

Síndrome De *Burnout*: Uma Análise Acerca De Sua Compreensão Para A Enfermagem

Burnout Syndrome: Analysis About Its Understanding For Nursing

Simone Andreatta De Paula

Enfermeira, Pós-Graduanda em Urgência e Emergência em Saúde pelo Centro Universitário Campos de Andrade - UNIANDRADE.

Wellington Fernando Da Silva Ferreira

Enfermeiro, Especialista em Saúde do Idoso e Gerontologia, Mestrando em Saúde Coletiva pela Universidade Federal do Paraná - UFPR.

Edina Correia De Oliveira

Enfermeira, Mestranda em Educação pela Universidad de la Empresa - UDE - Uruguai, Docente titular da Coordenação de Estágio em Enfermagem do Centro Universitário Campos de Andrade - UNIANDRADE.

Denecir De Almeida Dutra

Geógrafo, Doutor em Geografia da Saúde pela Universidade Federal do Paraná UFPR, Docente titular no Departamento de Enfermagem pelo Centro Universitário Campos de Andrade UNIANDRADE.

RESUMO

Introdução: A enfermagem uma das profissões com nível de estresse alto, tem como resposta ao estresse laboral crônico a patologia denominada Síndrome de Burnout, qual trata-se de um conjunto de sinais e sintomas constituídos por: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional decorrente do labor. **Objetivo:** Identificar aspectos clínicos, decorrente de fatores de risco laboral, proporcionando medidas preventivas para o desenvolvimento da compreensão e resiliência profissional. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática de literatura de caráter exploratório, com abordagem qualitativa, realizou-se a busca de estudos em periódicos nacionais em base de dados: SCIELO, LILACS, BIREME, publicados entre os anos de 2011 ao primeiro bimestre de 2018, com amostra final constituída por 24 artigos científicos completos. **Resultados:** A profissão em si é rica de fatores que contribuem para o estresse, associado à baixa qualidade de vida, contribuindo para o desenvolvimento da síndrome, os profissionais buscam relaxamento muitas vezes no álcool, fumo e outras substâncias, podendo desenvolver outras patologias, faz necessário propagar o conhecimento dos profissionais em relação à síndrome e assim buscar novas medidas preventivas. **Conclusão:** A reflexão e compreensão dos aspectos de interfaces sobre a síndrome e a profissão, da patologia para intervir precocemente e buscar novas medidas preventivas, foram evidenciadas, notando-se necessário compreensão da temática, e seus resultados através desta investigação apresentam relevância social, profissional e acadêmica.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, Adoecimento Laboral, Resiliência profissional, Enfermagem.

Abstract

Introduction: Nursing is one of the professions with a high level of stress. It responds to chronic stress in the pathology called Burnout Syndrome, which is a set of signs and symptoms consisting of: emotional exhaustion, depersonalization and resulting low professional achievement of the work. **Objective:** To identify clinical aspects, resulting from occupational risk factors, providing preventive measures for the development of professional understanding and resilience. **Methodology:** This is a systematic review of exploratory literature, with a qualitative approach, the search for studies in national journals was carried out in a database: SCIELO, LILACS, BIREME, published between the years of 2011 to the first half of 2017, with a final sample consisting of 24 complete scientific articles. **Results:** The profession itself is rich in factors that contribute to stress, associated with poor quality of life, contributing to the development of the syndrome, professionals seek relaxation often in alcohol, smoking and other substances, and can develop other pathologies. Necessary to spread the professionals' knowledge about the syndrome and thus seek new preventive measures. **Conclusion:** The reflection and understanding of the interface aspects about the syndrome and the profession, the pathology to intervene early and seek new preventive measures, were evidenced, noting that it is necessary to understand the theme, and its results through this research have social, professional relevance and academic.

Key-words: Burnout Syndrome, Occupational Ado, Resilience, Nursing.

INTRODUÇÃO

A vida moderna, a dinâmica exaustiva do nosso dia a dia, tendo que se adequar as diversas mudanças, as exigências e a velocidade em que tudo acontece principalmente no trabalho, é perceptível (BARBOSA et al.; 2016; OLIVEIRA et al.; 2017; LUCENA et al.; 2018). A evolução trouxe grandes benefícios para a sociedade, mas também o aumento de fatores que interferem diretamente na saúde, trazendo prejuízos como o estresse e a síndrome de *Burnout* (BORGES, et al.; 2016; PAIVA, 2017; PROENCIO et al.; 2017).

O estresse é um estado de tensão aguda ou crônica, é uma consequência de fatores positivos ou negativos, causando mau humor, tristeza e diminuição de atividades (VASCONCELOS et al.; 2013; TRETENE et al.; 2016). Para Abreu e Filho, (2014) o estresse causa a perturbação da homeostasia, do equilíbrio, é uma exaustão emocional e física constituída por diversas razões como: doença, pressão, sofrimento, cansaço.

Segundo Nunes et al. (2017) a síndrome de *Burnout* é uma resposta ao estresse laboral crônico. Quando o estresse se torna crônico pode levar ao

aparecimento de diversas doenças como: a hipertensão, úlceras, distúrbios do sono, síndrome da fadiga crônica, transtornos depressivos e a síndrome de *burnout* (VALERETTO; ALVES, 2014; SILVA et al.; 2015).

A palavra *burnout* vem do verbo inglês "Bourn out" que significa consumir-se, segundo Nascimento (2014) e Ferreira et al. (2016), definem como o processo de esgotamento psicológico relacionado ao trabalho. Conforme Rissardo e Gasparino, (2013) "a primeira utilização do termo *burnout* se deu em 1974 por Freudenberger, um psicanalista que descreveu como um sentimento de fracasso e exaustão causados por um excessivo desgaste de energia e recursos".

Neste contexto, a saúde do profissional em enfermagem está intrinsecamente relacionada com a qualidade da assistência prestada. Dessa forma, um mau relacionamento durante as atividades laborais reflete de uma forma negativa na condução dos procedimentos necessários no cotidiano (NUNES et al.; 2017; JUNG; CAVEIÃO, 2017; DÓRO et al.; 2018).

Segundo Silveira et al. (2014) a síndrome de *Burnout* é uma resposta ao estresse laboral crônico. O profissional envolvido perde o controle de seus sentimentos e reações, evitando e até mesmo rompendo relações interpessoais. Suas atividades mais simples vão sendo prejudicadas.

De acordo com Nunes et al. (2017) a síndrome de *Burnout* trata-se de um conjunto de sinais e sintomas constituídos por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional tendo como resultado o estresse ocupacional, na exaustão, o profissional sente-se com dificuldade de enfrentar mais um dia de trabalho, sentindo-se sempre sobrecarregado, é um cansaço físico e mental, a despersonalização é o distanciamento que o profissional sente em relação a outras pessoas, sentindo a necessidade de isolar se e na terceira fase da síndrome o profissional se sente incapaz, inferior e incompetente.

