

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

DANIELA LUNA SCARANO
JOÃO FERNANDO PONTES SANTOS COSTA
ROBSON SANTOS DA SILVA
WILLIAM DE ASSIS SILVA

**Síndrome de Burnout nos profissionais da enfermagem: e o aumento
na incidência pós covid-19.**

RECIFE/2024

DANIELA LUNA SCARANO
JOÃO FERNANDO PONTES SANTOS COSTA
ROBSON SANTOS DA SILVA
WILLIAM DE ASSIS SILVA

Síndrome de Burnout nos profissionais da enfermagem: e o aumento na incidência pós covid-19.

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): Esp. Patrícia Cristina Galvão de
França

RECIFE/2024

DANIELA LUNA SCARANO
JOÃO FERNANDO PONTES SANTOS COSTA
ROBSON SANTOS DA SILVA
WILLIAM DE ASSIS SILVA
**Síndrome de Burnout nos profissionais da enfermagem: e o aumento na
incidência pós covid-19.**

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:

Patrícia Cristina Galvão de França - Especialista

Examinador 1 – Titulação

Examinador 2 - Titulação

Nota: _____

Data: ____/____/____

Dedicamos esse trabalho aos nossos familiares e amigos que sempre nos incentivaram apoiaram e compreenderam nossa ausência enquanto nos dedicávamos a realização desse trabalho. A nossa orientadora Patrícia Cristina por nos ter apoiado incansavelmente. Pois sua dedicação e paciência foram essenciais para que nós chegássemos até aqui.

Agradecemos primeiramente a Deus, por nos guiar e fortalecer ao longo de toda a graduação e na realização deste trabalho, ajudando-nos a superar cada desafio que encontramos em nossa jornada. Agradecemos também aos nossos pais, familiares, amigos e mestres pelo apoio incondicional.

“O primeiro requisito de um hospital é que ele
jamais deveria fazer mal ao doente.”

Florence Nightingale

R E S U M O

A Síndrome de Burnout (SB) é um distúrbio emocional causado por estresse prolongado no ambiente de trabalho. Os profissionais de enfermagem são particularmente vulneráveis à SB devido à natureza estressante de seu trabalho. Freudenbergler identificou sintomas como fadiga, depressão, irritação e a perda de prazer no trabalho. a. Diante disso, objetivou-se analisar o aumento da incidência da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem pós COVID-19. E, tratando-se de uma revisão da literatura sobre Síndrome de Burnout e saúde mental no trabalho de enfermagem, com foco em estudos publicados após a pandemia de COVID-19. pandemia de COVID-19 intensificou a incidência da SB nos profissionais de enfermagem, com aumento significativo de sintomas como exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional. Os resultados sugerem que a pandemia de COVID-19 exacerbou os fatores de risco para a SB nos profissionais de enfermagem. A falta de recursos, o aumento da carga de trabalho e o medo de contágio foram alguns dos fatores que contribuíram para o aumento da incidência da SB. É fundamental que os gestores de saúde e os profissionais de enfermagem tomem medidas para prevenir e tratar a SB, incluindo a implementação de estratégias de gerenciamento de estresse, apoio psicológico e melhoria das condições de trabalho.

Palavras-Chaves: Síndrome de Burnout, profissionais enfermagem, COVID-19, saúde mental.

Burnout Syndrome in Nursing Professionals: and the Increase in Incidences Post Covid-19

A B S T R A C T

The Burnout Syndrome (BS) is an emotional disorder caused by prolonged stress in the work environment. Nursing professionals are particularly vulnerable to BS due to the stressful nature of their work. Freudenbergler identified symptoms such as fatigue, depression, irritability, and loss of pleasure in work. Given this, the objective was to analyze the increase in the incidence of Burnout Syndrome in nursing professionals post COVID-19. This study is a literature review on Burnout Syndrome and mental health in nursing work, focusing on studies published after the COVID-19 pandemic. The COVID-19 pandemic intensified the incidence of BS in nursing professionals, with a significant increase in symptoms such as emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional achievement. The results suggest that the COVID-19 pandemic exacerbated the risk factors for BS in nursing professionals. The lack of resources, increased workload, and fear of contagion were some of the factors that contributed to the increased incidence of BS. It is essential that health managers and nursing professionals take measures to prevent and treat BS, including the implementation of stress management strategies, psychological support, and improvement of working conditions.

