

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

CARLOS EDUARDO DA SILVA
HELLOIZA LETÍCIA MONTEIRO RODRIGUES
NATHYELLE MAYARA DA SILVA SANTOS DANTAS

**Os impactos da Síndrome de Burnout na vida dos profissionais de
enfermagem e suas consequências**

RECIFE/2025

**CARLOS EDUARDO DA SILVA
HELLOIZA LETÍCIA MONTEIRO RODRIGUES
NATHYELLE MAYARA DA SILVA SANTOS DANTAS**

**Os impactos da Síndrome de Burnout na vida dos profissionais de
enfermagem e suas consequências**

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.º Dr. Luiz da Silva
Maia Neto.

RECIFE

2025

CARLOS EDUARDO DA SILVA
HELLOIZA LETÍCIA MONTEIRO RODRIGUES
NATHYELLE MAYARA DA SILVA SANTOS DANTAS
Os impactos da Síndrome de Burnout na vida dos profissionais de
enfermagem e suas consequências

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: ____/____/____

DEDICATÓRIA

Dedicamos este trabalho à

Meus amados pais, Sandro e Ana, cuja dedicação, amor incondicional e ensinamentos foram fundamentais em cada etapa da minha trajetória. A vocês, que sempre acreditaram no meu potencial e me ensinaram a valorizar o conhecimento e a perseverança, deixo minha eterna gratidão e respeito. Ao meu querido marido, Erick, agradeço por todo o apoio, paciência e compreensão ao longo deste percurso. Sua presença constante, incentivo e amor foram essenciais para que eu chegasse até aqui, mesmo nos momentos de maior desafio. A cada um de vocês, dedico esta conquista, que é também o reflexo do amor, da fé e do exemplo que me sustentam todos os dias.

Minha mãe, Margarete, que lutou pela minha formação até o fim; à minha madrinha, *in memoriam* Cleide, que partiu antes mesmo do início da minha graduação, mas sempre acreditou no meu potencial; e à minha avó, *in memoriam* Alice, que se foi no final da minha trajetória acadêmica, a quem cuidei com todo amor até o fim. Dedico a elas, que me ensinaram o verdadeiro sentido de amar e cuidar.

Meus pais, pelo apoio e incentivo. Em especial à minha mãe, que sempre acreditou em mim e nunca deixou que eu duvidasse da minha capacidade. Ao meu querido irmãozinho, por estar sempre ao meu lado me distraindo, eu amo você meu pequeno. A mim mesma, por não desistir, por cada esforço, por toda abdicção e principalmente, por continuar acreditando que eu era capaz de chegar até aqui. E, por fim, mas não menos importante, às amigas que a faculdade me presenteou. Obrigada, meus amigos, por cada momento, cada risada, cada choro e cada esforço compartilhado. Foram longos cinco anos, e vocês foram essenciais nessa jornada. Sou profundamente grata, eu amo vocês imensamente.

Por fim, dedicamos este TCC àqueles que inspiram nosso aprendizado diariamente: os profissionais e pacientes que, com suas histórias e vivências, nos motivaram a buscar conhecimento, compreensão e excelência em nossa área. Este trabalho é fruto da união, do esforço conjunto e da determinação de nós três, e dedicamos cada página à construção do nosso crescimento acadêmico, pessoal e profissional.

AGRADECIMENTOS

A realização deste trabalho só foi possível graças ao apoio, incentivo e colaboração de muitas pessoas que estiveram ao nosso lado ao longo desta jornada acadêmica.

Agradecemos primeiramente a Deus, pela força, sabedoria e saúde que nos sustentaram em todos os momentos de desafio e incerteza.

Às nossas famílias, que foram nosso alicerce, oferecendo amor, paciência e compreensão diante das ausências e das longas horas de estudo e dedicação. Cada palavra de incentivo e cada gesto de apoio foram fundamentais para que não desistíssemos do nosso objetivo.

Aos nossos professores e orientador, que compartilharam conhecimento, disciplina e dedicação, orientando-nos com paciência e motivação, mostrando-nos que a Enfermagem vai além da técnica: é também cuidado, ética e compromisso com a vida.

