



Ocorrência de Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem da Atenção Básica de Saúde

Occurrence of Burnout Syndrome in Nursing Professionals in Primary Health Care

Aparición del Síndrome de Burnout en Profesionales de Enfermería en Atención Primaria de Salud

Eduarda Ferreira da Silva¹ & Enyedja Kerlly Martins de Araújo Carvalho²

1- Faculdade São Francisco da Paraíba, FASP, Cajazeiras, Paraíba, Brasil

2- Faculdade São Francisco da Paraíba, FASP, Cajazeiras, Paraíba, Brasil

Autor Correspondente

Nome: Eduarda Ferreira da Silva

E-mail: geduarda1711@gmail.com

Resumo: Na grande maioria das vezes o trabalho é uma das atividades que ocupa um maior tempo diário na vida dos indivíduos, com isso, pode ocorrer o adoecimento. A sobrecarga de trabalho na atenção básica de saúde é um desafio significativo enfrentado por profissionais da área da saúde em muitos países. Esta pesquisa, teve como objetivo identificar na literatura científica a ocorrência de Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da Atenção Básica de Saúde. Para o levantamento de dados, a metodologia selecionada foi uma pesquisa integrativa, realizada mediante a busca nas bases de dados científicas; LILACS e PUBMED. Constatou-se neste estudo que além da exaustão emocional, a despersonalização, outra característica da Síndrome de Burnout, pode resultar em uma desconexão entre os profissionais de enfermagem e os pacientes. Isso não apenas impacta negativamente a relação de cuidado, mas também pode contribuir para um ambiente de trabalho menos colaborativo e solidário. A perda de sentido e realização pessoal, o terceiro componente da Síndrome de Burnout, pode levar os profissionais de enfermagem a questionarem a importância de seu trabalho, afetando sua motivação e satisfação profissional. Os impactos da Síndrome de Burnout não são limitados apenas ao indivíduo; eles se estendem ao sistema de saúde como um todo. Profissionais de enfermagem sobrecarregados pela Síndrome de Burnout têm maior probabilidade de cometer erros, reduzindo a segurança do paciente. Além disso, o afastamento desses profissionais devido a problemas de saúde relacionados ao burnout pode resultar em lacunas na equipe, aumentando a pressão sobre os colegas remanescentes.

Palavras-chave: Burnout. Enfermeiros. Atenção Primária à Saúde.

Abstract: In the vast majority of cases, work is one of the activities that takes up most of the daily time in individuals' lives, which can lead to illness. Work overload in primary health care is a significant challenge faced by health professionals in many countries. This research aimed to highlight the occurrence, as well as the effects of Burnout syndrome among Primary Health Care Nursing professionals. For data collection, the selected methodology was an integrative research, carried out through a search in scientific databases; LILACS and PUBMED. As a result, this study found that in addition to emotional exhaustion, depersonalization, another characteristic of Burnout Syndrome, can result in a disconnect between nursing professionals and patients. This not only negatively impacts the caregiving relationship but can also contribute to a less collaborative and supportive work environment. The loss of meaning and personal fulfillment, the third component of Burnout Syndrome, can lead nursing professionals to question the importance of their work, affecting their motivation and job satisfaction. The impacts of Burnout Syndrome are not limited to the individual; they extend to the entire healthcare system. Nursing professionals overwhelmed by Burnout Syndrome are more likely to make mistakes, reducing patient safety. Furthermore, the withdrawal of these professionals due to health problems related to burnout can result in gaps in the team, increasing pressure on the remaining colleagues.

Key words: Burnout. Nurses. Primary Health Care.



Resumen: En la gran mayoría de los casos, el trabajo es una de las actividades que ocupa la mayor parte del tiempo diario en la vida de las personas, lo que puede provocar enfermedades. La sobrecarga de trabajo en la atención primaria de salud es un desafío importante al que se enfrentan los profesionales de la salud en muchos países. Esta investigación tuvo como objetivo destacar la ocurrencia, así como los efectos del síndrome de Burnout entre los profesionales de Enfermería de Atención Primaria de la salud. Para la recopilación de datos, la metodología seleccionada fue una investigación integrativa, llevada a cabo mediante una búsqueda en bases de datos científicas; LILACS y PUBMED. Como resultado, este estudio encontró que además de la agotamiento emocional, la despersonalización, otra característica del síndrome de Burnout, puede resultar en una desconexión entre los profesionales de enfermería y los pacientes. Esto no solo afecta negativamente la relación de atención, sino que también puede contribuir a un entorno laboral menos colaborativo y solidario. La pérdida de significado y realización personal, el tercer componente del síndrome de Burnout, puede llevar a los profesionales de enfermería a cuestionar la importancia de su trabajo, afectando su motivación y satisfacción laboral. Los impactos del síndrome de Burnout no se limitan solo al individuo; se extienden a todo el sistema de salud. Los profesionales de enfermería abrumados por el síndrome de Burnout tienen más probabilidades de cometer errores, reduciendo la seguridad del paciente. Además, la retirada de estos profesionales debido a problemas de salud relacionados con el burnout puede resultar en brechas en el equipo, aumentando la presión sobre los colegas restantes.

