetivo do artigo é descrever a SB em enfermeiros que atuam em UTI, considerando os desafios socioeconômicos e as implicações para a saúde mental.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Prevalência da síndrome de Burnout entre profissionais de saúde que atuam em unidades de terapia intensiva | Vanessa Paula da Silva Oliveira e Heliene dos Reis Silva                        | Avaliar a prevalência da SB entre profissionais de saúde que atuam em UTI; descrever os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout entre profissionais intensivistas; identificar os fatores ocupacionais associados aos componentes da SB; relacionar a carga horária total dos profissionais intensivista à SB. | A Síndrome de Burnout (SB), resultante da exposição a situações estressantes, afeta especialmente profissionais que lidam com pacientes que requerem cuidados intensivos. Esta pesquisa teve como objetivos avaliar a prevalência da SB entre trabalhadores da UTI, descrever seus sinais e sintomas, identificar fatores ocupacionais associados e relacionar a carga horária com a síndrome. Utilizando o Maslach Burnout Inventory (MBI), foram selecionados 43 profissionais de saúde, dos quais 10 participaram. Os resultados mostraram uma prevalência de 40% de SB, com 80% dos profissionais relatando falta de realização. A maioria (70%) trabalhava em jornadas duplas, e os sintomas mais frequentes incluíam dores musculares (100%) e alterações de humor (90%). |
| Incidência da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem atuantes em                               | Ana Paula Farias da Silva, Lucilla Vieira Carneiro e Juliana Paiva Góes Ramalho | Avaliar a incidência da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam                                                                                                                                                                                                                            | A pesquisa teve como objetivo avaliar a incidência da síndrome de Burnout em                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| unidade de terapia intensiva                                                                                      |                                                                                                                                                        | em unidade de terapia intensiva de um hospital público de João Pessoa, e analisar os principais fatores que ocasionam esta síndrome.                                                                    | profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva em um hospital público de João Pessoa e identificar os fatores que a causam. Realizada com 25 profissionais, com idade média de 37 anos e predominância feminina, a pesquisa revelou que os enfermeiros enfrentam estressores ocupacionais, como longas jornadas de trabalho e contato constante com dor e sofrimento, que afetam seu bem-estar. Os resultados destacam a importância da saúde mental para um bom desempenho profissional e a qualidade da assistência prestada aos pacientes. |
| Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico | Lizandra Santos Vieira, Wagner de Lara Machado, Daiane Dal Pai, Tânia Solange Bosi de Souza Magnago, Karina de Oliveira Azzolin, Juliana Petri Tavares | Analisar a relação entre as dimensões do <i>Burnout</i> e a resiliência no trabalho dos profissionais de enfermagem de terapia intensiva na pandemia de COVID-19, em quatro hospitais do Sul do Brasil. | Este estudo multicêntrico analisou a relação entre as dimensões do Burnout e a resiliência no trabalho de 153 profissionais de enfermagem em unidades de terapia intensiva durante a pandemia de COVID-19, em quatro hospitais do Sul do Brasil. Utilizando questionários para medir o Burnout e a resiliência, os resultados mostraram que a resiliência no trabalho teve uma correlação inversa com o desgaste emocional e a despersonalização, e                                                                                                            |

|                                                                                                                                                |                                                                       |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                |                                                                       |                                                                                                                                                                                                     | <p>uma correlação direta com a realização profissional. A percepção do impacto da pandemia na saúde mental foi a variável mais influente. O estudo conclui que a resiliência ajuda a mitigar os efeitos do desgaste emocional e da baixa realização, destacando a importância de promover a resiliência no ambiente institucional para reduzir o adoecimento dos trabalhadores.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Relações entre satisfação no trabalho, burnout ocupacional e racionamento de cuidados entre enfermeiros de unidade de terapia intensiva</p> | <p>Katarzyna Tomaszewska, Krystyna Kowalczyk e Bożena Majchrowicz</p> | <p>Determinar a relação entre o burnout ocupacional, a satisfação no trabalho e a racionalização dos cuidados entre os enfermeiros de anestesia que trabalham em unidades de terapia intensiva.</p> | <p>Este estudo investigou a relação entre burnout ocupacional, satisfação no trabalho e a racionalização dos cuidados entre 477 enfermeiros de anestesia em unidades de terapia intensiva na Polônia. Utilizando questionários específicos, os resultados mostraram níveis significativos de burnout, com alta exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Embora a satisfação no trabalho tenha sido acima da média, houve uma correlação estatisticamente significativa, embora fraca, entre o burnout e a racionalização dos cuidados. À medida que a capacidade dos enfermeiros de realizar certas atividades diminuiu, a satisfação no trabalho também declina. O estudo</p> |