Keywords: Syndrome, nursing professionals, COVID-19, mental health.

Sumário

1	Introdução	13
2	Material e Métodos	13
2.1	Delineamento metodológico	13
3	Resultados e Discussão	14
4	Conclusão	18
5	Referências	18

1 Introdução

O Termo Síndrome de Burnout (SB) foi descrito pela primeira vez no ano de 1974 pelo psicanalista Herbert Freudenberger ao observar que seu trabalho já não lhe trazia mais o mesmo prazer como antes. Ele descreveu com detalhes os sintomas e situações de estresse que estava passando juntamente com seus colegas e relacionou a sensação de esgotamento e a falta de estímulo ocasionado pela escassez de energia emocional. Freudenberger incluiu, além desses sintomas, a fadiga, depressão, irritação e inflexibilidade como pertencentes ao quadro sintomatológico¹.

Em 1981, Christina Maslach e Susan Jackson descreveram a SB em sua pesquisa como um intenso estresse contínuo provocado pelo trabalho. No ano de 1999, Christina Maslach e Michael Leiter classificaram como uma síndrome com três dimensões onde profissionais apresentam: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional².

De acordo com o ministério da saúde, a Síndrome de Burnout (SB) é um transtorno emocional caracterizado por sintomas de exaustão profunda, estresse e cansaço físico intensos, decorrentes de ambientes de trabalho excessivamente exigentes, que envolvem alta competitividade ou grandes responsabilidades. O excesso de trabalho é a causa predominante da doença. Esta síndrome é comum em profissionais que atuam diariamente sob pressão e com responsabilidades constantes, como enfermeiros, médicos, policiais, professores, jornalistas, dentre outros³.

Em dezembro de 2019 foi identificado o primeiro caso de coronavírus em Wuhan, na China. Diante do aumento no número de casos devido à alta taxa de transmissibilidade da doença, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou em 30 de janeiro de 2020, estado de Emergência de Saúde Pública de Interesse Internacional e posteriormente, em 11 de março de 2020, declarou o estado de Pandemia⁴.

A pandemia afetou intensamente a vida pessoal dos profissionais da saúde. A necessidade de manter o distanciamento social somado ao medo de infectar a família, bem como a adaptação a novos protocolos e treinamentos de uma doença desconhecida, tornaram o alcance ao estado completo de bem-estar dificultoso, uma vez que circunstâncias diversas contribuem para que o indivíduo não seja capaz de lidar com o estresse diário⁵.

Geralmente, esses sintomas começam de forma leve, mas tendem a se intensificar à medida que os dias passam. Por esse motivo, muitas pessoas acham que pode ser uma fase passageira. Para realizar a prevenção de complicações e consequências mais sérias da doença, é fundamental buscar apoio profissional assim que notar qualquer sinal. É possível que seja apenas uma fase passageira, mas também pode ser o prenúncio do desenvolvimento da Síndrome de Burnout³.

A enfermagem é considerada a principal responsável pela prevenção, promoção, tratamento e reabilitação, atuando em todas as etapas do cuidado. Entre as equipes de profissionais de saúde, os enfermeiros são geralmente a mais numerosa em ambientes hospitalares, o que resulta em uma interação frequente com os pacientes. Essa proximidade constante com os desafios do cuidado, especialmente durante a pandemia e no período pós-COVID-19, tem contribuído de maneira significativa para a alta incidência e reconhecimento da síndrome de burnout entre os enfermeiros.