Aos colegas de curso, que caminharam conosco nessa trajetória, dividindo experiências, aprendizados e conquistas. A amizade e a parceria de vocês tornaram esta etapa mais leve e significativa.

Por fim, agradecemos a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a construção deste trabalho. Cada colaboração, por menor que parecesse, foi essencial para que chegássemos até aqui. Este TCC é fruto de um esforço coletivo, que carrega um pouco de cada um que acreditou em nós e na nossa capacidade de vencer mais essa etapa.

“O Burnout não é apenas um estado de cansaço, é um esgotamento profundo que afeta corpo, mente e alma, prejudicando o indivíduo e a qualidade do cuidado que oferece aos outros.”

Maslach & Leiter, 2016

RESUMO

Atualmente, a crescente sobrecarga e as precárias condições de trabalho na área da saúde têm aumentado a incidência de transtornos psíquicos entre os profissionais. A Síndrome de Burnout é um transtorno psíquico relacionado ao estresse crônico no ambiente de trabalho, afetando principalmente profissionais que atuam sob constante pressão e responsabilidade, como os da enfermagem. Este estudo tem como objetivo verificar os impactos dessa síndrome na rotina dos profissionais de enfermagem, com ênfase na saúde física e mental desses trabalhadores e nas consequências para a qualidade da assistência prestada. A pesquisa é de abordagem qualitativa, com método descritivo e explicativo, baseada em revisão bibliográfica sistemática em bases como SciELO e LILACS, com publicações entre 2020 e 2025. Observa-se que o esgotamento profissional compromete significativamente o desempenho e o bem-estar dos enfermeiros, refletindo diretamente na segurança do paciente e no funcionamento das instituições de saúde. O cenário se agravou com a pandemia da COVID-19, intensificando os sintomas da síndrome e expondo ainda mais a fragilidade emocional desses profissionais. Conclui-se que medidas institucionais de valorização, suporte psicológico e adequadas condições de trabalho são fundamentais para mitigar os efeitos do Burnout entre os profissionais de enfermagem.

Palavras-Chaves: Síndrome de Burnout, Enfermagem, Saúde mental, Impacto, Covid.

The Impacts of Burnout Syndrome on the Lives of Nursing Professionals and Its Consequences

ABSTRACT

Currently, the increasing workload and poor working conditions in the healthcare sector have heightened the incidence of psychological disorders among professionals. Burnout Syndrome is a psychological disorder associated with chronic workplace stress, especially affecting professionals who work under constant pressure and responsibility, such as nurses. This study aims to investigate the impacts of this syndrome on the daily routine of nursing professionals, with emphasis on their physical and mental health and the consequences for the quality of care provided. The research uses a qualitative approach, with a descriptive and explanatory method, based on a systematic literature review from databases such as SciELO, LILACS, and BVS, covering publications from 2020 to 2025. It was observed that professional exhaustion significantly compromises nurses' performance and well-being, directly affecting patient safety and the functionality of health institutions. The COVID-19 pandemic worsened this scenario, intensifying burnout symptoms and further exposing the emotional fragility of these professionals. It is concluded that institutional measures such as recognition, psychological support, and adequate working conditions are essential to mitigate the effects of burnout among nursing professionals.

Keywords: Burnout Syndrome, Nursing, Mental health, Impact, Covid.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Descrição agrupada de cada estudo incluído na revisão integrativa. Recife, PE, 2025. (pg. 15-17)

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

- SciELO - Scientific Electronic Library Online
- Lilacs - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
- DeCs - Descritores em Ciências da Saúde

SUMÁRIO

1.Introdução.....	13
2.Metodologia.....	15
3.Resultados e discussão.....	15
4.Conclusão.....	19
5.Referências.....	19

1. Introdução

O cenário atual das empresas é marcado por uma concorrência internacional acirrada e avanço das tecnologias que impulsionam a produtividade. Devido à pressão constante, a rotina dos funcionários acaba prejudicando sua saúde física e mental, por causa do aumento da carga de trabalho e, muitas vezes, exigindo mais horas dedicadas às tarefas. Nos últimos anos, tem se tornado comum relatos em empresas de diferentes países sobre os aumentos nos casos de Síndrome de Burnout¹.