Palabras clave: Burnout. Enfermeros. Atención Primaria de Salud.

1 INTRODUÇÃO

Na grande maioria das vezes o trabalho é uma das atividades que ocupa um maior tempo diário na vida dos indivíduos, com isso, pode ocorrer o adoecimento. A sobrecarga de trabalho na atenção básica de saúde é um desafio significativo enfrentado por profissionais da área da saúde em muitos países. A atenção básica é a primeira linha de cuidados e desempenha um papel crucial na promoção da saúde, prevenção de doenças e tratamento de condições médicas comuns (Holmes *et al.*, 2014).

Ainda de acordo com Holmes (2014) devido à falta de recursos, pessoal insuficiente e altas demandas da comunidade, os profissionais da atenção básica muitas vezes enfrentam uma carga de trabalho excessiva. Eles precisam lidar com muitos pacientes diariamente, realizar consultas, realizar exames, fornecer tratamentos, além de tarefas administrativas e de documentação. Portanto, eles estão suscetíveis a adquirir a síndrome de *burnout*.

A sobrecarga de trabalho, falta de insumos, estresse psicológico, tarefas repetitivas, sobrecargas de atribuições, condições de trabalho, podem ter consequências negativas tanto para os profissionais da saúde quanto para os pacientes. Os profissionais podem experimentar estresse, exaustão e esgotamento, o que pode levar a erros médicos, menor qualidade de cuidado e até mesmo afetar sua própria saúde física e mental. Relacionado a estes fatores pode levar a desenvolver a síndrome de *burnout*.



Conhecida como síndrome do esgotamento profissional, a síndrome de *Burnout* é causada por distúrbios mentais relacionados ao excesso de trabalho, pressão excessiva de competitividade ou responsabilidade. Levando a exaustão extrema, fadiga, irritabilidade e estresse.

Esta síndrome pode ser caracterizada por três componentes: 1º- exaustão emocional (EE), 2º- redução da realização pessoal (RP) e 3º- despersonalização (DE). O primeiro refere-se a sentimentos de fadiga e diminuição de recursos emocionais necessários para lidar com a situação estressante. O segundo se expressa como falta de perspectivas para o futuro, frustração e sentimentos de incompetência e fracasso. O terceiro componente refere-se a atitude de ceticismo e insensibilidade em relação às outras pessoas.

Tal síndrome é caracterizada como transtorno adaptativo crônico, que está associado às exigências laborais e suas demandas, estresse e esgotamento físico psíquico e emocional crônico do indivíduo (Alkimim *et al.*, 2014). Entender a complexidade da Síndrome requer sensibilidade do profissional de saúde, visto que pode ser confundida com cansaço e estresse, desse modo, é necessário considerar principalmente os aspectos psíquicos e emocionais, observando o tempo de mudança de comportamento e demais alterações que contribuem para o diagnóstico. O rastreio na busca de situações conflitantes e identificação da característica individual dos profissionais contribui na prevenção dessa síndrome (Ferreira *et al.*, 2017).

No entanto, essa síndrome além de afetar o psicológico afeta também o desenvolvimento socioeconômico, desempenho do trabalhador, produtividade e qualidade de vida. Muitos profissionais pedem o afastamento ou aposentadoria dos seus cargos por não estarem capacitados a tratarem seus pacientes podendo levar a negligência, procedimentos errados causados pela falta de atenção, tendo assim uma maior rotatividade de funcionários, diminuindo a qualidade de atendimento.