Conforme Mercedes et al. (2017), um estudo realizado com 60 profissionais de enfermagem na atenção básica de saúde em um município do sudoeste baiano, a prevalência da síndrome de *Burnout* foi de 58,3%, em altos níveis de

despersonalização 48,3 % e baixa realização profissional 56,6%, sendo 95% do sexo feminino, com idade média de 39 anos (+_ 10), com filhos 63,3% e sendo que 96,7% estavam satisfeitos com suas atividades laborais.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas mera ausência de doença ou enfermidade”, sendo assim diversos fatores podem colocar em risco a saúde mental dos indivíduos, entre eles; rápidas mudanças sociais, discriminação de gênero, exclusão social, estilo de vida não saudável, violência e violação dos direitos humanos, e principalmente condições de trabalho estressante.

A enfermagem é classificada pela *Health Education Authority* como a quarta profissão mais estressante, pois exercem suas atividades em um ambiente rico em fatores que favorecem o estresse como: as jornadas duplas, as relações interpessoais, ritmo intenso de trabalho, falta de pessoal, a doença e a morte que afetam diretamente a qualidade de vida dos indivíduos, dificuldade em conciliar vida profissional social e familiar também contribui para isso (VALERETTO; ALVES, 2014; NASCIMENTO, 2014; JUNG; CAVEIÃO, 2017).

Estudos apontam que profissionais do sexo feminino são mais acometidas pela síndrome, visto que possuem seus afazeres domésticos o que se torna outra jornada de trabalho, a maior parte é solteira e sem filhos, visto que quando se tem uma pessoa para dividir os problemas da vida reduz o sofrimento psíquico e os filhos acabam sendo de alguma forma um fator de proteção as mulheres (TAVARES et al.; 2016; SAKAE et al.; 2017; SOUSA, 2018).

Conforme Nunes et al. (2017) a prevenção se dá por medidas como: capacitar os profissionais, fazer programas de combate ao estresse, estratégias individuais e em grupos e programas de socialização, condições melhores de trabalho. As instituições precisam buscar um ambiente de trabalho harmonioso, valorizando e motivando os colaboradores, com recursos técnicos e humanos (VALERETTO; ALVES, 2014; DÓRO et al.; 2018).

Portanto, os gestores têm como evitar o desenvolvimento da síndrome investindo na qualidade de vida e do trabalho, identificando precocemente os profissionais acometidos para ter tratamento o mais rápido possível e implantando melhores condições de trabalho diminuindo assim o adoecimento dos profissionais de enfermagem (VALERETTO; ALVES, 2014; SOUSA, 2018).

Neste contexto, os profissionais de enfermagem exercem suas atividades geralmente em ambientes ricos em fatores desencadeantes do estresse que afetam diretamente a qualidade de vida dos indivíduos, que muitas vezes não percebem ou conhecem os sinais e sintomas que levam a síndrome de *Burnout* e isto é um grande problema para as instituições, pois afeta diretamente a qualidade da assistência prestada aos pacientes e o aumento de colaboradores afastados do trabalho por motivo de doença (BARBOSA et al.; 2016; OLIVEIRA et al.; 2017; FERREIRA et al.; 2016; FERREIRA, 2017; PROENCIO et al.; 2017; LUCENA et al.; 2018).

Com base no exposto supracitado a presente revisão objetiva-se, identificar medidas preventivas para o desenvolvimento da resiliência e a compreensão de sua importância a saúde mental e no subcampo da saúde do trabalhador.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo exploratório com análise qualitativa através de uma revisão sistemática de literatura, que tem como objetivo evidenciar a visão do profissional de enfermagem em relação ao conhecimento da síndrome de *Burnout*, e medidas preventivas para o desenvolvimento da resiliência.

Neste contexto, a revisão sistemática apresenta uma síntese pautada em diferentes tópicos, capazes de criar uma ampla compreensão sobre o conhecimento. Sendo assim o primeiro passo para a construção do

conhecimento científico surge através de novas teorias e da discussão de um assunto de pesquisa, lembrando que a revisão da literatura não é uma espécie de sumarização (BOTELHO et al.; 2011).

Para obtenção dos artigos explorados, foram utilizados o descritor em ciências da saúde DeCS: *burnout*, profissional de enfermagem, adoecimento laboral. Os levantamentos da base de dados da pesquisa foram realizados através de bibliotecas públicas e acervos de dados digitais como: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Paraná (SIBI/UFPR) e Revistas de enfermagem.

Como critério de inclusão; foram incluídos na pesquisa artigos originais com disponibilidade do texto completo em suporte eletrônico, foi estabelecida a utilização de artigos, teses e dissertações referentes aos anos de 2011 ao primeiro bimestre de 2018, relacionados com foco de interesse, disponibilizados como Brasil no critério País/ Região de assunto.