O burnout é a reação do corpo e da mente ao estresse contínuo no trabalho, afetando principalmente os profissionais mais dedicados. A síndrome se manifesta de três maneiras principais: exaustão emocional — em que o cansaço extremo não passa e se tem a sensação de drenagem física e mental; cinismo — um distanciamento emocional, em que o profissional sente desinteresse nas relações profissionais e no ambiente de trabalho; e ineficácia — sensação de que o esforço não é suficiente e de desgosto com o próprio desempenho⁴.

O trabalho do profissional de enfermagem é sempre um grande desafio, como gerenciar momentos de angústia e sofrimento com pacientes e acompanhantes, carga horária extensa, pressão constante em situações muitas vezes vulneráveis por falta de meios e pouco reconhecimento. Isso leva, por muitas vezes, os enfermeiros a terem mais de um vínculo profissional, se sobrecarregando e consequentemente afetando sua saúde mental e física. Com a sobrecarga, cansaço extremo, estresse e cuidado, acabam desenvolvendo distúrbios emocionais, tal como o burnout³.

Quando saem da faculdade, esses profissionais recém-formados precisam lidar com responsabilidades como sobrecarga de trabalho, falta de tempo para realizar atividades físicas, ausência de alimentação adequada, falta de remuneração apropriada — visto que muitos lugares não pagam o piso salarial — e a luta por reconhecimento social e valorização da profissão. Isso tudo gera estresse e cansaço emocional e físico exorbitantes. O mais contraditório é que aqueles que costumam desenvolver a doença geralmente são os mais dedicados ao trabalho. São profissionais estáveis emocionalmente, que por sua vez são consumidos por sobrecarga de responsabilidades, falta de autocuidado e cobranças constantes de resultados^{3,5}.

A pandemia da COVID-19, iniciada no final de 2019, trouxe profundas transformações sociais, econômicas e sanitárias em escala global. No Brasil, seus impactos revelaram diversas fragilidades estruturais, especialmente no sistema de saúde pública. Com o aumento expressivo de casos e óbitos, medidas de contenção como o distanciamento social, o uso obrigatório de máscaras e a limitação de deslocamentos foram adotadas. Tais restrições, embora necessárias, afetaram diretamente a saúde mental da população, intensificando quadros de ansiedade, estresse, depressão, alterações no sono e sensação de isolamento⁷.

A nova realidade imposta pela pandemia exigiu uma rápida adaptação das instituições, empresas e, principalmente, dos indivíduos. Trabalhadores de diferentes áreas passaram a lidar com o medo da contaminação, a insegurança econômica e as mudanças abruptas na rotina. Contudo, o grupo mais afetado foi, sem dúvida, o dos profissionais de saúde. Estes, além de enfrentar as mesmas adversidades sociais, estavam diretamente expostos ao vírus, muitas vezes sem condições adequadas de trabalho e proteção. Tal cenário agravou os efeitos psicológicos em uma escala ainda mais profunda e persistente. A Enfermagem representa mais da metade dos profissionais que atuam na saúde no Brasil. Em 2021, já somavam mais de 2,5 milhões entre auxiliares, técnicos e enfermeiros^{6,7}.

Com a chegada da pandemia de COVID-19, a falta de conhecimento sobre o vírus, a escassez de equipamentos de proteção (EPIs), a ausência de vacinas e protocolos, além da sobrecarga nos hospitais, colocaram ainda mais pressão sobre a Enfermagem, que esteve na linha de frente desde o início. Até setembro de 2021, mais de 3 mil profissionais de enfermagem morreram por conta da doença — 864 deles no Brasil^{6,8}.

A crise revelou e agravou a falta de profissionais e as precárias condições de trabalho, levando muitos a considerar deixar a profissão. Esse cenário tem gerado impactos diretos no cuidado com a população e reforça a necessidade urgente de valorizar e melhorar as condições de trabalho da Enfermagem⁸.

