

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

SÍNDROME DE *BURNOUT*: O IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Franciny Assis Moreira, Aline Llanos de Oliveira, Paula Fernanda de Oliveira
Santos

Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi,
2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, francinyassismoreira@gmail.com,
aline.llanos@univap.br, paula.foliveiras@gmail.com

Resumo

A Síndrome de *Burnout* caracteriza uma pessoa que chegou ao seu limite de esgotamento psíquico e fisiológico. Este estudo tem como objetivo abordar a Síndrome de *Burnout* em seus aspectos, e como estes afetam os profissionais de Enfermagem. Trata-se de uma revisão integrativa nas bases de dados *Scientific Eletronic Libraly Online* (SciELO), Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Pubmed entre os anos de 2013 a 2023. Foram selecionados 25 artigos que evidenciaram os impactos da Síndrome de *Burnout* na qualidade de vida destes profissionais. Entende-se que a Síndrome de *Burnout* afeta significativamente a exaustão emocional sendo a principal responsável por levar a um declínio na saúde e na qualidade de vida.

Palavras-chave: *Burnout*; Enfermagem; Qualidade de Vida.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde.

Introdução

A Síndrome de *Burnout* (SB) é caracterizada por situações em que a tensão e o estresse provocados pelas condições de trabalho intenso, leva a um esgotamento profissional, manifestando a partir de sintomas específicos, se desenvolvendo a partir da exposição prolongada a estressores emocionais e interpessoais no trabalho (REIS *et al.*, 2022).

A principal causa da SB deve-se a: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do sentimento de realização profissional. É avaliada como uma resposta emocional a situações de estresse crônico decorrentes de relacionamentos intensos envolvendo o trabalho com outras pessoas (PAIVA *et al.*, 2019).

Os impactos causados pela estafa profissional na qualidade de vida do profissional de Enfermagem podem ter consequências na saúde física e psicossocial do trabalhador estando sua vulnerabilidade relacionada a cargas biológicas, psíquicas, fisiológicas, químicas, físicas e mecânicas. Tais cargas possuem um grau de incidência maior, dependendo da função exercida no ambiente hospitalar (SANTOS *et al.*, 2021).

Diante do exposto o *burnout* pode ser considerado um grande problema no mundo profissional, sendo uma preocupação especialmente no ambiente profissional da Enfermagem, trazendo impacto diretamente em sua saúde mental. Com isso, este estudo tem como objetivo analisar os aspectos da Síndrome de *Burnout*, e como esta síndrome afeta a qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem.

Metodologia

Realizou-se revisão bibliográfica integrativa utilizando os Descritores de Ciências da Saúde (DeCs): *Burnout*; Enfermagem; Qualidade de Vida. Os dados foram obtidos nas bases de dados: *Scientific Eletronic Libraly Online* (SciELO), Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Pubmed.

Como critérios de inclusão, selecionou-se artigos completos, publicados nos períodos de 2013 a 2023 em língua portuguesa, relativos à Síndrome de *Burnout* nos profissionais de Enfermagem respondendo a questão norteadora: qual o impacto na saúde mental dos profissionais de Enfermagem? Para critérios de exclusão foram considerados: artigos que estivessem fora do período

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

proposto, artigos de revisão, artigos de reflexão, artigos de acesso pago, artigos duplicados entre as bases de pesquisa e aqueles que não abordavam diretamente o tema do presente estudo.

Resultados

Para a busca de artigos, diferentes descritores foram utilizados em cada base de dados, na SciELO: *Burnout*, Enfermagem e Qualidade de Vida; na BDNF *Burnout*, Enfermagem e Qualidade de Vida; na LILACS: *Burnout*, Enfermagem e Qualidade de Vida; na Pubmed: *Burnout*, Enfermagem e Qualidade de Vida e, após os critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 25 artigos para compor esta revisão, conforme mostra a Tabela 1, descrevendo os artigos utilizados neste trabalho:

Tabela 1 – Distribuição dos artigos encontrados sobre Síndrome de *Burnout* e seu impacto no profissional de Enfermagem.