|                                                                                                              |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                              |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                               | destaca a importância de um ambiente de trabalho favorável para reduzir o burnout e melhorar a qualidade dos cuidados.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Prevalência de esgotamento profissional em técnicos em enfermagem de uma unidade de Terapia Intensiva Adulto | Michelle Cardoso e Cardozo Alves, Sofia Louise Santin Barilli, Andréia Martins Specht e Noéli Daiâm Raymundo Herbert | Verificar a prevalência de esgotamento profissional (Síndrome de Burnout) em técnicos em enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva adulto e associar a prevalência a dados sociodemográficos e clínicos. | O objetivo deste estudo foi verificar a prevalência da Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de uma Unidade de Terapia Intensiva (UTI) adulto e associar essa prevalência a dados sociodemográficos e clínicos. Realizado entre março e abril de 2018 em um hospital público de grande porte no Sul do Brasil, o estudo envolveu 122 técnicos de enfermagem, com idade média de 39 anos e predominância feminina (76%). A prevalência de Burnout foi de 19,7% a 62,9%, com associações significativas entre a síndrome e depressão ( $p=0,004$ ) e comorbidades ( $p=0,033$ ). Os resultados destacam a relevância dos achados para a implementação de estratégias que combatam a Síndrome de Burnout entre esses profissionais. |

Conforme visto na Tabela 1, os estudos destacam a alta prevalência da síndrome, seus sintomas predominantes (exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal) e os fatores que contribuem para seu desenvolvimento, como a sobrecarga laboral e o ambiente de alta pressão. Estes dados fundamentam a discussão crítica subsequente, que explora o impacto do Burnout na qualidade do cuidado e a importância de estratégias institucionais para mitigar seus efeitos.

Os fatores que contribuem para o desenvolvimento do Burnout em enfermeiros de UTI são amplamente discutidos nos estudos de Oliveira (2021)<sup>8</sup> e Silva (2020)<sup>9</sup>. Longas jornadas de trabalho, a alta pressão física e emocional do ambiente de UTI, o contato constante com o sofrimento e a morte, e

a falta de apoio emocional são mencionados repetidamente como causas predominantes como evidenciado na literatura. Oliveira (2021)<sup>8</sup> evidencia a sobrecarga laboral, em particular, como um fator chave, com um dos estudos relatando que 70% dos enfermeiros trabalhavam em jornadas duplas, o que aumentava o risco de Burnout. Esses fatores são exacerbados por condições inadequadas de trabalho e falta de Equipamentos de Proteção Individual, especialmente durante a pandemia de COVID-19, que trouxe novos desafios e agravou as condições emocionais e psicológicas dos profissionais de saúde como relatado por Vieira (2022)<sup>10</sup>.

O Burnout afeta diretamente a qualidade do cuidado prestado pelos enfermeiros. Isso corrobora com o estudo de Tomaszewska (2024)<sup>11</sup> que relatou que, à medida que a capacidade dos enfermeiros de realizar suas atividades diminui, há uma queda correlativa na satisfação no trabalho e na racionalização dos cuidados. A falta de realização pessoal, reconhecimento e valorização dos profissionais pode, segundo Damião (2021)<sup>3</sup>, levar a um distanciamento emocional dos pacientes (despersonalização), impactando negativamente a qualidade da assistência oferecida podendo afetar o prognóstico do paciente, visto que, o enfermeiro desempenha papel crucial na identificação das principais alterações do paciente. Caracterizando como um contexto de normalidade apresentar a sobrecarga do trabalho mediante aos aspectos relacionados a carga horária exaustiva sem preocupações com os riscos associados a sobrecarga da equipe por associação a síndrome.

Um tema recorrente em vários estudos é a importância da resiliência como um fator mitigador dos efeitos do Burnout. Segundo apontado por Vieira (2022)<sup>10</sup> resiliência tem mostrado uma correlação inversa com o desgaste emocional e a despersonalização e uma correlação direta com a realização profissional, o que sugere que estratégias institucionais voltadas para o fortalecimento da resiliência podem ser eficazes na redução da incidência da Síndrome de Burnout. No entanto, a implementação de tais estratégias ainda parece ser insuficiente nas UTIs.

Embora a maioria dos estudos forneça uma visão clara da relação entre o ambiente de UTI e o Burnout, há poucas discussões sobre intervenções eficazes e sustentáveis que possam ser implementadas no nível institucional para combater esse problema. Além disso, é evidenciado por Alves (2021)<sup>12</sup> uma falta de pesquisas que investiguem os impactos a longo prazo do Burnout tanto na saúde dos profissionais quanto na qualidade do atendimento aos pacientes. Estudos futuros devem se concentrar em estratégias de prevenção e intervenção, bem como em políticas de suporte psicológico e melhorias nas condições de trabalho.

#### **4. Conclusão**

Fatores desencadeantes do Burnout como a escassez de suporte emocional, o uso constante de tecnologias avançadas e a necessidade de cumprir longas jornadas em diferentes empregos, sobrecarregam os profissionais e reduzem a eficácia dos cuidados. Além disso, a falta de reconhecimento profissional e as condições de trabalho inadequadas contribuem para o agravamento dos sintomas da síndrome, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais holística para o cuidado dos enfermeiros nas UTIs.