É nesse contexto que a Síndrome de Burnout se manifesta com maior intensidade entre os profissionais de enfermagem. A pressão constante por resultados, a ausência de reconhecimento e a dificuldade em manter o autocuidado tornam esses indivíduos ainda mais suscetíveis à síndrome. Com a pandemia, esses fatores foram potencializados, comprometendo não apenas o bem-estar desses

trabalhadores, mas também a qualidade da assistência prestada e o funcionamento das instituições de saúde. Compreender essa realidade é essencial para a construção de políticas que priorizem a saúde mental de quem cuida da população⁶.

Desse modo, é necessário reconhecer que o esgotamento profissional não impacta apenas quem cuida, mas também os que são cuidados. Trabalhadores exaustos podem ter dificuldades em oferecer uma assistência de qualidade, comprometendo a sua saúde, a segurança dos pacientes e o funcionamento adequado dos serviços de saúde². Com isso, esta pesquisa busca evidenciar que atualmente a Síndrome de Burnout é cada vez mais frequente entre os enfermeiros e o quanto isso impacta nas suas vidas pessoais e profissionais.

O objetivo deste estudo é verificar os principais impactos da Síndrome de Burnout na vida profissional e pessoal de enfermeiros, além de identificar os sintomas mais comuns da síndrome entre os profissionais da enfermagem, avaliar as consequências na qualidade do atendimento prestado e, por fim, investigar fatores institucionais que contribuem para o esgotamento.

2. Metodologia

A presente pesquisa caracteriza-se como descritiva e explicativa, com abordagem qualitativa, e tem como objetivo descrever os impactos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem, além de explicar suas consequências para a saúde mental dos trabalhadores e para a qualidade da assistência prestada nas instituições de saúde. A escolha pela abordagem qualitativa busca compreender, de maneira mais aprofundada, os aspectos subjetivos e contextuais que envolvem o adoecimento dos profissionais de enfermagem, especialmente após os desafios impostos pela pandemia de COVID-19.

Para atingir os objetivos propostos, foi realizada uma revisão bibliográfica sistemática, com base em artigos científicos e documentos eletrônicos disponíveis em bases de dados como SciELO e LILACS. A busca foi conduzida entre os meses de janeiro e março de 2025, utilizando os descritores em saúde (DeCS) como Síndrome de Burnout, saúde mental e enfermagem, e foi aplicada a combinação de operadores booleanos AND e OR para refinar a pesquisa. Os critérios de seleção dos estudos foram: publicações datadas entre 2020 e 2025, preferencialmente em língua portuguesa ou inglesa. Foram incluídos materiais que abordam a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, com ênfase nos seguintes aspectos: impactos na saúde mental, exaustão emocional, desempenho profissional, qualidade da assistência e relações interpessoais, particularmente no contexto da pandemia de COVID-19.

A análise dos dados será realizada com base na análise de conteúdo, conforme proposta por Bardin (2011). A análise seguirá etapas específicas: leitura flutuante dos textos, categorização dos dados conforme os temas definidos previamente, e uma análise interpretativa das informações extraídas. As interpretações serão discutidas entre os integrantes do grupo, com o objetivo de garantir consenso, coerência e fundamentação teórica, proporcionando uma leitura crítica e reflexiva sobre o material coletado.

Por se tratar de uma pesquisa de natureza exclusivamente bibliográfica, sem coleta de dados primários ou interação direta com seres humanos, não é necessária a submissão do projeto a um Comitê de Ética em Pesquisa, conforme estabelecido pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

3. Resultados e discussão

Os estudos foram selecionados de maneira organizada e metódica, em conformidade com os critérios definidos para a realização da revisão integrativa. Após as etapas de identificação, seleção e avaliação detalhada dos artigos, reuniram-se evidências científicas relevantes que sustentam a discussão acerca da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem e suas consequências para saúde física e mental, e os impactos que causa na qualidade da assistência prestada.

Tabela 1. Descrição agrupada de cada estudo incluído na revisão integrativa. Recife, PE, 2025.