Autores	Ano de publicação	Título	Objetivo
VILLAGRAN <i>et al.</i>	2023	Associação do sofrimento moral e Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros de hospital universitário.	Analisar a associação entre sofrimento moral e síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros de hospital universitário.
SAUANE	2023	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem do serviço de urgência médico-cirúrgica de uma região norte de Portugal.	Caracterizar o perfil sociodemográfico e profissional da amostra; identificar o nível de <i>burnout</i> percebido pelos Enfermeiros do Serviço de Urgência Médico-cirúrgica, analisar o nível das diferentes dimensões do <i>burnout</i> na amostra em estudo e analisar a relação entre as pontuações médias das dimensões do <i>burnout</i> e as variáveis sociodemográficas e profissionais.
BURLIM; JUNIOR	2023	A Síndrome de <i>Burnout</i> e a qualidade de vida da equipe de enfermagem em ambiente hospitalar.	Analisar a presença ou não da SB e a QV dos profissionais da equipe de enfermagem.
SILVA; CRUZ; ARRUDA.	2023	Preditores relacionados ao diagnóstico da síndrome de <i>burnout</i> .	Discorrer sobre a Síndrome de <i>Burnout</i> e os impactos na saúde mental dos profissionais de enfermagem, bem como verificar os benefícios e desafios da psicologia.
FÓFANO <i>et al.</i> ,	2022	Fatores associados à Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem em unidades de terapia intensiva: uma revisão de literatura.	Revisar a literatura que aborda os fatores que contribuem para o desgaste profissional dos enfermeiros dentro das Unidades de Terapia Intensiva.
REIS <i>et al.</i>	2022	Ocorrência da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros intensivistas durante o período pandêmico da covid-19.	Evidenciar a ocorrência epidemiológica da Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiro intensivistas durante o período pandêmico da Covid-19.
SILVA; ALVES.	2022	Síndrome de <i>Burnout</i> e os impactos decorrentes na qualidade de vida dos profissionais da enfermagem.	Mostrar a importância do diagnóstico da Síndrome de <i>Burnout</i> no enfermeiro a partir dos diversos processos pelos quais esses profissionais são responsáveis.
GALVÃO <i>et al.</i>	2021	Síndrome de <i>Burnout</i> e esgotamento profissional entre enfermeiros: uma revisão de literatura.	Fazer uma análise reflexiva sobre o estresse vivenciado rotineiramente pelos Enfermeiros, e sua consequência na qualidade de vida desses profissionais.
SANTOS <i>et al.</i>		Impactos da Síndrome de <i>Burnout</i> na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: revisão da literatura.	Identificar na literatura os fatores, representações e efeitos da Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem hospitalar.
ARAÚJO; FARIA.	2021	Síndrome de <i>burnout</i> em profissionais da saúde: revisão de literatura.	Avaliar publicações sobre os fatores que desencadeia a Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) os profissionais da saúde entre os anos de 2010 a 2021.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