Devido à alta exposição dos profissionais de enfermagem ao estresse ocupacional no seu trabalho diário, e, sendo o estresse ocupacional o maior fator desencadeador da SB, é de extrema relevância identificar a prevalência desta síndrome dentre esses profissionais, de acordo com os achados na literatura, além de trazer à tona as principais características dos profissionais afetados por este agravo, outros fatores de risco para desencadeamento desta síndrome, bem como as principais consequências para estes profissionais. Sendo assim, esta



pesquisa se torna relevante mediante a necessidade de se aprofundar no conhecimento da SB nestes profissionais, para que futuras intervenções sejam realizadas na busca de prevenir sua ocorrência. Para tanto, este estudo objetivou identificar na literatura científica a ocorrência de Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da Atenção Básica de Saúde.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 SÍNDROME DE BURNOUT: CONCEITO E DEFINIÇÃO

Têm ocorrido mudanças acentuadas na vida dos seres humanos, especialmente no âmbito do trabalho. Essas alterações são complexas e intensas e têm contribuído com a necessidade de o homem tornar-se polivalente e apto a executar múltiplas atividades laborais. O exercício laboral envolve situações distintas de risco, de acidentes e de formas de adoecimento, dependentes intrinsecamente das condições de gênero e das condições gerais de trabalho. Os riscos específicos do processo de trabalho denominam-se “agentes de risco” (Ribeiro *et al.*, 2012).

É observado o desencadeamento de efeitos cognitivos e emocionais, através do desenvolvimento da disforia, isto é, comprometimento no estado de humor, aumento da pressão arterial, rubor facial, cefaleia, insônia, mialgia, fadiga respiratória, taquicardia, tremores musculares, inapetência, alteração cardiovascular, dores estomacais e lombalgias. Com o agravamento dessas sintomatologias, o indivíduo apresenta risco aumentado para desenvolver patologias mais agravantes à sua saúde, como síndrome depressiva, síndrome do pânico, distúrbios mentais e neurológicos e infarto agudo do miocárdio (De Moraes Filho; De Almeida, 2016).

O estresse por sua vez, é definido como um conjunto de reações que acarretam desgaste e exaustão no organismo do trabalhador. Sendo assim, estresse ocupacional está relacionado às constantes adaptações ameaçadoras, que causam perturbações psicológicas após experiência vivenciada, desencadeando irritabilidade, ansiedade, frustração, cansaço ou desamparo. Então, isto provoca mudanças psicofisiológicas do trabalhador, uma vez que após a exposição do organismo a um esforço, seja físico ou mental. O corpo reage a esses estímulos como forma de



adaptação para determinada situação, manifestando a Síndrome de Burnout (Meneghini *et al.*, 2011)

A Síndrome de Burnout caracteriza-se por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal sendo reconhecida como um grande problema que afeta a qualidade de vida de profissionais principalmente da saúde, educação e serviços humanos (Silva *et al.*, 2015; Bastos; Sousa, 2019).

Para Klebian *et al.*, (2015) a síndrome de Burnout pode ser determinada como uma das consequências mais marcantes de estresse profissional, sendo caracterizada como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto, excessivo e estressante com o trabalho. Essa patologia faz com que o profissional perca o interesse pelo trabalho, de forma que as relações e os acontecimentos deixam de ter importância e qualquer esforço pessoal pareça inútil.

A síndrome de Burnout (SB) foi descrita pela primeira vez pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974 (Freudenberger, 1974) e atualmente está inserida na Classificação Internacional de Doenças CID-11 sob o código QD85 (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2019). Christina Maslach (1976) propôs um modelo teórico para caracterizar a SB, definindo-a como uma resposta prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho que se apresenta em três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001).

Ultimamente, a Organização Mundial de Saúde (OMS) oficializou a Síndrome de Burnout como uma síndrome crônica, definindo-a como um fenômeno ligado ao trabalho. A síndrome foi inserida na nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11), entrando em vigor no dia 1º de janeiro de 2022. Tendo como conceito definido pela OMS, o resultado do estresse crônico no local de trabalho, não tendo sido gerenciado com sucesso, bem como uma condição que pode ser explicitada em três variáveis: 1. Exaustão emocional, caracterizada pelo sentimento de esgotamento emotivo; 2. Decadência na realização profissional, com consequente diminuição da eficiência laboral; 3. Despersonalização, atribuída à ausência de sensibilidade emocional. Tendo em vista este avanço, a OMS pretende dar início ao desenvolvimento de diretrizes baseadas nas evidências acerca do bem-estar mental no ambiente laboral (World Health Organization, 2019)



2.2 SÍNDROME DE BURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM DA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Os profissionais da enfermagem, durante suas tarefas cotidianas, expõem-se a diversos riscos relacionados com o labor, que podem ser causados por fatores físicos, químicos, de acidentes ou mecânicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais, podendo causar doenças ocupacionais e acidentes de trabalho. Para a produção de serviços de enfermagem, o processo de trabalho apresenta particularidades, decorrentes da maneira como ele é organizado e desenvolvido, sobrepondo aos trabalhadores cargas de trabalho específicas, as quais trazem repercussões importantes a sua saúde física e mental (Barros *et al.*, 2017).