A finalidade deste estudo é aprofundar o conhecimento sobre a SB e destacar o aumento da incidência de casos devido à pandemia de COVID-19. Destaca-se a importância de identificar e tratar essa síndrome, pois, quando não acompanhada, pode acarretar altos riscos tanto para os profissionais quanto para os pacientes, afetando diretamente a qualidade dos serviços e consequentemente colocando-os em risco. Esse impacto direto na qualidade dos serviços prestados coloca ambos em situação de vulnerabilidade.

2 Material e Métodos

2.1 Delineamento metodológico

Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura, extraída da base de dados do Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Ministério da Saúde (MS), Organização Mundial de Saúde (OMS), Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSIC) e Revistas de Enfermagem no período de 2019 a 2024. A principal ideia era que a curadoria de textos científicos auxiliasse na elaboração de respostas para a pergunta condutora: Qual a importância de identificar precocemente os fatores de risco da síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem para uma melhor qualidade dos serviços prestados?

Além disso, para desenvolver este estudo foram pesquisados 37 artigos que abordam o tema escolhido, por meio dos seguintes descritores: origem do termo síndrome de burnout (SB), SB em enfermeiros,

impacto da pandemia de COVID-19 para a SB. Dentre os artigos pesquisados, foram utilizados 15 com base em suas relevâncias e atualizações perante o tema abordado.

3 Resultados e Discussão

De modo que apresente os resultados dessa revisão integrativa de uma forma objetiva e com um melhor entendimento, elaborou-se um quadro síntese que deixa claro as informações importantes das pesquisas selecionadas. O quadro é organizado pelo artigo mais recente ao mais antigo.

Quadro 1- Apresentação dos artigos selecionados segundo título, base de dados, país, objetivo, tipo de estudo e resultados

TÍTULO/BASE DE DADOS/PAÍS/ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
Rede de Atenção Psicossocial ⁶ . /Ministério da Saúde/BR/2024.	Garantir o primeiro acesso à saúde, incluindo, também, cuidados em saúde mental.	Trata-se de uma análise descritiva da estrutura e funcionamento da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no Brasil.	Desde a sua implementação, o PVC (Programa de Volta para Casa), que é uma das diretrizes RAPS já beneficiou mais de 8.000 pessoas, assegurando-lhes o direito de retornar à vida em comunidade. Atualmente, são 4.079 beneficiários em todo o país, sendo que outras 2.164 já passaram pelo programa e puderam reconstruir suas vidas com o apoio de uma rede de cuidados e suporte.
Prevalência da Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde Durante a Pandemia de Covid-19 ⁷ . / (MBI-HSS) /BR/2023.	Investigar as diversas categorias e setores de atuação profissional, identificando os principais fatores de risco e as estratégias de enfrentamento adotadas pelos profissionais de saúde em relação à síndrome de Burnout.	Tratar-se de um estudo bibliográfico.	A amostra foi composta por 89 profissionais de saúde, e os resultados indicaram uma prevalência de 48,31% da Síndrome de Burnout. Não foram observados resultados estatisticamente significativos ao comparar diferentes categorias profissionais e áreas de atuação.
O Aumento dos Casos da Síndrome de Burnout nos Profissionais da Saúde Durante a Pandemia da Covid-19 ⁸ . / PUBMED e SCIELO/BR/2023.	Analisar o aumento dos casos da síndrome de burnout nos profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19.	Trata-se de um estudo quantitativo.	A classe laboral do setor da saúde é a mais requisitada em uma época de crise sanitária. Além disso, o maior problema é que seu trabalho envolve o contato físico frequente com os pacientes, o que expõe essas pessoas à contaminação.
Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde na Pandemia Covid-19 ⁹ . /Research, Society and Development /BR/2022.	Conduzir uma análise abrangente da literatura sobre a Síndrome de Burnout entre profissionais da linha de frente durante a pandemia de Covid-19 no Brasil.	Tratar-se de um estudo ecológico.	Os estudos identificaram desgaste físico e emocional, além da prevalência de sinais e sintomas da Síndrome de Burnout nas populações analisadas. Embora as evidências sejam escassas, elas indicam o esgotamento dos profissionais da linha de frente. Portanto, é essencial implementar estratégias para gerenciar ou identificar possíveis sinais e sintomas relacionados ao sofrimento psíquico no trabalho.