PAIVA <i>et al.</i>	2019	Fatores desencadeantes da Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros.	Identificar o conhecimento exposto na literatura sobre os fatores desencadeantes da Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros.
FARIA <i>et al.</i>	2019	Saúde mental dos enfermeiros: contributos do <i>burnout</i> e <i>engagement</i> no trabalho.	Conhecer os níveis de <i>burnout</i> e de numa amostra de enfermeiros <i>engagement</i> , a sua inter-relação e variação em função de características sociodemográficas/laborais.
BATISTA <i>et al.</i>	2019	Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros: consequências na atividade profissional.	Analisar a literatura existente sobre o tema, a fim de construir um referencial teórico que servirá para orientar os estudos sobre a Síndrome.
BRITO; SOUSA; RODRIGUES.	2019	Síndrome de <i>Burnout</i> : estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem.	Identificar na literatura estratégias utilizadas para prevenir ou tratar esta síndrome.
NOGUEIRA <i>et al.</i>	2018	<i>Burnout</i> e ambiente de trabalho de enfermeiros em instituições públicas de saúde.	Identificar associações entre os domínios do <i>Burnout</i> e as características do ambiente de trabalho.
MOURÃO <i>et al.</i>	2017	Síndrome de <i>Burnout</i> no contexto da enfermagem.	Abordar as experiências inerentes ao contexto dos profissionais da enfermagem e suas possíveis relações com a síndrome de <i>Burnout</i> .
OLIVEIRA; LIMA; VILELA.	2017	Incidência da síndrome de <i>burnout</i> nos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa.	Explorar as produções científicas disponíveis analisando a incidência da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais da área da enfermagem.
OLIVEIRA <i>et al.</i>	2017	Estresse ocupacional e <i>burnout</i> em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho.	Discorrer sobre a Síndrome de <i>Burnout</i> .
CÂNDIDO <i>et al.</i>	2017	Síndrome de <i>Burnout</i> : as novas formas de trabalho que adoecem.	Analisar a Síndrome de <i>Burnout</i> suas causas, sintomas, a relação da tecnologia a nas relações de trabalhos disfuncionais atuais e os tratamentos disponíveis.
SILVA <i>et al.</i>	2016	Relação entre a resiliência e <i>burnout</i> : Promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros.	Analisar as dimensões envolvidas na Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros de um serviço de emergência.
FAGUNDES.	2016	Síndrome de <i>Burnout</i> entre profissionais de saúde: uma revisão de literatura.	Identificar como tem sido descrita nos últimos cinco anos, a Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais da Saúde que atuam no Brasil.
FERREIRA; LUCCA.	2015	Síndrome de <i>Burnout</i> em técnicos de enfermagem de um hospital público do estado de São Paulo.	Avaliar a prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> em técnicos de enfermagem de um hospital público universitário e sua associação com as variáveis sociodemográficas e profissionais.
GASPARINO; GUIARDELLO.	2015	Ambiente da prática profissional e <i>burnout</i> em enfermeiros.	Avaliar o ambiente da prática profissional do enfermeiro, sua relação com a síndrome de <i>burnout</i> e diferenças entre três instituições.
HOLMES <i>et al.</i>	2014	Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida.	Analisar a Síndrome de <i>Burnout</i> .
OLIVEIRA; COSTA; SANTOS.	2013	Síndrome de <i>burnout</i> em enfermeiros: uma revisão integrativa.	Analisar como os estudos científicos descrevem a Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros.

Fonte: As autoras, 2023.

Discussão

Cândido *et al.* (2017), Reis (2022), citando o Ministério da Saúde, “a Síndrome de *Burnout* é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade, sendo a principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho, porém, destaca-se que o *burnout* está diferenciado da depressão, do estresse rotineiro e da ansiedade”.

Para Ferreira, Lucca (2015), Mourão *et al.* (2017), Villagran *et al.* (2023), caracterizam a SB como: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, sendo uma temática

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

investigada em serviços de saúde, nos quais os profissionais de saúde são expostos aos altos níveis de estresse no trabalho, demonstrando níveis entre moderado a grave; no que diz respeito aos sintomas, são observados um ou mais sinais e sintomas que incluem irritabilidade, estresse, agitação, ansiedade, depressão, falta de cuidado, negligência, falta de atenção, distúrbios do sono, dores de cabeça, tonturas, falta de ar, cansaço físico e mental, mudanças de humor, queda de cabelo, hipertensão, altos níveis de estresse, alterações no comportamento, dificuldades nos relacionamentos interpessoais, distúrbios neurológicos, dificuldade de concentração, alergias e dores em geral.

Segundo Ferreira, Lucca (2015), no setor da saúde e hospitalar observa-se rápido e contínuo desenvolvimento tecnológico, subdivisão do trabalho e expansão das especialidades acentuando devido a hierarquia de autoridade com canais formais de comunicação e um grande conjunto de regras e normas para seu funcionamento, propiciando o surgimento de conflitos entre os profissionais do mesmo nível, entre seus gestores e com a própria administração. Esses fatores aliados à precariedade das condições de trabalho, podem colocar os profissionais de saúde em risco para a Síndrome de *Burnout*.