Os profissionais de saúde atuantes na Atenção Primária à Saúde (APS), na Estratégia Saúde da Família, deparam-se cotidianamente com conflitos familiares, vulnerabilidade social, além da violência urbana e rural, afetando-lhes diretamente em decorrência de seu trabalho em áreas de periferias e comunidades carentes (Siqueira *et al.*, 2013; Barros *et al.*, 2017).

Nesse contexto, Silva *et al.* (2020) relatam que os profissionais de enfermagem atuantes na APS são indivíduos propensos ao desenvolvimento da SB, por lidarem constantemente com conflitos familiares, situações de vulnerabilidade social, violência, dentre outras atividades que podem afetar o seu emocional. Assim, torna-se evidente a necessidade de entender quais os fatores de risco que podem ocasionar a SB nesses fatores. Além dos fatores externos citados, pode-se citar também os fatores internos do ambiente ocupacional que são vivenciados pela equipe, como ter que lidar com as dores do paciente, elevada demanda de atendimentos, carga horária excessiva e baixa remuneração, condições insalubres no ambiente de trabalho e pouca valorização pela gestão e por parte da população (Miranda, 2021).

4.3 PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT NOS ENFERMEIROS

Na concepção clínica é avaliado o estado de exaustão, resultante do trabalho esgotante. Na concepção sociopsicológica, são avaliados o estresse laboral e a percepção do tratamento mecânico frente ao paciente e colega de trabalho. Na concepção organizacional, é observado se



os sintomas aparentes, compõem o estresse ocupacional. A concepção sócio-histórica, analisa as condições sociais, sendo identificado se isto apresenta relevância ao tratamento com o próximo (Murofuse *et al.*, 2005).

Quando se observa a dinâmica organizacional do trabalho em uma Unidade básica de saúde percebe-se que há uma sobrecarga de movimento e tensão ocupacional, sendo necessário monitorar periodicamente a saúde mental e física desses trabalhadores, a fim de desenvolver estratégias que possam reorganizar o processo de trabalho diminuindo as fontes de estresse (Silva *et al.*, 2016). Em se tratando da escolha do tratamento da SB é levada em consideração o início e os sinais e sintomas que o profissional apresenta. Tem-se a alternativa de método medicamentoso e/ou terapia, e, também, a intervenção no ambiente que o trabalhador atua (Oliveira, 2013)

3 MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, método que de acordo com De Sousa; Bezerra e Do Egypto (2023), possibilita analisar a literatura existente, proporcionando uma compreensão abrangente de determinado objeto de estudo, podendo ser aplicada a diversos temas e estudos, de forma a contribuir para a prática de enfermagem baseada em evidências científicas. Desta forma, o estudo seguirá as 6 etapas distintas da revisão integrativa, sendo elas: 1) elaboração da questão de pesquisa; 2) definição das bases de dados e critérios para inclusão e exclusão de estudos; 3) Seleção dos estudos; 4) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 5) avaliação e interpretação dos estudos incluídos na revisão; ; 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

No desenvolvimento dessa estratégia, foi considerado o seguinte questionamento: *Qual a ocorrência de Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da atenção básica de saúde?* Buscando assim, auxiliar, juntamente aos gestores das Unidades Básicas de Saúde na elaboração de estratégias direcionadas à promoção de saúde dos profissionais de enfermagem, planejando melhor qualidade de vida aos mesmos, desencadeando assim, a melhor prestação de serviço aos pacientes.



Foram adotados como critérios de inclusão: estudos primários com texto integral disponível eletronicamente, de forma gratuita, que apresentassem a ocorrência de Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da atenção básica, nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados nos últimos 05 anos e que respondessem ao objetivo da pesquisa. Os critérios de exclusão foram: literatura cinzenta, estudos que incluíam outros profissionais da área da saúde, como médicos, dentistas etc.

Os dados foram coletados a partir de artigos primários disponíveis em bases de dados: *National Library of Medicine* (PUBMED), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): (Burnout) AND (Enfermeiros) AND (Atenção Primária à Saúde), foram utilizados nos idiomas: português, inglês ou espanhol, publicados entre o período de 2018 a 2022. Durante as buscas foram localizados 50 estudos publicados dentro do recorte temporal pré estabelecido, mediante a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, restaram apenas 10 estudos.