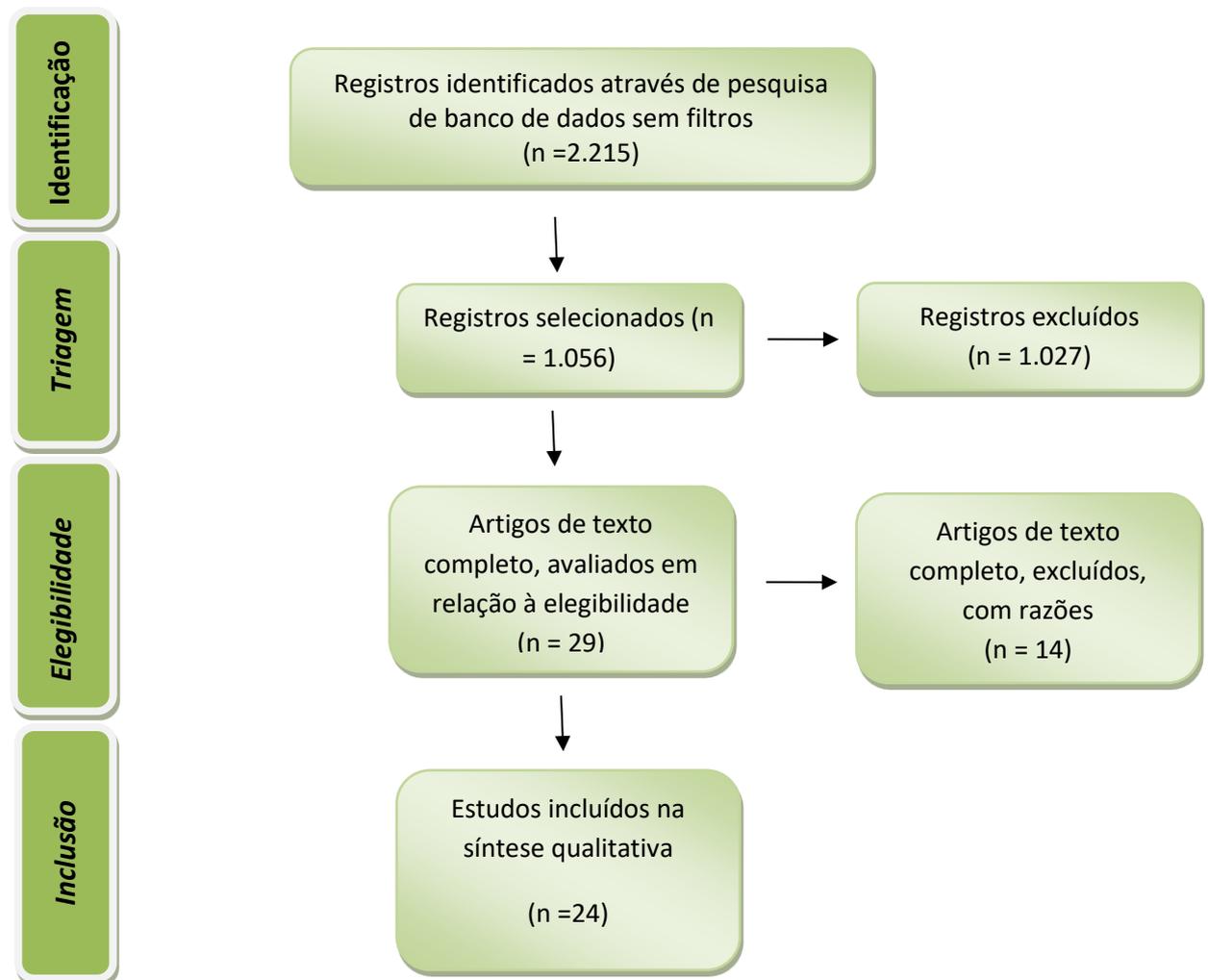
Os critérios de exclusão; foram artigos de reflexão, publicações cujo tema principal não correspondia à pesquisa, relatos de experiência, artigos internacionais, artigos duplicados em termos de conteúdos nas diferentes bases de dados, e artigos anteriores ao ano de 2011

Assim, o material composto foi de 24 artigos que serão submetidos à técnica de avaliação e análise de conteúdo constituído por três etapas: exploração do referencial teórico, compilação e agrupamento de evidências e interpretação dos resultados.

A primeira etapa possibilitou visão geral do conteúdo dos artigos, por meio da leitura dos resumos e fichamento. Os textos na íntegra, após uma primeira leitura, foram organizados com o auxílio de um formulário composto das variáveis: ano/autor, objetivos, tipo de estudo, local e resultados encontrados.

A etapa de exploração do material foi desenvolvida a partir da releitura dos textos, culminando na construção de categorias temáticas de análise. Posteriormente, na etapa de interpretação dos resultados, foram observadas as colocações existentes sob a ótica de diferentes autores.

Figura 01. O fluxograma apresenta o processo de seleção dos estudos.



RESULTADOS

Quadro 01: Compilação dos artigos para o embasamento teórico.

AUTOR	TÍTULO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO	RESULTADOS	LOCAL/ANO
Carlotto (2011)	Fatores de risco da síndrome de <i>Burnout</i> em técnicos de enfermagem	Identificar a relação entre a Síndrome de <i>Burnout</i> e variáveis demográficas e laborais em 282 técnicos de enfermagem	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	282 técnicos de enfermagem	Os participantes do sexo feminino, casados e que trabalham de 20 a 30 horas semanais apresentam maior exaustão emocional	Brasil/2011
Carvalho; Magalhães (2011)	Síndrome de <i>Burnout</i> e suas consequências nos profissionais de enfermagem	Levantar informações sobre os principais fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de <i>Burnout</i>	Revisão bibliográfica	Profissionais de Enfermagem	A enfermagem é um grupo com grande predisposição ao desenvolvimento da síndrome	Brasil/2011
Cunha et al.; (2012)	Os fatores intrínsecos ao ambiente de trabalho como contribuintes da síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem	Identificar e analisar a produção científica sobre os fatores do ambiente de trabalho que favorece o surgimento de profissionais acometidos	Revisão bibliográfica	Profissionais de enfermagem	A enfermagem se encontra como profissão de risco pela característica exaustiva de seu trabalho	Brasil/2012
Lopes et al.; (2012)	Síndrome de <i>Burnout</i> e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro	Identificar no universo profissional dos enfermeiros a (in) existência de relação entre a síndrome e a ausência de qualidade de vida no trabalho	Revisão integrativa	Enfermeiros	Existe uma estreita relação entre a síndrome de <i>Burnout</i> e a ausência de qualidade de vida no cotidiano profissional	Brasil/2012

					de enfermagem	
Valeretto; Alves (2014)	Fatores desencadeantes antes do estresse ocupacional e da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros	Pesquisar fatores desencadeantes do estresse e da síndrome de <i>burnout</i> em enfermeiros	Revisão integrativa	Enfermeiros	A enfermagem se encontra como profissão de risco para o estresse ocupacional e <i>burnout</i> visivelmente	Brasil/2014
Nascimento (2014)	Síndrome de <i>Burnout</i> entre os profissionais de enfermagem no contexto hospitalar: uma revisão	Analisar as evidências científicas sobre a síndrome de <i>burnout</i> em profissionais de enfermagem que atuam em ambientes hospitalares	Revisão integrativa	Profissionais de Enfermagem	A síndrome de <i>burnout</i> envolve diversos fatores não só individuais, como coletivos e laborais, por isso pode ser considerado multicausal	Brasil/2014
Rissardo ; Gasparino (2013)	Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público	Identificar o nível de <i>burnout</i> em enfermeiros de um hospital público no interior de São Paulo/SP	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	69 enfermeiros	Destaca-se a importância de se avaliar a prevalência da síndrome entre os diferentes profissionais	Brasil/2013
Silveira et al.; (2014)	Preditores da síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS	Conhecer a prevalência e os preditores da <i>Burnout</i>	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	217 trabalhadores da atenção primária	A elevada prevalência de SB aponta a necessidade de as instituições de saúde na atenção básica realizarem ações de prevenção	Brasil/2014
Abreu; Filho (2014)	Qualidade de vida no trabalho e sua relação com o estresse e a síndrome	Descrever a relação entre a qualidade de vida no trabalho e sua relação	Revisão sistemática	Equipe de enfermagem	O ritmo de trabalho, as dificuldades nas relações interpessoais e a carga de trabalho tem	Brasil/2014