TÍTULO/BASE DE DADOS/PAÍS	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
As Consequências da Síndrome de Burnout Durante a Pandemia da Covid-19 nos Profissionais de Enfermagem do Brasil: uma Revisão Integrativa ¹⁰ . \ da Saúde (LILACS), Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Acervo+ \BR\ 2022.	Examinar, por meio de artigos científicos, as consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19 entre os anos de 2020 e 2021.	Trata-se de um estudo qualitativo.	A pandemia da Covid-19 causou um impacto psicológico nos profissionais de enfermagem, aumentando os casos de Síndrome de Burnout devido aos altos níveis de estresse no trabalho e à percepção negativa da qualidade de vida, tanto profissional quanto pessoal.
Síndrome de Burnout em profissionais da saúde da linha de frente do COVID-19 ¹¹ . /Brazilian Journal of Development/PR/2021.	Reunir e resumir a literatura presente sobre a síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes durante a pandemia de Covid - 19.	Trata-se de um artigo de revisão de literatura integrativa.	O tamanho da amostra dos estudos primários variou de 157 a 3075 profissionais da saúde analisados. Perguntas que relacionam a Síndrome de Burnout à pandemia de Covid-19 foram consideradas úteis na avaliação dessa correlação, apresentando um CVR>0,78.6. Os principais fatores associados à Síndrome de Burnout foram: turnos de trabalho iguais ou superiores à 8h, remanejamento para função externa ou outra função que envolviam também o contato direto com infectados pelo Covid-19, trabalho impactando nas atividades domésticas e sentimento de estar fazendo além do que o profissional foi treinado, falta de recursos de proteção individual. Fatores de proteção foram descritos, como: profissionais da saúde realocados para áreas que não tinham contato direto com pacientes infectados por COVID-19, uso de equipamento de proteção individual (EPI) adequado. Em um estudo, 43,3% dos participantes disseram que provavelmente irão precisar de tratamento psiquiátrico no futuro.

TÍTULO/BASE DE DADOS/PAÍS	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
Burnout entre enfermeiros: um estudo comparativo multicêntrico ¹² . /Rev. Latino-Am. Enfermagem/2021.	Identificar e comparar os níveis de burnout entre enfermeiros.	Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, correlacional, comparativo e Transversal.	Realizado com 1.052 enfermeiros em hospitais e unidades básicas de saúde. Um questionário sociodemográfico e o Maslach Burnout Inventory foi aplicado com enfermeiros de Porto-Portugal (n=306), Oviedo-Espanha (n=269) e São Paulo - Brasil (n=477). Os dados foram analisados e aproximadamente 42% dos enfermeiros apresentaram níveis moderados/altos de burnout, não sendo encontradas diferenças entre os países (Portugal e Brasil com 42%, Espanha com 43%). Apenas a dimensão despersonalização apresentou diferenças entre os países, com um nível mais elevado na Espanha e mais baixo em Portugal. A análise comparativa mostrou níveis mais elevados de burnout em enfermeiros jovens e naqueles que trabalhavam em turnos. Em relação às escalas de trabalho, burnout foi associada ao trabalho por turnos em Portugal e aos horários fixos na Espanha e no Brasil.
Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBIHSS): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas Brasileira ¹³ . / BVS Enfermagem, Index Psicologia, LILACS, /BR /2020.	Avaliar o uso do Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS) em estudos brasileiros sobre a Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde.	Trata-se de estudo quantitativo.	Realizou-se uma busca sistemática nas bases de dados BVS Enfermagem, utilizando os descritores 'esgotamento profissional', 'pessoal de saúde' e 'Síndrome de Burnout' no título. Foi encontrada uma variedade de denominações das dimensões da síndrome, nas escalas do tipo Likert utilizadas, nos métodos de classificação das pontuações das subescalas e no rastreamento da síndrome. Constatou-se que o MBI-HSS tem sido usado de diversas formas para analisar a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, e essa falta de padronização pode gerar confusão entre os pesquisadores e dificultar a comparação entre os resultados dos estudos.
Síndrome de Burnout nos Profissionais de Saúde: Atualização Sobre Definições, Fatores de Risco e Estratégias de Prevenção ¹⁴ . \ BR\2020.	Analisar as possíveis intervenções para prevenir a Síndrome de Burnout.	Trata-se de um estudo ecológico.	Revisar as consequências e os fatores de risco da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde que trabalham em hospitais, ressaltando o papel do ambiente hospitalar e das Unidades de Terapia Intensiva no desenvolvimento da síndrome, e enfatizando a autoestima como um dos principais fatores individuais envolvidos.