3 RESULTADOS

Através do levantamento de dados, a amostra selecionada foi organizada no quadro 1 e 2, estruturada em informações relevantes da pesquisa. No quadro 1, os estudos foram organizados de acordo com: Título, autor, ano de publicação, objetivo do estudo, periódico e base de dados em que a pesquisa foi retirada.

Quadro 1: Descrição da amostra selecionada.

N	Título	Autor/ Ano	Periódico	Base de dados
1	Características, ambientes de trabalho e taxas de burnout e insatisfação profissional entre enfermeiros da atenção primária.	Nikpour; Carthon, 2023	Perspectivas de Enfermagem	LILACS
2	Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19.	Rezer; Faustino, 2022	Journal Health NPEPS,	LILACS
3	Análise dos Riscos da Síndrome de Burnout nos Profissionais de	Nascimento <i>et al.</i> , 2022	Revista Enfermagem Atual In Derme	LILACS



	Enfermagem da Atenção Primária.			
4	Síndrome de Burnout em profissionais enfermeiros na atenção primária à saúde.	Santos <i>et al.</i> , 2021	Brazilian Journal of Development	PUBMED
5	Burnout do profissional de enfermagem da atenção primária e percepções sobre a qualidade do atendimento.	Abraham <i>et al.</i> , 2021	Nursing forum	LILACS
6	Burnout de enfermagem e seu impacto na saúde.	Sullivan <i>et al.</i> , 2022	The Nursing clinics of North America	PUBMED
7	Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde.	Ramos <i>et al.</i> , 2019	Rev. bras. ciênc. saúde	LILACS
8	Características e prevenção da síndrome de burnout em enfermeiros.	Czeglédi <i>et al.</i> , 2019	Orvosi hetilap	PUBMED
9	Satisfaction, stress and burnout of nurse managers and care nurses in Primary Health Care	Garcia <i>et al.</i> , 2021	Revista da Escola de Enfermagem da USP	LILACS
10	The environment of professional practice and Burnout in nurses in primary healthcare	Lorenz <i>et al.</i> , 2022	Revista Latino-Americana de Enfermagem	LILACS

Fonte: Autores, 2023.

Quadro 2: Detalhamento das principais informações da amostra.

N	Principais Resultados
1	Nesta pesquisa, os resultados apontam que aproximadamente um terço dos enfermeiros de cuidados primários estavam esgotados e insatisfeitos com os seus empregos, com o maior risco destes resultados em clínicas comunitárias.
2	Constatou-se que tanto enfermeiros da unidade hospitalar como docentes aumentaram a exaustão emocional e despersonalização, com redução da realização profissional, indicativo de síndrome de <i>burnout</i> . Os enfermeiros da Atenção Básica tiveram acréscimo na despersonalização.
3	Os resultados desta pesquisa, apresentaram que dentre os fatores de risco, foi evidenciado que os profissionais acreditam que poderiam fazer mais pelas pessoas assistidas (21,6%) e sentem-se esgotados quando chega ao final do turno de trabalho (21,6%). Contudo, existe a necessidade de analisar as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem atuantes na atenção primária, pois estão inseridos em um ambiente com diversos fatores de risco para a Síndrome de Burnout.
4	De modo de geral os enfermeiros são acometidos pela Síndrome de Burnout, geralmente, com moderados índices de EE e com outras dimensões também afetadas, como DP e RP, e que aqueles indivíduos quando não afetados, ainda possuem elevadas chances de desenvolverem. Constatou-se que além dos profissionais enfermeiros outras classes profissionais que atuam na saúde também são afligidas pela patologia.



5	Pode-se perceber em análise aos resultados que o Burnout está relacionado com percepções mais baixas de qualidade do cuidado, mas ambientes favoráveis foram relacionados com percepções mais altas de qualidade.
6	A incidência de burnout na enfermagem é uma preocupação premente, pois os profissionais de enfermagem frequentemente enfrentam uma carga de trabalho intensa, pressões emocionais e desafios complexos no ambiente hospitalar. Diversos fatores de risco contribuem para o desenvolvimento do burnout nessa categoria profissional, incluindo altas demandas laborais, falta de recursos, longas jornadas de trabalho e interações frequentes com situações emocionalmente intensas.
7	O profissional acometido pela SB tende a apresentar diminuição em seu rendimento de trabalho e dificuldades na relação com a equipe de trabalho, refletindo o impacto negativo que a síndrome traz para a qualidade de vida.
8	É importante considerar que o esgotamento tem um impacto negativo na saúde e na situação econômica dos indivíduos. Além disso, o esgotamento diminui a adesão, reduz a qualidade dos cuidados e influencia a prevalência de negligência médica e complicações. Portanto, a identificação, prevenção e tratamento do burnout são de interesse público.