Batista *et al.* (2019), citam que o exercício da profissão de Enfermagem reúne vários fatores que podem provocar o aparecimento de problemas para a saúde pois na prática profissional existe a frustração e o descontentamento em relação ao seu exercício, consequente de uma sobrecarga de trabalho devido à demanda e ao déficit de pessoal em todo o hospital e pela baixa remuneração, não correspondente à preparação profissional e, Paiva *et al.* (2019), definem que, embora o *burnout* não seja diretamente considerado estresse, ele é causado pelo seu processo crônico fazendo com que a Enfermagem ocupe o quarto lugar entre as profissões mais estressantes destacam-se, entre os sintomas, a sobrecarga de trabalho, a indefinição de papéis na categoria e a falta de reconhecimento, acarretando sua desvalorização com profissionais.

Silva *et al.* (2017), Silva *et al.* (2022) descrevem que os Enfermeiros exercem a sua atividade num ambiente de trabalho fértil em fatores que favorecem o aumento dos níveis de estresse no trabalho como: prolongamento de turnos de trabalho, redução de recursos humanos, cumprimento de objetivos institucionais, relações de poder e hierárquicas extremamente demarcadas, exposição a agentes biológicos e químicos, fazendo com que essa doença os atinja com maior incidência que a outros profissionais envolvidos na mesma área de atuação e, juntamente com o estresse, o esgotamento físico e a depressão se desenvolvem e crescem comprometendo cada vez mais sua vida social e profissional.

Fófano *et al.* (2022), referem que além dos efeitos negativos para a Instituição e para o empregador há também os malefícios para os profissionais que se encontram esgotados profissionalmente e para suas famílias, que também sofrem com as consequências geradas pelos sintomas físicos e emocionais da síndrome, as quais desgastam e comprometem todo o seu estado de equilíbrio. Complementando por Silva *et al.* (2022) esses danos são irrefutáveis, acarretando redução drástica na qualidade da assistência prestada nos serviços de saúde aos pacientes e familiares. Neste sentido, tem sido fundamental a qualidade de vida como propósito para manter a saúde, por meio do autoconhecimento, percepções de objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

Pearl Holmes *et al.* (2014) os componentes essenciais para qualidade de vida envolvem o bem-estar físico, psicológico, espiritual, social, lazer, progresso pessoal, e outras circunstâncias da vida. É considerado também que o indivíduo tenha uma boa alimentação, realize atividades físicas, tenha um sono de qualidade, tornando o autocuidado indispensável para estar em um ambiente saudável, como enfatizado pelos autores citados, devendo a qualidade de vida no trabalho ser praticada por meio de ações que promovam um ambiente laboral saudável e produtivo, com relações humanizadas e que possa realizar suas funções com satisfação e bem-estar. Silva *et al.* (2022) agregam os interesses da organização e colaboradores, trazendo qualidade e eficiência, valorizando a competência, e o conhecimento que o trabalhador agrega ao realizar suas atividades.

É importante analisar que a qualidade de vida do profissional que presta a assistência está diretamente relacionada com sua integridade psicológica, uma vez que, não havendo condições plenas de atenção e calma, aumentam consideravelmente a possibilidade de erro nas atividades/procedimentos de Enfermagem, onde este perfil psicológico afeta e potencializa o estresse no trabalho em saúde (OLIVEIRA *et al.*, 2013).

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Conclusão

A Síndrome de *Burnout* afeta significativamente a qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem. A exaustão emocional é a principal responsável por levar a um declínio na saúde e na qualidade de vida. O Enfermeiro pode sentir-se constantemente exausto, sem energia e recursos emocionais para lidar com as demandas da profissão, resultando em um estado de desgaste crônico que compromete não apenas sua vida profissional, mas também sua vida pessoal. Assim a Síndrome de *Burnout* afeta negativamente a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem, comprometendo a saúde física, mental e emocional.