TÍTULO/BASE DE DADOS/PAÍS	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
Síndrome De Burnout em Profissionais de Enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva Adulto ¹⁵ . /Monografia /Universidade de Ribeirão Preto – UNAERP/2019.	Identificar os fatores que contribuem para o elevado número de casos de síndrome de Burnout entre os profissionais da enfermagem.	Trata-se de uma pesquisa narrativa descritiva de uma revisão bibliográfica.	Diante do exposto, ficou claro que o estresse apresenta diversos riscos à saúde dos profissionais de enfermagem, tornando-se um problema crescente em diversas áreas. A síndrome de burnout impacta diretamente a vida pessoal dos profissionais, resultando em prejuízos nas relações familiares e no lazer. No ambiente de trabalho, as consequências são graves, incluindo alto absenteísmo, redução da produtividade e queda na qualidade da assistência de enfermagem.

Fonte: Dos autores (2024).

A Síndrome de Burnout (SB) é uma reação prolongada a estressores crônicos no ambiente de trabalho, manifestada em três dimensões interrelacionadas: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, sendo comum em profissionais que atuam diariamente sob pressão³.

Christina Maslach foi uma das pioneiras no estudo da Síndrome de burnout, e junto com Susan Jackson, desenvolveu o Maslach Burnout Inventory (MBI) em 1981. Este teste tornou-se a ferramenta padrão para medir Burnout, sendo amplamente utilizado em pesquisas e práticas clínicas para diagnosticar melhor os níveis de burnout entre profissionais de diferentes áreas, principalmente na da saúde¹³.

Profissionais de saúde, especialmente enfermeiros, são particularmente propensos a desenvolver essa síndrome devido ao estresse contínuo, longas jornadas de trabalho, contato direto com pacientes e falta de recursos e suporte adequados, o que aumenta a carga física e emocional, tornando-os mais vulneráveis à síndrome^{7, 10}.

Durante a pandemia da Covid-19, que forçou a população mundial a adotar o isolamento social e a quarentena como medidas preventivas para conter a disseminação do vírus, lidar com o SARS-CoV-2 foi um desafio global. Este vírus se caracterizava por uma rápida progressão, com sintomas que variavam entre 2 a 14 dias, fácil contágio e sintomas comuns como fadiga, febre, mialgia, tosse seca e dispneia, além de sintomas característicos como ageusia e anosmia. Além de enfrentarem os sinais e sintomas causados pelo coronavírus, estudos mostraram mudanças abruptas na saúde mental da população global, levando ao aumento de doenças e transtornos mentais, especialmente entre profissionais de saúde devido à sobrecarga de trabalho. O número crescente de pessoas infectadas pelo Coronavírus, que apresentavam Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) e necessitavam de cuidados intensivos, expôs os profissionais da linha de frente a fatores que os colocaram em maior vulnerabilidade, não apenas à contaminação, mas também ao esgotamento profissional, estresse emocional e interpessoal⁷⁻¹¹.

Os possíveis impactos do estresse no trabalho sobre o bem-estar físico e emocional dos profissionais têm sido alvo de pesquisas científicas recentes, uma vez que se trata de uma questão relevante de saúde. O estresse ocupacional surge da percepção do trabalhador de que o ambiente de trabalho representa uma ameaça à sua saúde física e mental, seja por considerar que as demandas são excessivas ou por sentir que não possui recursos adequados para lidar com elas^{12, 15}.