Autoria e ano	Título do estudo	Objetivo	Resultados
Falce JL et al., 2023	Influência do Burnout no comprometimento organizacional em profissionais da saúde.	Analisar como a síndrome de burnout influencia o comprometimento organizacional de profissionais de saúde, destacando a relação entre esses fatores.	A síndrome e o comprometimento organizacional são contrutos independentes. Identificou-se que o burnout afeta negativamente o comprometimento afetivo e o calculativo dos profissionais de saúde, mas não apresenta relação significativa com o compromnormativo.
Sousa VT et al., 2023	Esgotamento profissional e cultura de segurança do paciente na Atenção Primária à Saúde.	Verificar a relação entre o risco de esgotamento profissional (Burnout) e a cultura de segurança na Atenção Primária à Saúde.	Há uma associação entre baixo risco de desenvolvimento da síndrome de burnout e avaliação positiva da cultura de segurança.
Patrício DF et al., 2021	Dimensões do burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar.	Analisar uma possível associação entre burnout, tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem de um hospital em Campina Grande, Paraíba.	Os dados indicam fortemente que altos níveis de exaustão emocional estão associados ao aumento da depressão, tornando essencial para adotar estratégias de enfrentamento e oferecer suporte psicológico, educacional e material para restaurar a energia física e mental comprometida pela sobrecarga de trabalho.
Damaceno RC França DMVR, Lacerda ABM, Lüders D, 2025	Aspectos de saúde geral, mental e auditiva de trabalhadores da equipe de enfermagem de um hospital público acometidos pela covid-19.	Investigar os possíveis impactos do vírus da covid-19 na saúde geral, mental e auditiva de profissionais.	Evidenciou-se a ocorrência de repercussões na saúde geral, mental e auditiva dos profissionais de enfermagem acometidos pela covid-19, com predomínio de manifestações como tosse, febre síndrome de burnout, zumbido e vertigem.
Gomes BC da S, Rodrigues AA, Lima RS, 2024	A luta pelo piso salarial da enfermagem: percepções dos usuários do instagram.	Analisar as percepções expressas nos comentários de publicações realizadas em perfis oficiais dos Conselhos Regionais de Enfermagem no instagram acerca do processo de	As percepções evidenciam uma luta constante pelo reconhecimento social e pela valorização do trabalho dos profissionais marcada pela incerteza quanto aos recursos necessários para concretização desses objetivos.

		aprovação da Lei do Piso Salarial da Enfermagem.	
Oliveira MMLS et al., 2024	Qualidade devida no trabalho de profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19.	Avaliar a qualidade de vida no trabalho de profissionais de saúde envolvidos no atendimento direto e indireto de casos de covid-19.	Identificou moderada satisfação por compaixão e baixos níveis de estresse, burnout e estresse traumático secundário, com associações entre fatores sociodemográficos, condições de trabalho e histórico de saúde.
Soares JP et al., 2022	Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19: revisão integrativa.	Analisar os impactos do trabalho durante a pandemia de covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde, bem como os fatores associados ao desenvolvimento da síndrome de burnout.	A experiência profissional, condições laborais, situação financeira, conciliação entre trabalho e vida familiar, além do medo de contaminação e transmissão da doença, foram associados ao desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais de saúde.
Kantorski LP et al., 2022	Intenção em deixar a enfermagem durante a pandemia de covid-19	Investigar a proporção de profissionais que manifestaram intenção de deixar a enfermagem durante a pandemia da covid-19, assim como os fatores relacionados a esse desfecho.	Cerca de 24,6% dos profissionais manifestaram intenção de deixar a enfermagem, associada a maior escolaridade, suporte institucional, sobrecarga de trabalho e lesões cutâneas, enquanto idade acima de 51 anos mostrou associação negativa.
Silva DPA, Miclos PV, 2022	Enfermagem na Atenção Primária à Saúde: associação entre liderança, capital psicológico e implicações no burnout	Analisar a relação entre liderança autêntica, capital psicológico positivo e síndrome de burnout em enfermeiros da Atenção Primária à Saúde.	Não identificaram associação significativa entre burnout e liderança autêntica. Já entre os liderados, houve associação negativa entre burnout e liderança, bem como entre burnout e capital psicológico positivo.
Jarruche LT, Muchi S, 2021	Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa	Investigar a produção científica brasileira sobre a síndrome de burnout em profissionais da saúde por meio de revisão integrativa da literatura.	Mostraram alto índice de burnout entre profissionais da saúde, principalmente médicos e enfermeiros do sexo feminino, em hospitais e unidades básicas. Destacou-se a necessidade de ampliar pesquisas para outras categorias e contextos de trabalho.
Ribeiro EKA et al., 2021	Influência da síndrome	Investigar a prevalência e os	A maioria dos profissionais apresentou baixa eficácia