	de <i>Burnout</i> no trabalho da equipe de enfermagem	com o estresse e a síndrome de <i>burnout</i> no trabalho da equipe de enfermagem				levado os profissionais apresentarem os sintomas da síndrome de <i>burnout</i>	
Tavares et al.; (2014)	Ocorrência da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros residentes	Identificar a ocorrência da Síndrome de <i>Burnout</i> em residentes de enfermagem	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Residentes de enfermagem	Foram encontrados dez residentes com alterações em três dimensões	Brasil/2014	
Schmitz (2015)	Síndrome de <i>Burnout</i> : Uma proposta de análise sob enfoque analítico – comportamental	Descrever e analisar a Síndrome de <i>Burnout</i>	Revisão integrativa da literatura	Profissionais em geral e de saúde	Uma possibilidade de compreensão analítico comportamental da síndrome paupável	Brasil/2015	
Silva et al.; (2015)	O Trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde	Abordar o fenômeno do estresse e sua relação com o trabalhador e seu sistema	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Trabalhador de saúde	Destacou-se a necessidade de identificar, sanar ou amenizar os fatores que causam esse fenômeno	Brasil/2015	
Amaral et al.; (2015)	Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa	Identificar os fatores que influenciam na qualidade de vida dos enfermeiros que atuam em instituições hospitalares	Revisão integrativa da literatura	Profissionais de enfermagem	Os abalos físicos e psicológicos a que estão expostos, influenciam na qualidade de vida no trabalho	Brasil/2015	

Barroso et al.; (2015)	Estresse e uso de álcool em enfermeiros que trabalham em urgência e emergência	Identificar parâmetros da qualidade de vida dos profissionais de enfermagem	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Profissionais de enfermagem	A extrema relevância a preocupação com a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem	Brasil/2015
Fernandes (2015)	Associação entre síndrome de <i>Burnout</i> , uso prejudicial do álcool e tabagismo em profissionais de enfermagem nas unidades de terapia intensiva do Hospital das Clínicas de Botucatu-Unesp	Verificar a presença da SB entre profissionais da área de enfermagem nas unidades de terapia intensiva	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Profissionais de enfermagem	Intervenção dos gestores dos serviços de saúde Com a finalidade de cuidar da saúde dos seus cuidadores	Brasil/2015
Nunes et al.; (2017)	Síndrome de <i>Burnout</i> e sua relação com a enfermagem	O entendimento sobre o <i>Burnout</i> e sua relação com os profissionais da área de saúde	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Enfermeiros técnicos e auxiliares de enfermagem	Constatou-se que a exaustão emocional, a redução de realização profissional e despersonalização estão diretamente relacionadas ao absenteísmo ...	Brasil/2017
Silveira et al.; (2016)	Síndrome de <i>Burnout</i> : consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos	Descrever as consequências e as implicações da SB nos profissionais de saúde	Revisão sistemática	Profissionais de saúde	A SB foi relatada por cerca de 40 a 60% dos profissionais de saúde avaliados	Brasil/2016

	profissionais de saúde					
Gonçalves; Schneider, (2016)	Estratégias de enfrentamento da Síndrome de <i>Burnout</i> na enfermagem	Um levantamento na literatura sobre as estratégias de enfrentamento adotadas por instituições, gestores...	Revisão sistemática	Enfermagem	A necessidade de mais estudos que abordem as características dos trabalhadores na enfermagem	Brasil/2016
Ferreira et al.; (2016)	A síndrome de <i>Burnout</i> em um hospital militar e sua inter-relação com a enfermagem	Identificar fatores de risco associados a sintomatologia e ao desenvolvimento de SB em profissionais de saúde e policiais militares	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Profissionais de saúde e policiais militares	Alto índice de predisposição para desenvolver a síndrome	Brasil/2016
Proencio et al.; (2017)	Síndrome de <i>Burnout</i> em trabalhadores da enfermagem que são estudantes da graduação	Identificar os riscos para a síndrome de <i>burnout</i> e a qualidade de vida de trabalhadores da enfermagem que são estudantes do último ano da graduação	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Estudantes do último ano de graduação em uma instituição de ensino superior da cidade de Curitiba	Mostram um quadro preocupante, considerando que os entrevistados apresentam alguns sinais de alerta para o desenvolvimento da SB	Brasil/2017
Mota et al.; (2017)	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de saúde: uma revisão bibliográfica da literatura	Identificar o grupo de trabalhadores da saúde com maior risco à Síndrome de <i>Burnout</i>	Revisão narrativa	Profissionais da saúde	Médicos e profissionais de enfermagem estão mais predispostos a desenvolver a SB	Brasil/2017
Ferreira et al.; (2017)	<i>Burnout</i> : fatores de riscos em	Evidenciar possíveis fatores de riscos	Transversal, quantitativo	Profissionais de saúde,	Estarem em controle perante as	Brasil/2017

	uma unidade militar.	prédictores ao desenvolvimento da Síndrome de <i>Burnout</i>	ivo e descritivo exploratório	civis e militares	atividades laborais, falha na comunicação...	
Merces et al.; (2017)	Prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem da atenção básica a saúde	Estimar a prevalência da SB entre profissionais de enfermagem	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Profissionais de Enfermagem	A necessidade de medidas preventivas e interventivas para garantir um ambiente de trabalho benéfico a saúde	Brasil/2017
Paiva (2017)	Análise da qualidade de vida e fatores de risco para a síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de saúde	Analisar a qualidade de vida e fatores de risco	Transversal, quantitativo e descritivo exploratório	Médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem	Fatores peculiares que podem desencadear a síndrome	Brasil/2017

Fonte: Autor (2017).

DISCUSSÃO

Os achados obtidos através da pesquisa apontam uma produção atual escassa nas dimensões proposta desta temática, em linhas gerais ressaltaram-se trabalhos científicos voltados a eixos fundamentais; síndrome de *Burnout*, estresse ocupacional, enfermagem.

Compreendendo a Síndrome de *Burnout* e seus Aspectos Clínicos

O termo *burnout* em inglês é de algo que deixou de funcionar por exaustão de energia ou "bourn out" que significa "consumir-se", "ferver-se por inteiro ou "queimar – se" por fora (CARVALHO; MAGALHAES, 2011, LOPES et al.; 2012, NUNES et al.; 2017; FERREIRA et al.; 2016).

De acordo com Nunes et al. (2017) define a síndrome de *Burnout* (SB) como a síndrome do esgotamento profissional, Abreu e Filho. (2014) e Ferreira et al. (2016) trazem que a síndrome é uma tensão emocional crônica relacionada ao estresse no trabalho. Para Cunha et al. (2012) é a síndrome do esgotamento profissional que apresenta um conjunto de manifestações físicas e emocionais.

No ano de 1970 o psicanalista Herbert Freudenberger iniciou teorias que pudessem explicar os sentimentos de apatia e desânimo que se manifestava nos profissionais de saúde. No ano de 1974 descreveu a síndrome de *Burnout* como desgaste de energia, sentimento, exaustão, fracasso relacionados à atividade laboral e que muitas vezes os profissionais desejam não acordar para não ter de ir trabalhar (NASCIMENTO, 2014; FERNANDES, 2015; FERREIRA et al.; 2016; NUNES et al.; 2017; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016).