Como citado no estudo anterior¹, quanto mais presentes os sintomas, maior a probabilidade de ser diagnosticado com a síndrome de burnout. O Diagnóstico da Síndrome de Burnout é feito por um profissional especialista como o psiquiatra e o psicólogo após uma análise clínica. Muitas pessoas não costumam buscar ajuda médica para o problema e por várias vezes acabam negligenciando os sinais e sintomas, sem buscar um diagnóstico ou tratamento. Familiares e amigos são pessoas fundamentais no papel da identificação dos sintomas, auxiliando e informando a pessoa os sinais que ela vem apresentando para reconhecer que necessita de ajuda. No Sistema Único de Saúde (SUS), tem o chamado RAPS (Rede de Atenção Psicossocial) que está preparada para oferecer atendimento de forma gratuita e integral, incluindo todo processo, desde o diagnóstico

ao tratamento medicamentoso. Os CAPS (Centro de Atendimento Psicossocial) um dos serviços que compõe o RAPS, são os locais mais indicados neste caso⁶.

A Melhor opção para se prevenir a síndrome de burnout são estratégias que reduzam o nível de estresse e a pressão no trabalho, tenham condutas saudáveis como: evitar consumir bebidas alcoólicas, tabaco ou outras drogas que trazem confusão mental, fazer atividades diferentes, praticar algum esporte, conversar com alguém de confiança, estabelecer metas e objetivos profissionais e pessoais, entre outros^{1, 6}.

O tratamento da Síndrome de Burnout é, em predominantemente, conduzido por meio de psicoterapia; podendo também incluir o uso de medicamentos, como (antidepressivos e/ou ansiolíticos). O efeito do tratamento geralmente se observa entre um e três meses, mas pode perdurar por mais tempo, conforme cada caso⁶.

A política eficaz de saúde mental é um dos pilares essenciais para a construção de uma sociedade mais solidária, resiliente e justa. Reconhecer a importância do cuidado com a saúde mental é crucial para assegurar a integridade do atendimento a saúde⁶.

4 Conclusão

Em conclusão, a Síndrome de Burnout é um problema de saúde ocupacional que afeta uma parcela significativa de profissionais, especialmente os da área da saúde, como enfermeiros e médicos, que enfrentam jornadas intensas, estresse constante e uma carga emocional elevada. Este distúrbio, caracterizado pela exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, é uma resposta prolongada ao estresse crônico no ambiente de trabalho, com impactos devastadores tanto para a saúde mental quanto física do indivíduo. A pandemia de Covid-19 exacerbou esse quadro, colocando os profissionais da linha de frente ainda mais vulneráveis ao burnout, devido à sobrecarga de trabalho, aumento da pressão emocional e falta de recursos adequados.

O diagnóstico precoce e a busca por tratamento especializado são fundamentais, mas muitas vezes negligenciados, o que dificulta o controle da síndrome e agrava seus efeitos. A atuação de familiares e amigos no reconhecimento dos sintomas pode ser determinante para que a pessoa busque ajuda antes que a condição se agrave. Além disso, estratégias de prevenção, como a promoção de ambientes de trabalho saudáveis e a implementação de práticas que minimizem o estresse ocupacional, são essenciais para evitar o desenvolvimento da síndrome.

Por fim, a saúde mental deve ser reconhecida como um pilar fundamental para o bem-estar coletivo e o bom funcionamento das sociedades. Investir em políticas públicas de saúde mental, como a ampliação e fortalecimento dos serviços de saúde psicossocial, é imprescindível para garantir que os profissionais, especialmente aqueles que lidam com o cuidado de outros, possam receber o suporte necessário para preservar sua saúde e qualidade de vida. A implementação de tais políticas e práticas não apenas contribui para o bem-estar dos trabalhadores, mas também reflete em um ambiente mais saudável e eficiente no contexto laboral.