	de burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo	fatores relacionados à síndrome de burnout e à qualidade de vida em profissionais de enfermagem.	profissional e níveis médios de despersonalização e exaustão emocional. Observou-se associação significativa entre a síndrome de burnout e dor, vitalidade, aspectos sociais, saúde mental e qualidade de vida geral.
Dalmolin GL et al., 2023	Burnout, clima ético e organização do trabalho em unidade de terapia intensiva covid-19: estudo misto	Investigar a relação entre burnout, percepção do clima ético e organização do trabalho em enfermeiros de UTIs COVID-19, sob a perspectiva dos gestores.	Identificou 10% de prevalência de burnout e 24,5% de percepção negativa do clima ético, associando-os à sobrecarga, cansaço e estresse decorrentes da organização e das relações de trabalho em UTIs COVID-19.
Barbosa GC et al., 2022	Preditores de sobrecarga dos trabalhadores de saúde mental durante a pandemia de COVID-19	Investigar os fatores que preveem sobrecarga em profissionais de saúde mental durante a pandemia de COVID-19.	A mediana de sobrecarga de trabalho foi 2,03, sendo seus principais preditores acompanhamento psicológico ou psiquiátrico, desempenho das atividades durante a pandemia, contato direto com casos de COVID-19 e pertencer a grupos de risco ($p<0,05$).
Dai DD et al., 2022	Fatores associados à qualidade de vida de residentes multiprofissionais em saúde	Investigar os fatores relacionados à qualidade de vida de residentes multiprofissionais em saúde.	Distúrbios psíquicos menores aumentaram os domínios físico, psicológico e geral da qualidade de vida, enquanto o desgaste emocional teve efeito inverso sobre físico e meio ambiente. Satisfação com a residência, morar sozinho e raça/cor influenciaram positivamente diferentes domínios da qualidade de vida.
Trevilato DD et al., 2022	Esgotamento profissional da equipe de enfermagem atuante no enfrentamento à pandemia do novo coronavírus	Investigar o esgotamento profissional e seus fatores associados em profissionais de enfermagem envolvidos no enfrentamento da COVID-19.	Burnout foi identificado em 12% dos trabalhadores, sem diferença significativa entre hospitais, embora as dimensões apresentassem variações. A exaustão emocional foi moderada em 52,9% dos casos, e 95,4% dos profissionais apresentaram alto nível de realização profissional.

A síndrome de burnout em profissionais da saúde tem se consolidado como um dos principais desafios contemporâneos no campo da saúde coletiva e da gestão do trabalho. O interesse científico

sobre o tema tem crescido, especialmente em virtude da sobrecarga laboral, da pandemia de covid-19 e da necessidade de reconhecimento e valorização da enfermagem e demais categorias. Nessa perspectiva, os estudos selecionados para esta pesquisa oferecem um panorama amplo sobre a relação entre burnout, condições de trabalho, qualidade de vida, liderança e comprometimento organizacional, permitindo compreender não apenas a prevalência e os fatores associados à síndrome, mas também suas repercussões para o indivíduo, a instituição e a sociedade.

A síndrome de burnout entre profissionais da saúde vem se mostrando cada vez mais presente e complexa, afetando não só a vida individual desses trabalhadores, mas também a dinâmica das instituições e até mesmo a forma como a sociedade os enxerga. De acordo com Falce et al. (2023), embora burnout e comprometimento organizacional sejam fenômenos distintos, existe uma ligação clara entre eles: quanto maior o esgotamento, menor o vínculo afetivo e profissional com o trabalho. Sousa et al. (2023) reforçam essa visão, mostrando que quando a cultura organizacional valoriza a segurança do paciente e cria um ambiente saudável, o risco de burnout tende a diminuir.