Portanto, o *burnout* é um tipo de estresse ocupacional, um conjunto de sinais e sintomas, tensão emocional crônica que se divide em três fases: a exaustão, a despersonalização e a baixa realização profissional (CARLOTTO, 2011; CUNHA et al.; 2012; VALERETTO; ALVES, 2014; FERREIRA et al.; 2016; NUNES et al.; 2017; FERREIRA et al.; 2017).

Na primeira fase denominada por exaustão que pode ser física, psíquica ou ambas, o trabalhador se sente esgotado, sem energia e sem entusiasmo, percebendo que não tem mais energia para dar assistência a clientes e familiares (RISSARDO; GASPARINO, 2013; SILVEIRA et al.; 2014).

Na segunda fase chamada de despersonalização o profissional não deixa de ter sua personalidade, mas pode sofrer alterações no seu comportamento agindo com frieza, distanciando se dos colegas e clientes, tratando os como se fossem objetos, com cinismo e indiferença, tendo um comportamento hostil e muitas vezes tem desejo por abandonar a profissão (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; NASCIMENTO, 2014; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016).

Na terceira fase as pessoas se sentem frustradas, insatisfeitas com seu desenvolvimento, infelizes e incompetentes, com baixa autoestima, tendo uma análise negativa a seu respeito, se julgam incapaz de cumprir com as demandas e começam a sentir o desejo de abandonar a profissão (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; NASCIMENTO, 2014; AMARAL et al.; 2015; PAIVA, 2017).

O *burnout* não aparece repentinamente, mas se desenvolve a partir de vários fatores desencadeantes. Não podemos confundir estresse com *burnout*, pois o estresse se refere a adaptações naturais, enquanto o *burnout* é uma resposta de estresse laboral crônico, que é capaz de desenvolver problemas psíquicos, físicos, sociais e emocionais. O corpo quando em estado de muita pressão dá sinais demonstrando o desgaste. (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; RISSARDO; GASPARINO, 2013; NUNES et al.; 2017; SILVEIRA et al.; 2016).

O *burnout* traz muitos sintomas físicos como: fadiga, dores musculares, sudorese, aperto da mandíbula, ranger de dentes, problemas gastrointestinais, problemas respiratórios e cardiovasculares, imunodeficiências, alterações do sono e da memória, disfunções sexuais (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; BARROSO et al.; 2015; FERNANDES, 2015; SCHIMIT et al.; 2015). Podemos encontrar alterações de comportamento como: falta ou excesso de escrúpulo, agressividade, irritabilidade, paranoia, falta de interesse, desânimo, incapaz de relaxar, podendo desenvolver o abuso por tabaco, álcool, entre outros e como consequência o absenteísmo ao trabalho (SILVA et al.; 2015; SCHIMIT, 2015; MOTA et al.; 2017).

Deste modo, o *burnout* faz com a pessoa perca até as relações interpessoais, não tendo a capacidade de compreender mais as atitudes e sentimentos das outras pessoas. Sua evolução pode levar anos, seu surgimento é cumulativo e progressivo, muitas vezes deixando de ser percebido, geralmente se manifestam em indivíduos que nunca sofreram alterações psicopatológicas (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; ABREU; FILHO, 2014).

Contudo, o diagnóstico precoce, as medidas preventivas, busca pela qualidade de vida, onde o trabalho é de suma importância, tratamento adequado, promoção da saúde, desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, psicoterapia, psicofármacos, humanização, diagnósticos precoces, poderá diminuir ou evitar a síndrome de *Burnout* (SILVEIRA et al.; 2014; NUNES et al.; 2014; ABREU; FILHO, 2014; SILVEIRA et al.; 2016; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016).

Sendo os profissionais de enfermagem um público propenso a desenvolver a SB é de suma importância os gestores adotar medidas preventivas. O enfermeiro também pode contribuir avaliando sua equipe, os riscos, danos e adotar medidas preventivas, ações que diminuam os fatores estressantes, promovendo incentivo a equipe para seu desenvolvimento e buscando a resiliência e diminuindo o estresse relacionado ao trabalho (FERREIRA et al.; 2016; MERCES et al.; 2017).

Fatores de riscos acometidos pela síndrome de *burnout*

A enfermagem é grandemente acometida pela síndrome de *Burnout*, sendo considerada a quarta profissão mais estressante, isto porque o trabalho da enfermagem requer muita responsabilidade e discernimento, exige um controle mental e emocional maior que outras profissões, que na maior parte realiza suas atividades laborais em hospitais, onde incertezas, imediatismo e instabilidade fazem parte da rotina, gerando muito estresse na equipe (VALERETTO; ALVES, 2014; NASCIMENTO, 2014; BARROSO et al., 2015; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016; PAIVA, 2017).

Os fatores de risco são muitos; a doença, dor, morte, falta de reconhecimento profissional, equipe reduzida, administração de conflitos, falta de materiais, jornadas duplas, baixas remunerações, sobrecarga emocional, relações interpessoais, falta de autonomia, exposição a riscos

físicos, químicos e biológicos, nível de ruídos, são fortes atributos para o desenvolvimento da síndrome (VALERETTO; ALVES, 2014; NASCIMENTO, 2014; FERNANDES, 2015; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016; AMARAL et al.; 2015; NUNES et al.; 2017).

Estudos apontam que os fatores de risco mais encontrados são numericamente evidenciados, 24% de sobrecarga de trabalho, 22% condições de trabalho inapropriadas, 19% conflitos nas relações interpessoais, 13% sem expectativa profissional, 9% escassez de autonomia, 9% ambiguidade de funções, 4% insatisfação com o salário. Sendo o fator mais impactante a sobrecarga de trabalho (CUNHA et al.; 2012; NASCIMENTO, 2014; MOTA et al.; 2017).

Entretanto a sobrecarga de trabalho é um fator constante por adições excessivas de trabalho, gerando a exaustão, onde o trabalhador sente a necessidade de ficar provando que é capaz, enfrentando o desafio entre o tempo disponível e as tarefas a serem concluídas sob o dever de efetuar um trabalho com qualidade, gerando um esgotamento crônico (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; NASCIMENTO, 2014; VALERETTO; ALVES, 2014; PAIVA, 2017).

Para tal, pelo estresse da profissão os indivíduos buscam aliviar a tensão, querendo promover o relaxamento adquirindo hábitos como: alto consumo de café, tabaco, álcool, drogas e psicofármacos, favorecendo a dependência e aparecimento de outras patologias (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; SILVA et al.; 2015; NUNES et al., 2017; FERREIRA et al.; 2017).