Referências

- BATISTA, K. O. *et al.* Síndrome de *Burnout* em enfermeiros: consequências na atividade profissional. **ReBIS.**, v. 1, n. 4, p. 61-65, 2019. Disponível em: <https://faculdadejk.edu.br/wp-content/uploads/2022/05/53-Texto-do-Artigo-122-3-10-20200701.pdf>. Acesso em: 02 de ago. 2023.
- CÂNDIDO, J. *et al.* Síndrome de *Burnout*: as novas formas de trabalho que adoecem. **Psicologia.pt**. 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1054.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2022.
- FERREIRA, N. N.; LUCCA, S. R. Síndrome de *Burnout* em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Revista Brasileira de Epidemiologia.**, v. 18, n. 1, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/rbepid/a/86FGV3TWfpWftNDsPnnfWfW/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 mai. 2023.
- FÓFANO, G. A. *et al.* Fatores associados à síndrome de *burnout* em profissionais de enfermagem em unidades de terapia intensiva: uma revisão de literatura. **Revista Científica UNIFAGOC.**, v. 7, n.1, 2022. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/saude/article/view/860/893>. Acesso em: 22 mar. 2023.
- HOLMES, E. S. *et al.* Burnout syndrome in nurses acting in primary care: an impact on quality of life. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online.**, v. 6, n. 4, p. 1384–1395, 1 out. 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5057/505750770007.pdf>. Acesso em: 22 mar. 2023.
- MOURÃO, A. L. *et al.* Síndrome de *Burnout* no contexto da enfermagem. **Revista Baiana de Saúde Pública.**, v. 41, n. 1, p. 131-143, 2017. Disponível em: <https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/1926/2186>. Acesso em: 12 abr. 2023.
- OLIVEIRA, R. K. M.; COSTA, T. D.; SANTOS, V. E. P. Síndrome de *Burnout* em enfermeiros: uma revisão integrativa. **Revista de Pesquisa e Cuidado é Fundamental Online.**, v. 5, n. 1, p. 3168-75, 2013. Disponível em: http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1409/pdf_682. Acesso em: 04 abr. 2022.
- PAIVA, J. D. M. *et al.* Fatores desencadeantes da síndrome de *Burnout* em enfermeiros. **Revista Enferm UFPE.**, v. 13, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/235894/31370>. Acesso em: 04 dez. 2022.
- REIS, B. S. *et al.* Ocorrência da Síndrome de *Burnout* em enfermeiros intensivistas durante o período pandêmico da Covid-19. 2022. p. 6. Dissertação (Bacharelado em Enfermagem) - Universidade Salvador, Salvador 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/25637/1/TRABALHO%20DE%20CONCLUS%c3%83o%20DE%20CURSO.pdf>. Acesso em: 11 jan. 2023.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

SANTOS, D. R. *et al.* Impactos da síndrome de Burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: revisão da literatura **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 3, p. 23911–23926, 10 mar. 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/26031/20645>. Acesso em: 15 jan. 2023.

SILVA, A. R.; ALVES, M. R. **Síndrome de Burnout e os impactos decorrentes na qualidade de vida dos profissionais da enfermagem**. 2022. p.17. Dissertação (Bacharelado em Psicologia) - Universidade de Uberaba, Uberaba. 2022. Disponível em: <https://repositorio.uniube.br/bitstream/123456789/2048/1/AMANDA%20RIBEIRO%20DA%20SILVA%20E%20MARINA%20RIBEIRO%20ALVES.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2023.

SILVA, S. M. *et al.* Relação entre resiliência e *Burnout*: promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 41, n. 16, 2017. Disponível em: https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/17854/1/2016_Relationship%20between%20Resilience%20and%20Burnout%20Health%20promotion%20Mental%20and%20occupational%20Nurses.pdf. Acesso em: 11 dez. 2022.

VILLAGRAN, C. A. *et al.* Associação do Sofrimento Moral e Síndrome de *Burnout* em enfermeiros de hospital universitário. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, p. e3747, dez. 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/MckTp4VVTYx4YKCKdtFTH7k/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 13 abr. 2023.