No ambiente hospitalar, Patrício et al. (2021) observaram que a exaustão emocional está intimamente ligada a quadros de depressão, evidenciando a importância de estratégias de apoio psicológico para enfermeiros e demais profissionais. Esse cenário se conecta aos achados de Damaceno et al. (2025), que estudaram os efeitos da covid-19 e revelaram impactos não só na saúde física, mas também na saúde mental da equipe, incluindo sinais de burnout. Fica claro, assim, que o desgaste não surge isoladamente: ele é potencializado pelas condições de trabalho e por fatores externos que aumentam a vulnerabilidade emocional.

A pandemia de covid-19, em especial, funcionou como um catalisador desse processo. Revisões de Soares et al. (2022) mostraram que o burnout esteve diretamente associado à sobrecarga, insegurança, condições precárias de trabalho, dificuldades financeiras e ao constante medo da contaminação. Trevilato et al. (2022) identificaram que 12% da equipe de enfermagem da linha de frente apresentaram burnout, principalmente exaustão emocional — apesar de relatarem também um alto senso de realização, possivelmente devido ao reconhecimento social que a profissão ganhou durante a crise. Já Dalmolin et al. (2023) destacaram o peso do clima organizacional e do excesso de demandas nas UTIs covid-19 como fatores centrais no desenvolvimento da síndrome.

Outras pesquisas voltaram-se à qualidade de vida desses profissionais. Oliveira et al. (2024) encontraram índices moderados de satisfação e baixos níveis de burnout em determinados grupos, sugerindo a presença de fatores de resiliência que ajudaram a enfrentar o período crítico. Em contrapartida, Ribeiro et al. (2021) e Dai et al. (2022) apontaram prejuízos importantes na qualidade de vida, com impactos em aspectos físicos, emocionais e sociais, mostrando como o desgaste emocional pode corroer a saúde de forma ampla.

As condições de trabalho também interferem diretamente na permanência na profissão. Kantorski et al. (2022) revelaram que quase um quarto dos profissionais de enfermagem considerou abandonar a carreira, motivados por sobrecarga, falta de apoio e até fatores relacionados à formação. Barbosa et al. (2022) chegaram a conclusões semelhantes, ressaltando que o contato direto com casos graves de covid-19 e a ausência de suporte aumentaram ainda mais o peso sobre os trabalhadores. Esses achados reforçam a necessidade urgente de políticas institucionais que promovam acolhimento e retenção da força de trabalho em saúde.

Outro ponto fundamental é o papel da liderança. Silva e Miclos (2022) mostraram que, mesmo não havendo ligação direta entre burnout e liderança autêntica, a forma como os profissionais percebem sua chefia faz diferença: lideranças participativas e transformadoras podem reduzir o impacto do esgotamento e criar ambientes mais saudáveis.

De maneira geral, os estudos nacionais reunidos por Jarruche e Muchi (2021) evidenciam que médicos e enfermeiras, sobretudo mulheres, estão entre os mais atingidos. Gomes et al. (2024) complementam essa visão ao analisar redes sociais, onde muitos profissionais expressam a luta por reconhecimento e valorização — uma demanda que se conecta diretamente ao sentimento de desgaste vivido no dia a dia.

Assim, o burnout não deve ser visto apenas como um problema individual, mas como reflexo das condições de trabalho, da qualidade da gestão, da cultura organizacional e do reconhecimento social da profissão. As pesquisas deixam claro que, apesar de sua intensidade variar em diferentes contextos, os impactos são sempre profundos e interligados. Isso torna urgente a implementação de

políticas que valorizem os profissionais da saúde, fortaleçam sua saúde mental e melhorem de forma concreta suas condições de trabalho.

4. Conclusão

A pesquisa demonstrou que a Síndrome de Burnout tem repercussões diretas e profundas na vida pessoal e profissional dos enfermeiros, sendo caracterizada principalmente por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Esses sintomas comprometem a saúde física e mental dos trabalhadores, reduzindo sua motivação, desempenho e qualidade de vida, ao mesmo tempo em que afetam a qualidade da assistência oferecida, colocando em risco a segurança dos pacientes. Evidenciou-se que fatores como sobrecarga de trabalho, múltiplos vínculos empregatícios, condições laborais precárias, ausência de reconhecimento e apoio institucional estão entre os principais desencadeadores e agravantes da síndrome, tendo sido intensificados no período da pandemia de COVID-19.