Neste contexto, o álcool é uma substância psicoativa muito utilizada pelo homem pelo fácil acesso, sendo depressora e euforizante trazendo relaxamento e uma diminuição de autocrítica, levando a dependência. O profissional faz uso de álcool e tabaco buscando o prazer que não encontra no trabalho, como uma fuga. Os fatores de risco induzem ao uso das substâncias tendo como resultado: alcoolismo, depressão e até mesmo o suicídio (FERNANDES, 2015; MERCES et al.; 2017; PAIVA, 2017).

Outros fatores de risco relacionados: a instituição, ao indivíduo, ao trabalho e a sociedade. Nas instituições os fatores apontados são acúmulo de

tarefas, falta de comunicação, normas rígidas e mudanças frequentes. Ao indivíduo ser competitivo, alto nível educacional, solteiro, viúvo, perfeccionistas e impacientes; ao trabalho seria quanto à insatisfação com sua profissão, ao turno de trabalho e na sociedade a falta de suporte familiar e social (FERNANDES, 2015; FERREIRA et al.; 2016).

As relações interpessoais são de grande relevância, já que muitas vezes se passa o maior tempo de convívio no ambiente de trabalho e fatores como: conflitos, comunicação deficiente, distorções, falta de respeito e dificuldades de relacionamento com as equipes multiprofissionais, vem aumentando a predisposição a Síndrome de *Burnout*. Profissionais que estão iniciando a carreira enfrentam muitas frustrações, pois ainda terão que aprender enfrentar os sentimentos relacionados ao trabalho e demanda, como por exemplo: acúmulo de tarefas, falta de pessoal, dor e morte entre outros (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; SILVA et al.; 2015; NUNES et al.; 2017; FERREIRA et al., 2017).

A vida social e familiar vem sendo cada vez mais prejudicada, pois o indivíduo tende afastar se de tudo e de todos inclusive cônjuge e filhos, perdendo o interesse pelas relações, tornando se hostil e indiferente. Uma relação prejudicada associada à má qualidade de vida, são fatores fundamentais para o desenvolvimento da síndrome (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; LOPES et al.; 2012; TAVARES et al.; 2016; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016; FERREIRA et al.; 2016).

Quadro 02: Principais fatores de risco.

	Principais fatores de risco intrínsecos	Prejuízo
CUNHA et al. (2012) VALERETTO; ALVES, (2014); NASCIMENTO, (2014); FERNANDES, (2015);	Sobrecarga de trabalho	Exaustão
	Sofrimento, dor, morte	Mental, emocional, físico
	Baixa remuneração	Necessidade de ter mais de um vínculo, afetando a qualidade de vida
	Conflito nas relações	Desarmonia no ambiente de trabalho

MERCES et al. 2017	Falta de recursos materiais	Limita a atuação do profissional afetando a assistência
	Dupla jornada ou trabalho em turno	Falta de tempo para o lazer, para o convívio com a família
	Falta de autonomia	Não contribui com ideias dificultando o trabalho

Fonte: Autor (2017).

A maior prevalência da SB é nos profissionais de enfermagem que atuam em hospitais, onde o nível de estresse é maior. Sendo os setores mais complexos: o centro cirúrgico, o setor de urgência e emergência e a UTI, pela quantidade insuficiente de funcionários, rotatividade, além do risco eminente de morte e sucesso ou não de sobrevivência dos pacientes. Faz se necessário uma reflexão por parte dos profissionais de enfermagem em busca pela qualidade de vida no trabalho e ampliar seus conhecimentos em relação à síndrome, podendo assim buscar medidas de enfrentamento e prevenção (RISSARDO; GASPARINO, 2013; BARROSO et al.; 2015; FERNANDES, 2015; ABREU; FILHO, 2014; GONÇALVES; SCHNEIDER, 2016).

Os enfermeiros, em destaque os que ocupam cargo de gerência, podem contribuir com sua equipe, reconhecendo e valorizando cada profissional, promovendo melhora nas relações interpessoais, diversificando as atividades, fornecendo treinamento adequado; isso tudo é de grande relevância no quesito de qualidade de vida no trabalho, contribuindo para que o ambiente seja mais prazeroso e menos estressante, resgatando o aspecto de humanidade dos profissionais (CUNHA et al.; 2012; LOPES et al.; 2012; SILVEIRA et al.; 2016; NUNES et al., 2017).

Ações e Medidas de Prevenção a Síndrome de *Burnout*

A melhor medida ainda é a prevenção e o diagnóstico precoce para o tratamento, algumas empresas ignoram os sinais e sintomas de sofrimento e angústias dos funcionários entendendo que o desgaste do funcionário é pessoal e que a empresa não deve ser responsabilizada por isso e tem as

instituições que estão cada vez mais se atentando com a qualidade de vida do profissional, devido ao *burnout* repercutir na assistência prestada, tendo como consequência faltas, licenças e até mesmo o afastamento definitivo do profissional (VALERETTO; ALVES, 2014; MOTA et al.; 2017; NUNES et al., 2017).

Os gestores proporcionando medidas preventivas, tendo um olhar diferenciado ao ambiente de trabalho e ao profissional podem contribuir para que o local de trabalho seja um local acolhedor e satisfatório, capacitando os profissionais para suas atividades e tendo programas de combate ao estresse, investindo em técnicas de relaxamento, psicólogos e terapeutas para dar suporte à equipe, valorizando o profissional na forma pessoal e financeira, são medidas onde o objetivo é resgatar o aspecto humano (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; VALERETTO; ALVES, 2014; NUNES et al.; 2016).

A humanização precisa estender-se a equipe num todo, pois se tem uma equipe humanizada entre si, os cuidados prestados aos pacientes serão humanizados, pois o profissional precisa estar bem consigo mesmo para poder executar bem seu trabalho e ao final do expediente poder desfrutar de sua vida pessoal. Por trás do profissional está um ser humano que também precisa ser cuidado e que muitas vezes esse profissional pratica o presenteísmo, deixando de lado sua saúde (FERNANDES, 2015; GONÇALVE; SCHNEIDER, 2016).

São também medidas de prevenção: comunicação eficaz, participação ativa, autonomia, supervisão disponível, crença em uma religião, menos burocracias nas instituições, aumento do quadro de pessoal, delimitação de funções, diminuição da carga horária, melhora nas relações interpessoais, diversificação das rotinas, técnicas de relaxamento, repouso, sono, lazer, alimentação e que a falta de conhecimento em relação à síndrome tanto dos profissionais, quanto das instituições, torna difícil a prevenção e os funcionários desconhecem seus direitos e desconhecem os riscos relacionados ao desenvolvimento da síndrome (CARVALHO; MAGALHAES, 2011; CUNHA et al.; 2012; LOPES et al.; 2012; MOTA et al.; 2017).