5 Referências

1. Sousa CA, Souza CD. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura. Espírito Santo. TCC [Bacharel em Enfermagem] - Faculdade Vale do Cricaré; 2020.
2. Moreira HA, Souza KN, Yamaguchi MU. Síndrome de Burnout em médicos: uma revisão sistemática. Rev. Bras. Saúde Ocup [Internet]. 2018 [acesso em: 17 set. 2024];18;43(3): 2-11. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbso/v43/2317-6369-rbso-43-e3.pdf>.
3. Ministério da Saúde (MS). Síndrome de Burnout. 2020 [acesso em: 12 set. 2024]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>.

4. Organização das Nações Unidas (ONU). Síndrome de burnout é detalhada em classificação internacional da OMS. 2019 [acesso em: 07 ago. 2024] Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/83269-s%C3%ADndrome-de-burnout-%C3%A9-detalhada-em-classifica%C3%A7%C3%A3o-internacional-da-oms>.
5. Mendonça F, Raposo FB, Rocha L, Cunha TC. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na linha de frente da COVID-19: revisão de literatura. Minas Gerais. Revisão de literatura [Bacharel em Medicina] - Instituto Metropolitano de Ensino Superior União Educacional do Vale do Aço; 2021.
6. Ministério da Saúde (MS). Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). 2024. [acesso em 27 ago. 2024]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps>.
7. Buffon VA, Roeder BL, de Barros LL, Sobral ACL, Simm EB, Bark GD, Bark SA. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. *BioSCIENCE* 2023; 81(2):10-16.
8. Peña GG, Pontes JVV, dos Santos JMD, Coutinho LBC, Sefer LR da S, Lima MM, de Sousa DHAV, de Arruda ITS. O aumento dos casos da Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19. *Braz. J. Hea. Rev.* [Internet]. 2023 [acesso em 26 out. 2024];6(5):22590-9. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/63321>.
9. Alberton S, Morás TC, Wendt GW, Benvegnú DM, Follador FAC, Pascotto CR, Lucio LC, Ferreto LED. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde na pandemia de Covid-19. *RSD* [Internet]. 2022. [acesso em: 10 out. 2024]; 11(6):e6511628668. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/28668>.
10. Paes KL, Garcia JF da C, Aramaio CMS de O. As consequências da Síndrome de Burnout durante a pandemia da Covid-19 nos profissionais de enfermagem do Brasil: uma revisão integrativa. *REA Enf* [Internet]. 2022 [acesso em: 26 out. 2024];18:e10308. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/10308>.
11. Almeida SLAC, Salvaro MM, Geraldo MVF, Guimarães VMH, Fornero LCM, Amorim ACC, et al. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde da linha de frente do COVID-19. *Braz. J. Desenvolver.* [Internet]. 2021 [acesso em 25 set. 2024]; 7(7):66360-71. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/32411>.
12. Borges EMN, Queirós CML, Abreu MSN, Mosteiro-Diaz MP, Baldonado-Mosteiro M, Baptista PCP, et al. Burnout entre enfermeiros: um estudo multicêntrico comparativo. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2021;29:e3432. 2021 [acesso em: 06 set. 2024]; Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/srgTgz4SrM4vbs3WJKMdWtf/?format=html&lang=en# DOI: http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>.
13. Campos ICM, Pereira SS, Schiavon ICA, Alves M. Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (Mbi-Hss): Revisão Integrativa de sua Utilização em Pesquisas Brasileiras. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar* [Internet]. 2020 [acesso em: 5 out. 2024];24(3). Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/7875>.
14. Perniciotti P, Serra no Junior CV, Guarita RV, Morales RJ, Romano BW. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Rev. SBPH, Rio de Janeiro*, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020. [acessos em: 15 ago. 2024] Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso.
15. Cajueiro L, Santos LH, Freitas MR. Síndrome De Burnout em profissionais de enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva Adulto. São Paulo. Monografia [Graduação em Enfermagem] - Universidade de Ribeirão Preto – UNAERP; 2019.