Diante disso, conclui-se que enfrentar o Burnout exige intervenções efetivas que incluam políticas institucionais de valorização profissional, investimento em ambientes de trabalho mais saudáveis, suporte psicológico contínuo e condições adequadas para o exercício da enfermagem. Somente por meio dessas medidas será possível reduzir os impactos da síndrome, preservar a saúde mental e física dos enfermeiros e garantir uma assistência segura, humanizada e de qualidade à população.

5. Referências

1. Falce JL, et al. Influência do burnout no comprometimento organizacional em profissionais de saúde. *RAE Rev Adm Empresas*. 2023;63(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-759020230305x>
2. Sousa VT, et al. Esgotamento profissional e cultura de segurança do paciente na Atenção Primária à Saúde. *Rev Bras Enferm*. 2023;76(3). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0311pt>
3. Patrício DF, et al. Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar. *Cad Saude Colet*. 2021;29(4):441-448. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x202129040441>
4. Damaceno RC, França DMVR, Lacerda ABM, Lüders D. Aspectos de saúde geral, mental e auditiva de trabalhadores da equipe de enfermagem de um hospital público acometidos pela Covid-19. *Rev CEFAC*. 2025;27(1):e2124. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0216/20252712124s>
5. Gomes BC da S, Rodrigues AA, Lima RS. A luta pelo piso salarial da enfermagem: percepções dos usuários do Instagram. *J. nurs. health*. [Internet]. 5º de dezembro de 2024 [citado 5º de setembro de 2025];14(3):e1427203. Disponível em:
6. Oliveira MMLS, et al. Qualidade de vida no trabalho de profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19. *Rev Bras Enferm*. 2024;77(Suppl 1):e20230291. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0461pt>
7. Soares JP, et al. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa. *Saude Debate*. 2022;46(esp. 1):385-398. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E126>
8. Kantorski LP, Oliveira MM de, Alves PF, Treichel CADS, Wunsch CG, Santos LHD, et al. Intenção em deixar a Enfermagem durante a pandemia de COVID-19. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2022;30:e3613. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.5815.3613>
9. Silva DPA, Miclos PV. Enfermagem na Atenção Primária à Saúde: associação entre liderança, capital psicológico e implicações no burnout. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2022;75(Suppl 3):e20210942. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0942pt>
10. Jarruche LT, Mucci S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa.

- Rev Bioét [Internet]. 2021;29(1):162-73. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-80422021291456>
11. Ribeiro EKA, dos Santos RC, de Araujo-Monteiro GKN, Brandão BML, da Silva JC, Sauto RQ. Influência da síndrome de burnout na qualidade de vida de profissionais de enfermagem: estudo quantitativo. Rev Bras Enferm [Internet]. 2021;74(Suppl 3):e20200298. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0298>
 12. Dalmolin GL, et al. Burnout, clima ético e organização do trabalho em unidade de terapia intensiva covid-19: estudo misto. Rev Bras Enferm [Internet]. 2023;76(Suppl 3):e20220684. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0684pt>
 13. Barbosa GC et al. Preditivos de sobrecarga em trabalhadores de saúde mental durante a pandemia de COVID-19. Rev Bras Enferm [Internet]. 2022;75(Suppl 2):e20210762. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0762pt>
 14. Pai DD et al. Fatores associados à qualidade de vida de residentes multiprofissionais em saúde. Rev Bras Enferm [Internet]. 2022;75(Suppl 2):e20210541. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0541pt>
 15. Magalhães AM, Trevilato DD, Pai DD, Barbosa AS, Medeiros NM, Seeger VG, et al. Burnout profissional da equipe de enfermagem atuante no enfrentamento da pandemia de coronavírus. Rev Bras Enferm [Internet]. 2021 nov 29;75(Suppl 1):e20210498. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0498>