Amaral et al. (2015) trazem que a qualidade de vida está relacionada diretamente com o trabalho, pois é através dele que temos acesso à educação, cultura, lazer, necessidades básicas e que como medidas de prevenção as instituições devem ter local apropriado para descanso com tranquilidade e local específico para as refeições.

Ter alguém de sua escolha com quem possa dividir seus problemas, apoio por parte do cônjuge, ter um relacionamento afetivo estável são fatores de proteção contra o sofrimento emocional (CARLOTTO, 2011; TAVARES et al.; 2014; PROENCIO et al.; 2017).

Quadro 03: Principais medidas de prevenção.

	Principais medidas de prevenção	Nível pessoal-social	Nível organizacional
LOPES et al. (2012); TAVARES et al. (2014); SILVA et al. (2015); NUNES et al. (2017)	Ambiente de trabalho	Reorganizar o trabalho	Mudanças no desenvolvimento do trabalho, local para descanso
	Reconhecimento profissional	Enfermeiro promover incentivo ao desenvolvimento	Crescimento profissional, valorização profissional e financeira
	Técnicas de relaxamento	Momentos de descontração na equipe	Programas de combate ao estresse
	Comunicação eficaz	Ter alguém de confiança para dividir os problemas da vida	Comunicação clara e acesso com supervisores
	Relações interpessoais	Humanização na equipe	Feedback
	Apoio psicológico	Psicoterapia	Equipe de psicólogos e terapeutas para dar suporte emocional
	Qualidade de vida	Crença em uma religião, lazer, sono. Repouso, alimentação, exercícios físicos	Ambiente de trabalho favorável, aumento do quadro de funcionários, valorização do profissional

Fonte: Autor (2017).

Faz se necessário os profissionais de enfermagem buscar ampliar seus conhecimentos em relação à SB, buscando a prevenção e formas de enfrentamento, ter alguém de confiança onde tenha diálogo acerca de seus problemas, busquem momentos de lazer, cuidando das necessidades básicas como sono, repouso, alimentação, tendo uma religião, praticando exercícios e buscando qualidade de vida. É possível a transformação nos ambientes laborais e qualidade de vida da enfermagem se a categoria pensar e lutar por atitudes políticas numa luta de mudanças concretas por atividades laborais mais dignas e qualidade de vida dos trabalhadores (CUNHA et al.; 2012; LOPES et al.; 2012; NUNES et al.; 2017).

O enfermeiro contribui com sua equipe incentivando valorizando cada membro da equipe, fornecendo feedback, tendo uma linguagem clara e acessível aos seus subordinados e tendo um olhar diferenciado a quem cuida, percebendo os riscos e estimulando a medidas de enfrentamento (LOPES et al.; 2012; TAVARES et al.; 2014; SILVA et al.; 2015; NUNES et al.; 2017, GONÇALVES; SCHEINER, 2016).

CONCLUSÃO

A reflexão e compreensão dos aspectos de interfaces sobre a síndrome de *burnout* estimulando e evidenciando a importância do profissional enfermeiro e estratégias, propostos e arquitetados como objetivos foram alcançados, e seus resultados, através desta investigação apresentam relevância social, profissional e acadêmica.

No que tange, a síndrome de *Burnout* é definida como a síndrome do esgotamento profissional, uma resposta ao estresse laboral crônico, sendo um conjunto de sinais e sintomas constituídos por: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, que se desenvolve por

vários fatores desencadeantes, promovendo alterações físicas, psíquicas, sociais, emocionais e comportamentais.

O profissional acometido tem seu desempenho profissional afetado, suas relações interpessoais, seu comportamento sofre alterações, desenvolve sintomas físicos, psíquicos e sua qualidade de vida é totalmente prejudicada.

Sendo a enfermagem considerada uma das profissões mais estressantes, a pré-disposição a desenvolver a síndrome é muito relevante. Os fatores desencadeantes são muitos: a doença, morte, dor, sobrecarga de trabalho, baixos salários, jornadas duplas, falta de matérias, falta de autonomia, entre outros.

Em busca do relaxamento e do prazer que não encontram no trabalho muito desses profissionais fazem uso de álcool, tabaco e outras substâncias, desenvolvendo assim outras patologias e agravando cada vez mais o seu quadro, podendo em casos mais graves chegar ao suicídio.

A prevenção é de extrema importância, tanto para os profissionais, como para os gestores. Os profissionais tendo qualidade de vida, reconhecendo os sinais e sintomas da síndrome, buscando auxílio sempre que necessário e os gestores investindo em técnicas de relaxamento, valorizando o profissional e promovendo capacitação, esse trabalho em conjunto proporcionará um trabalho de melhor qualidade e diminuição de novos casos. É necessária a divulgação para entendimento e reconhecimento aos profissionais de enfermagem à síndrome de *Burnout*, isto trará como resultado a intervenção precoce e busca de novas medidas preventivas.

Mesmo com relatos do crescimento do alento a problemática percebeu-se que há escassez da literatura sobre a luz da temática, o que resultou na principal limitação deste estudo. Desta forma, evidencia-se a necessidade da realização de novos estudos a fim de investigar, analisar, dada modo a recomendar reflexões as profissionais da saúde e sociedade apresentarem à realidade das diversas regiões do Brasil e exterior abarcando dimensões de saúde mental e do trabalhador, a fim de fazer notórios os aspectos da síndrome de *Burnout*, visto que grande parte da população,

inclusive muita dos profissionais de enfermagem, desconhece sobre o tema, o que dificulta sua prevenção. É preciso propagar a prevenção e resiliência, pois quem cuida, antes precisa ser cuidado.

REFERÊNCIAS

ABREU, Kelly Nascimento de; FILHO, Elias Rocha de Azevedo. Qualidade de vida no trabalho e sua relação com o estresse e a síndrome de Burnout no trabalho da equipe de enfermagem. **Faculdade ICESP Promove De Brasília. Simpósio de TCC e Seminário de IC**. p. 863-871. 2014.

AMARAL, Juliana Ferri do; RIBEIRO, Juliane Portella; DA PAIXÃO, Dilmar Xavier. Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa. **Espaço para a Saúde-Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 16, n. 1, p. 66-74, 2015.

BARBOSA, Marcia Cristina; DE VASCONCELOS, Claudia Ribeiro; OSELAME, Gleidson Brandão. A percepção do acadêmico de enfermagem sobre a loucura. **Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde**, v. 5, n. 2, 2016.

BARROSO, Marianna Leite et al. Estresse e uso de álcool em enfermeiros que trabalham em urgência e emergência. **Cadernos de Cultura e Ciência**, v. 13, n. 2, p. 60-75, 2015.

BOTELHO, Louise Lira Roedel; DE ALMEIDA CUNHA, Cristiano Castro; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.

CARLOTTO, Mary Sandra. Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. **Revista da SBPH**, v. 14, n. 2, p. 07-26, 2011.