Nesse contexto, estratégias institucionais focadas na promoção de um ambiente de trabalho mais saudável, incluindo melhorias na gestão de pessoal, suporte emocional e práticas que incentivem a resiliência, são fundamentais para mitigar os efeitos do Burnout. Este estudo, portanto, ressalta a importância de intervenções preventivas e corretivas tanto no nível individual quanto organizacional, visando não apenas preservar o bem-estar dos enfermeiros, mas também melhorar a qualidade do atendimento nas UTIs.

Diante desses achados, é imprescindível que políticas de saúde ocupacional sejam reforçadas, a fim de garantir melhores condições de trabalho para os enfermeiros e, consequentemente, um cuidado mais humanizado e eficiente aos pacientes críticos. A pesquisa aponta, ainda, a necessidade de estudos futuros que explorem intervenções práticas eficazes para a prevenção do Burnout, com o objetivo de promover um equilíbrio saudável entre a vida pessoal e profissional dos enfermeiros que atuam em UTIs.

## 5. Referências

1. Pereira MD, Castro SD, Brito ED, Carvalho ND, Lopes DV, Pinheiro JD, Gentil Schneider KN, Lavôr TB. Saberes e práticas do enfermeiro na unidade de terapia intensiva. *Rev Enferm UFPE Line* [Internet]. 3 de janeiro de 2019 [citado 9 de outubro de 2024];13(1):70. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i1a234842p70-78-2019>
2. Silva MEW de B, Bomfim VVB da S, Silva EH de F, Silva MMS da, Silva LC da, Nascimento AC do, et al. Fatores agravantes da Síndrome de Burnout nos profissionais de Enfermagem. *Research, Society and Development* [Internet]. 28 de julho de 2021 [citado 9 de outubro de 2024]; 10(9):e35610918062. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18062>
3. Damião VCG, Japiassu RB, Rached CDA. Sofrimento psíquico nos enfermeiros que atuam em Unidade de Terapia Intensiva: a Síndrome de Burnout. Pantanal Editora eBooks [Internet]. 3 de setembro de 2021 [citado 9 de outubro de 2024]; 19–31. Disponível em: <https://doi.org/10.46420/9786588319895>
4. Patrício DF, Barbosa S da C, Silva RP da, Silva RF da. Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar. *Cad saúde colet* [Internet]. 29 de outubro de 2021 [citado 9 de outubro de 2024]; (4):575–84. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202129040441>
5. Möller G, de Oliveira JLC, Dal Pai D, Azzolin K, de Magalhães AMM. Nursing practice environment in intensive care unit and professional burnout. *Rev esc enferm USP* [Internet]. 25 de março de 2021 [citado 9 de outubro de 2024];55:e20200409. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2020-00409>
6. Almeida AHNSR de, Lima de Paula ACA, Pereira BFR, Silva Neto PP da, Vámszer MVAM, Santos RP dos, et al. Síndrome de burnout: impactos, diagnóstico, prevenção e tratamento. *JSIHS* [Internet]. 26º de julho de 2024 [citado 9 de outubro de 2024];1(4). Disponível em: <https://ojs.thesiseditora.com.br/index.php/jsihs/article/view/43>
7. Vidotti V, Ribeiro RP, Galdino MJ, Martins JT. Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. *Rev Lat Am Enferm* [Internet]. 9 de agosto de 2018 [citado 9 de outubro de 2024];26. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2550.3022>
8. Oliveira VP da S, Silva H dos R. Prevalência da síndrome de burnout entre profissionais de saúde que atuam em unidades de terapia intensiva. *Braz. J. Develop.* [Internet]. 22º de fevereiro de 2021 [citado 9º de outubro de 2024];7(2):17863-85. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/25054>
9. Silva APF, Carneiro LV, Ramalho JPG. JPG. Incidência da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem atuantes em unidade de terapia intensiva. *R. pesq.: cuid. fundam. online* [Internet]. 20 de julho de 2020 [citado 9 de outubro de 2024]; 915–20.
10. Vieira LS, Machado W de L, Dal Pai D, Magnago TSB de S, Azzolin K de O, Tavares JP. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. *Rev Latino-Am Enfermagem* [Internet][citado 9 de outubro de 2024] 30 de maio de 2022; 30:e3589. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.358>
11. Tomaszewska K, Kowalczyk K, Majchrowicz B. Relações entre satisfação no trabalho, burnout ocupacional e racionamento de cuidados entre enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Front. Public Health* [Internet]. 14 de maio de 2024 [citado 9 de outubro de 2024];12.Disponível em: 10.3389/fpubh.2024.1400169
12. Alves MC e C, Barilli SLS, Specht AM, Herbert NDR. Prevalência de esgotamento profissional em técnicos em enfermagem de uma unidade de Terapia Intensiva Adulto. *Rev Bras Enferm* [Internet].20 de setembro de 2021 [citado 9 de outubro de 2024];74:e20190736. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0736>