Fonte: Autores, 2023.

4 DISCUSSÃO

A Síndrome de Burnout é uma condição amplamente reconhecida que afeta profissionais de diversas áreas, e os profissionais de enfermagem na Atenção Básica de Saúde não estão imunes a seus impactos. Este fenômeno resulta de estresse crônico no ambiente de trabalho, manifestando-se com exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. No contexto da enfermagem na Atenção Básica, onde a demanda por cuidados é constante e muitas vezes intensa, é crucial examinar as ocorrências e os efeitos da Síndrome de Burnout (Czeglédi *et al.*, 2019).

Sousa (2018), relata que, por estar inserida em uma sociedade capitalista, a maioria dos profissionais de enfermagem possuem dupla jornada de trabalho, vinculando-se a mais de uma instituição de saúde para prestação de serviços, devendo ser levado em consideração o ambiente exaustivo dos serviços de saúde, que gera uma grande sobrecarga de trabalho e de estresse, afetando diretamente na qualidade de vida, comportamento físico e mental, e na prestação de serviços de enfermagem

Para tanto, os profissionais de enfermagem desempenham um papel vital no sistema de saúde, atuando como ponte entre os pacientes e os demais profissionais de saúde. No entanto,



a natureza desafiadora do trabalho pode levar à exaustão emocional, onde a empatia é substituída por sentimentos de desgaste. Esse esgotamento emocional é um dos componentes centrais da Síndrome de Burnout e pode comprometer significativamente a qualidade do atendimento (Ramos *et al.*, 2019).

Além da exaustão emocional, a despersonalização, outra característica da Síndrome de Burnout, pode resultar em uma desconexão entre os profissionais de enfermagem e os pacientes. Isso não apenas impacta negativamente a relação de cuidado, mas também pode contribuir para um ambiente de trabalho menos colaborativo e solidário. A perda de sentido e realização pessoal, o terceiro componente da Síndrome de Burnout, pode levar os profissionais de enfermagem a questionarem a importância de seu trabalho, afetando sua motivação e satisfação profissional (Sullivan; Lorenz *et al.*, 2022).

Os impactos da Síndrome de Burnout não são limitados apenas ao indivíduo; eles se estendem ao sistema de saúde como um todo. Profissionais de enfermagem sobrecarregados pela Síndrome de Burnout têm maior probabilidade de cometer erros, reduzindo a segurança do paciente. Além disso, o afastamento desses profissionais devido a problemas de saúde relacionados ao burnout pode resultar em lacunas na equipe, aumentando a pressão sobre os colegas remanescentes (Rezer; Faustino, 2022).

É crucial reconhecer que a Síndrome de Burnout não é uma fraqueza individual, mas muitas vezes é uma resposta ao ambiente de trabalho. A falta de recursos adequados, a carga de trabalho excessiva e a falta de apoio institucional contribuem significativamente para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem na Atenção Básica. Portanto, as estratégias de prevenção e intervenção devem abordar não apenas o indivíduo, mas também os fatores organizacionais que contribuem para o fenômeno (Abraham *et al.*, 2021).

A promoção de um ambiente de trabalho saudável e de práticas de gestão eficazes são fundamentais para prevenir a ocorrência da Síndrome de Burnout. Isso inclui a implementação de programas de apoio psicológico, a promoção de práticas de autocuidado e a criação de estratégias para gerenciar o estresse no cotidiano profissional. Além disso, é essencial desenvolver políticas organizacionais que reconheçam e abordem as condições de trabalho desfavoráveis que podem levar ao burnout (Nascimento *et al.*, 2022).



O treinamento contínuo em habilidades de enfrentamento e gestão do estresse pode ser uma ferramenta valiosa na prevenção da Síndrome de Burnout. Isso capacita os profissionais de enfermagem a lidar de maneira mais eficaz com as demandas emocionais e físicas do trabalho, reduzindo o impacto negativo sobre sua saúde mental. Além disso, a promoção de um ambiente de trabalho que valorize o equilíbrio entre vida profissional e pessoal é fundamental para mitigar os efeitos do burnout (Nikpour; Carthon, 2023).