CARVALHO, Clecilene Gomes; MAGALHÃES, Sérgio Ricardo. Síndrome de burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem doi: <http://dx.doi.org/10.5892/RUVRV.91.200210>. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 9, n. 1, p. 200-210, 2011.

CUNHA, Ana Paula da; SOUZA, Emanuelle Marques de; MELLO, Rosâne. Os fatores intrínsecos ao ambiente de trabalho como contribuintes da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 4, p. 29-32, 2012.

DA SILVA FERREIRA, Wellington Fernando et al. A Síndrome de Burnout em um hospital militar e sua inter-relação com a enfermagem. **Ciência & Desenvolvimento-Revista Eletrônica da FAINOR**, v. 9, n. 2, 2016.

DA SILVA FERREIRA, Wellington Fernando; DE VASCONCELOS, Cláudia Ribeiro; DE ALMEIDA DUTRA, Denecir. Burnout: fatores de riscos em uma unidade militar. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 6, n. 1, 2017.

DE SOUZA BORGES, Cleber Augusto et al. O novo perfil profissional do enfermeiro frente ao centro de atenção psicossocial. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, 2016.

DE OLIVEIRA, Samara et al. O enfrentamento da equipe de enfermagem em atendimentos a pacientes em crise psicótica. **Revista de Atenção à Saúde (antiga Rev. Bras. Ciên. Saúde)**, v. 15, n. 53, p. 50-56, 2017.

DE VASCONCELOS, Cláudia Ribeiro et al. O estresse e as cardiopatias como fatores impeditivos da saúde do trabalhador. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 3, n. 2, p. 134-149, 2013.

DÓRO, Maribel Pelaez et al. Interrelação entre Qualidade de Vida, Resiliência e Síndrome de Burnout: estudo longitudinal com residentes multiprofissionais. **Tempus Actas de Saúde Coletiva**, v. 12, n. 1, p. 83-100, 2018.

FERNANDES, Larissa Santi. Associação entre Síndrome de burnout, uso prejudicial de álcool e tabagismo em profissionais de enfermagem nas unidades de terapia intensiva do Hospital das Clínicas de Botucatu-UNESP. 2015. 64 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - **Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho**, Faculdade de Medicina de Botucatu, 2015.

GONÇALVES, Rozemy Magda Vieira; SCHNEIDER, Karla Sell. Estratégias de enfrentamento da síndrome de Burnout na enfermagem. **Saúde e Desenvolvimento**, v. 8, n. 5, 2016.

JUNG, Silvana Mendes; CAVEIÃO, Cristiano. Síndrome de Burnout: alerta ao trabalhador. **Saúde e Desenvolvimento**, v. 10, n. 6, 2017.

LOPES, Carolina Colleta Pereira; RIBEIRO, Taynah Piovesan; MARTINHO, Neudson Johnson. Síndrome de Burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. **Enfermagem em Foco**, v. 3, n. 2, p. 97-101, 2012.

LUCENA, Cristiane Gislaine et al. Percepção dos acadêmicos de enfermagem sobre o transtorno afetivo bipolar. **Ciência & Desenvolvimento-Revista Eletrônica da FAINOR**, v. 11, n. 2, 2018.

MERCES, Magno Conceição das et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **Rev. pesqui. cuid. fundam.(Online)**, p. 208-214, 2017.

MOTA, Gessileide de Sousa; DE ALENCAR, Carolina Maria Soares; TAPETY, Fabrício Ibiapina. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: uma revisão bibliográfica da literatura. **REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. sup. 5, p. 237-241, 2017.

NASCIMENTO, Rafaela Maria Silva do. Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem no contexto hospitalar: uma revisão. 2014. 17 f. Monografia (Graduação em Enfermagem) - **Faculdade de Ciências da Educação e Saúde do Centro Universitário de Brasília**, Brasília, 2014.

NUNES, Damaris dos Santos; RANGEL, Paulyne dos Santos Oliveira; DOS REIS NUNES, Clara. SÍNDROME DE BURNOUT E SUA RELAÇÃO COM A ENFERMAGEM. **Multiplos Acessos-Revista Científica Interdisciplinar**, v. 1, n. 1, 2017.

OMS, Organização Mundial da Saúde, CIF: Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde [Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde para a Família de Classificações Internacionais, org.; coordenação da tradução Cassia Maria Buchalla]. São Paulo: **Editora da Universidade de São Paulo - EDUSP**; 2003.

PAIVA, Lucila Corsino de. Análise da qualidade de vida e fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. 2017. 70 f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) – Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, **Universidade Federal do Rio Grande do Norte**, Natal, 2017.

PROENCIO, Claci Czyza et al. Síndrome de burnout em trabalhadores da enfermagem que são estudantes da graduação. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 11, n. 6, p. 102-120, 2017.

RISSARDO, Marina Pereira; GASPARINO, Renata Cristina. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v. 17, n. 1, p. 128-132, 2013.

SAKAE, Thiago Mamôru et al. Prevalência da síndrome de burnout em funcionários da estratégia da saúde da família em um município no sul do Brasil. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v. 46, n. 1, p. 43-54, 2017.

SCHMITZ, Giliane Aparecida. Síndrome de Burnout: Uma proposta de análise sob enfoque analítico-comportamental. Universidade Estadual de Londrina – UEL. 2015. 59 f. Dissertação (Mestrado em Análise do Comportamento) **Universidade Estadual de Londrina – UEL**. 2015.

SILVA, Débora de Paula da et al. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 13, n. 1, p. 201-214, 2015.

SILVA, ELAINE AMANDA DE OLIVEIRA et al. Atitudes dos profissionais da enfermagem frente ao risco de suicídio na emergência hospitalar. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 11, n. 7, p. 215-228, 2017.

SILVEIRA, Ana Luiza Pereira da et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Rev. bras. med. trab**, v. 14, n. 3, p. 275-284, 2016.

SILVEIRA, Mariano et al. Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 22, n. 4, 2014.

SOUSA, Hellen Raquel Oliveira de. Síndrome de Burnout em equipe de enfermagem que atua na urgência e emergência. **Tempus Actas de Saúde Coletiva**, v. 11, n. 4, p. 185-196, 2018.

TAVARES, Kelly Fernanda Assis et al. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 27, n. 3, 2014.

TAVARES, Kelly Fernanda Assis et al. Produção científica sobre a ocorrência da síndrome de burnout em residentes de enfermagem: revisão integrativa. **Journal of Nursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE**, v. 10, n. 6, 2016.

TRETTENE, Armando dos Santos et al. Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em Unidades de Pronto Atendimento. **Boletim-Academia Paulista de Psicologia**, v. 36, n. 91, p. 243-261, 2016.

VALERETTO, Fernanda Aparecida; ALVES, Dhyeysiane Freire. Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros. **Revista Saúde Física & Mental-ISSN 2317-1790**, v. 3, n. 2, p. 1-11, 2014.