Segundo Garcia *et al.*, (2021) a implementação de políticas que reconheçam e recompensem o trabalho árduo dos profissionais de enfermagem na Atenção Básica também desempenha um papel significativo na prevenção da Síndrome de Burnout. O reconhecimento institucional e as oportunidades de avanço na carreira podem melhorar a satisfação no trabalho, fortalecendo o comprometimento dos profissionais com suas responsabilidades (Santos *et al.*, 2021).

Em suma, a ocorrência e os impactos da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem na Atenção Básica de Saúde são questões complexas que exigem uma abordagem multifacetada. A compreensão profunda dos fatores que contribuem para o burnout, juntamente com a implementação de estratégias de prevenção e intervenção, são cruciais para garantir a saúde e o bem-estar desses profissionais, promovendo, assim, a prestação de cuidados de qualidade aos pacientes (Nikpour; Carthon, 2023).

Para tanto, é visto que dentre os profissionais da área da saúde, os enfermeiros estejam mais sujeitos à SB, uma vez que se ocupam mais de perto dos pacientes, principalmente na APS, ao atenderem e acompanharem a comunidade diariamente, destacando a carga de trabalho e a complexidade das tarefas exigidas dos enfermeiros como acima daquelas suportadas por estes, bem como analisam a falta de reconhecimento da função como um fator estressor Silva *et al.*, (2017)

5 CONCLUSÃO

A Síndrome de Burnout representa uma séria ameaça à saúde e bem-estar dos profissionais de enfermagem que atuam na Atenção Básica de Saúde. A análise dos impactos evidencia não apenas o sofrimento individual desses profissionais, mas também as



consequências significativas para a qualidade do atendimento prestado e, conseqüentemente, para a segurança dos pacientes. É imperativo que medidas eficazes sejam adotadas em níveis individual, organizacional e sistêmico para prevenir e mitigar a incidência da Síndrome de Burnout, reconhecendo que a saúde desses profissionais é intrinsecamente ligada à eficácia do sistema de saúde como um todo.

A promoção de ambientes de trabalho saudáveis, a implementação de programas de apoio psicológico e a valorização do equilíbrio entre vida profissional e pessoal são passos essenciais na proteção dos profissionais de enfermagem contra a Síndrome de Burnout. Além disso, a conscientização e a sensibilização sobre a importância do cuidado com a saúde mental no campo da enfermagem são cruciais. A educação contínua sobre estratégias de enfrentamento, gestão do estresse e práticas de autocuidado não apenas capacitam os profissionais a lidar melhor com as demandas do trabalho, mas também contribuem para a construção de uma cultura de apoio e solidariedade dentro das equipes de saúde.

Em última análise, a compreensão abrangente dos fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout e o compromisso com a implementação de políticas e práticas eficazes são essenciais para proteger a saúde mental dos profissionais de enfermagem da Atenção Básica de Saúde. Somente através de esforços coletivos, envolvendo profissionais, gestores e responsáveis pelas políticas de saúde, podemos aspirar a um ambiente de trabalho que preserve a saúde e o bem-estar dos cuidadores, garantindo, por sua vez, a qualidade e segurança dos cuidados prestados à comunidade.

REFERÊNCIAS

ABRAHAM, Cilgy M. et al. Primary care nurse practitioner burnout and perceptions of quality of care. *Nursing fórum*, p. 550-559, 2021.

BASTOS, S. Z. A.; SOUSA, M. N. A. Síndrome de burnout em profissionais da estratégia saúde da família de Pombal-PB, Brasil. *Journal of Medicine and Health Promotion*, v. 4, p. 1160-1174, 2019.

BRAGA, Ludmila Candida de; CARVALHO, Lidia Raquel de; BINDER, Maria Cecília Pereira. Condições de trabalho e transtornos mentais comuns em trabalhadores da rede básica de saúde de Botucatu (SP). *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 1585-1596, 2010.



CZEGLÉDI, Edit; TANDARI-KOVÁCS, Mariann. A kiégés előfordulása és megelőzési lehetőségei ápolók körében. **Orvosi Hetilap**, v. 160, n. 1, p. 12-19, 2019.

DE MORAES FILHO, Iel Marciano; DE ALMEIDA, Rogério José. Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira em promoção da Saúde**, v. 29, n. 3, p. 447-454, 2016.

DE SOUSA, Milena Nunes Alves; BEZERRA, André Luiz Dantas; DO EGYPTO, Ilana Andrade Santos. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. **Observatorio de la economía latinoamericana**, v. 21, n. 10, p. 18448-18483, 2023.

GARCIA, Gracielle Pereira Aires; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Satisfaction, stress and burnout of nurse managers and care nurses in Primary Health Care. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 55, p. e03675, 2021.

HOLMES, Ericka Silva et al. Síndrome de burnout em enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, v. 8, n. 7, p. 1842-1847, 2014.>. Acessado em: 21 de abril de 2023.

KEBIAN, Luciana Valadão Alves; FURTADO, C. M. S. C.; PAULINO, Eva de Fátima Rodrigues. A síndrome de burnout nos estudos de enfermagem: uma revisão bibliográfica. **Rev Corpus et Scientia**, v. 6, n. 2, p. 51-61, 2010.

LORENZ, Vera Regina; GUIRARDELLO, Edinêis de Brito. The environment of professional practice and Burnout in nurses in primary healthcare. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 926-933, 2014.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. Early predictors of job burnout and engagement. **Journal of applied psychology**, v. 93, n. 3, p. 498, 2008.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem. **Rev. Texto e Contexto Enfermagem**. Florianópolis, v.20, n.2, p.225-233, 2011.

MIRANDA, Alan Roberto de O.; AFONSO, Maria Lúcia M. Estresse ocupacional de enfermeiros: uma visão crítica em tempos de pandemia. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 4, p. 34979-35000, 2021.

NASCIMENTO, Francisca Simone Pereira et al. Análise dos Riscos da Síndrome de Burnout nos Profissionais de Enfermagem da Atenção Primária. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 96, n. 38, 2022.



NIKPOUR, Jacqueline; CARTHON, J. Margo Brooks. Características, ambientes de trabalho e taxas de burnout e insatisfação profissional entre enfermeiros da atenção primária. **Perspectivas de Enfermagem**, v. 4, p. 101988, 2023.

PORCIUNCULA, Alice Mariz; VENÂNCIO, Sandra Aparecida; SILVA, Cosme Marcelo Furtado Passos da. Síndrome de Burnout em gerentes da Estratégia de Saúde da Família. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 1555-1566, 2020.

RAMOS, Carlos Eduardo Barbosa et al. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **Rev. bras. ciênc. saúde**, p. 285-296, 2019.

REZER, Fabiana; FAUSTINO, Wladimir Rodrigues. Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19/Burnout syndrome in nurses before and during the COVID-19 pandemic/Síndrome de burnout en enfermeros antes y durante la pandemia de COVID-19. **Journal Health NPEPS**, v. 7, n. 2, 2022.

RIBEIRO, Renata Perfeito et al. O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, p. 495-504, 2012.

SANTOS, Natália Moreira et al. Síndrome de Burnout em profissionais enfermeiros na atenção primária à saúde. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, 2021.

SANTOS, Priscila; PASSOS, Joanir. A síndrome de burnout e seus fatores desencadeantes em enfermeiros de unidades básicas de saúde. **Rev. de pesquisa: Cuidado é fundamental online**. Rio de Janeiro, v.1, n. 2, p. 235-241, 2009.

SILVA, F. G. et al. Predisposição Para Síndrome de Burnout na Equipe de Enfermagem do Serviço de Atendimento Móvel De Urgência. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 1, p. 40-45, 27 fev. 2019.

SILVA, J. L. L. et al. Fatores psicossociais e prevalência da Síndrome de Burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. **Rev. Bras. Ter.Intensiva**, v.27, n. 2, p.125-133, 2015.

SILVA, Salvyana Carla Palmeira Sarmiento et al. A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3011-3020, 2015.

SILVEIRA, Ana. Síndrome de Burnout: Consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Rev. Brasileira de medicina do trabalho**, v.14, n.3, p.275-284, 2016.



SIQUEIRA, Gylvana Feitosa de Figueiredo et al. Trabalho do enfermeiro na atenção primária em saúde: conhecimento dos fatores estressores. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, v. 11, n. 2, p. 72-85, 2013.

SULLIVAN, Virginia; HUGHES, Vickie; WILSON, Debra Rose. Nursing burnout and its impact on health. **Nursing Clinics**, v. 57, n. 1, p. 153-169, 2022.

VALERETTO, Fernanda; ALVES, Dhyeisiane. Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros. **Rev. Saúde física & Mental**, v.3, n.2, p.1-11, 2013.

ZANATTA, Aline Bedin; LUCCA, Sergio Roberto de. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da saúde de um hospital oncohematológico infantil. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 49, p. 0253-0258, 2015.