



ISSN: 2595-1661

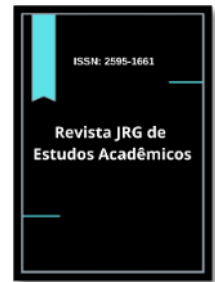
ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](https://portal.periodicos.capes.gov.br/)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



As complicações da síndrome de burnout em enfermeiros que atuam em áreas hospitalares

Complications of burnout syndrome in nurses working in hospital areas

DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2534

ARK: 57118/JRG.v8i19.2534

Recebido: 10/10/2025 | Aceito: 19/10/2025 | Publicado on-line: 20/10/2025

Mônica Novais De Moura¹

<https://orcid.org/0009-0009-0822-1776>

Centro Universitário Sudoeste Paulista - UniFSP, Avaré, Brasil

E-mail: monicanovaismoura@gmail.com

Pedro Luis Garbeloti Duarte²

<https://orcid.org/0009-0004-3245-3722>

<https://lattes.cnpq.br/0764391358682606>

Centro Universitário Sudoeste Paulista - UniFSP, Avaré, Brasil

E-mail: pedrogarbeloti@gmail.com

Fernanda Augusta Penacci³

<https://orcid.org/0000-0002-9300-9535>

<http://lattes.cnpq.br/6607983835847264>

Centro Universitário Sudoeste Paulista - UniFSP, Avaré, Brasil

E-mail: ferpenacci@gmail.com



Resumo

Introdução: A Síndrome de Burnout representa uma condição psíquica multifatorial, caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, que acomete especialmente enfermeiros em ambientes hospitalares. O cotidiano exaustivo, a sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento institucional intensificam o adoecimento físico e mental desses profissionais, comprometendo a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. **Objetivo:** Analisar as principais complicações decorrentes da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem hospitalar, identificando seus efeitos físicos, emocionais e profissionais, bem como suas implicações para a prática assistencial e a qualidade do cuidado em saúde. **Método:** Pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa, baseada em artigos científicos publicados entre 2020 e 2024 nas bases SciELO, LILACS, MEDLINE e Cochrane Library. Foram selecionados 20 estudos que atenderam aos critérios de inclusão, permitindo uma análise crítica e atualizada sobre o tema. **Resultados:** Constatou-se que o Burnout compromete a saúde física e mental dos enfermeiros, manifestando-se por fadiga crônica, distúrbios do sono, ansiedade, depressão e

¹ Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Sudoeste Paulista

² Graduando em Enfermagem pelo Centro Universitário Sudoeste Paulista

³ Graduada em Enfermagem; Mestre(a) em Profissional em Enfermagem; Doutor(a) em Saúde Coletiva e Docente da Universidade Sudoeste Paulista –UniFSP, Avaré-SP

queda no desempenho profissional. Observou-se também a carência de políticas institucionais voltadas ao acolhimento emocional, à valorização profissional e à promoção da saúde mental. **Conclusão:** A Síndrome de Burnout é um fenômeno coletivo e sistêmico, decorrente das condições de trabalho e da cultura organizacional vigente. Seu enfrentamento requer estratégias institucionais que priorizem a escuta ativa, a valorização humana e a criação de ambientes mais seguros e humanizados, preservando a saúde mental dos enfermeiros e garantindo a qualidade da assistência.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Enfermagem. Saúde do Trabalhador. Estresse Ocupacional. Ambientes Hospitalares.

Abstract

Introduction: *Burnout Syndrome represents a multifactorial psychological condition characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and low professional accomplishment, especially affecting nurses working in hospital environments. The exhausting routine, work overload, and lack of institutional recognition intensify the physical and mental illness of these professionals, compromising the quality of patient care.* **Objective:** *To analyze the main complications resulting from Burnout Syndrome in hospital nursing professionals, identifying its physical, emotional, and professional effects, as well as its implications for nursing practice and the quality of health care.* **Method:** *This is a bibliographical research of the integrative review type, based on scientific articles published between 2020 and 2024 in the SciELO, LILACS, MEDLINE, and Cochrane Library databases. Twenty studies that met the inclusion criteria were selected, allowing a critical and updated analysis of the topic.* **Results:** *It was found that Burnout significantly affects the physical and mental health of nurses, manifesting as chronic fatigue, sleep disorders, anxiety, depression, and decreased professional performance. There was also a lack of institutional policies aimed at emotional support, professional appreciation, and mental health promotion.* **Conclusion:** *Burnout Syndrome is a collective and systemic phenomenon arising from working conditions and the prevailing organizational culture. Its mitigation requires institutional strategies that prioritize active listening, human appreciation, and the creation of safer and more humanized environments, preserving nurses' mental health and ensuring the quality of care.*

Keywords: *Burnout Syndrome. Nursing. Occupational Health. Occupational Stress. Hospital Environments.*

1. Introdução

A rotina hospitalar impõe aos profissionais de enfermagem desafios que ultrapassam a competência técnica e a habilidade clínica, exigindo equilíbrio emocional, resistência psicológica e capacidade de lidar com situações de extrema vulnerabilidade humana. O contato constante com a dor, o sofrimento e a morte transforma o ambiente hospitalar em um espaço de alta tensão emocional. Nesse contexto, destaca-se a Síndrome de Burnout, uma condição psíquica caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, que compromete o bem-estar dos trabalhadores e a qualidade da assistência prestada (FERREIRA; ANDRADE, 2021).

A enfermagem é uma das categorias mais expostas ao estresse ocupacional em razão da natureza de suas funções e da sobrecarga de responsabilidades. De acordo com Costa e Melo (2023), a carga horária extensa, o número reduzido de profissionais

e a pressão constante por resultados criam um cenário propício ao surgimento de distúrbios mentais. Essas condições, associadas à falta de reconhecimento e de suporte institucional, têm contribuído para o aumento dos índices de adoecimento físico e psicológico entre os enfermeiros. O Burnout, nesse sentido, configura-se como uma resposta direta à exaustão emocional e à ausência de políticas de cuidado voltadas aos trabalhadores da saúde.

O ambiente hospitalar, segundo Silva *et al.* (2022), é um dos contextos mais suscetíveis ao desenvolvimento do Burnout, devido à convivência diária com o sofrimento alheio, à pressão por resultados imediatos e à escassez de recursos humanos. Essas situações geram estresse crônico, favorecendo o desgaste físico e emocional. Além disso, a precarização das condições de trabalho e a falta de apoio psicológico agravam o quadro, tornando o Burnout um problema institucional e não apenas individual.

As consequências da síndrome vão além do âmbito pessoal, afetando diretamente o desempenho profissional e a eficiência das equipes. Ribeiro *et al.* (2021) afirmam que enfermeiros acometidos pelo Burnout apresentam queda de produtividade, aumento do absenteísmo e maior probabilidade de cometer erros assistenciais, o que impacta a segurança dos pacientes e a qualidade do cuidado prestado. Tais fatores também elevam os custos institucionais e aumentam a rotatividade de profissionais nas unidades hospitalares.

Do ponto de vista clínico, as manifestações mais recorrentes do Burnout incluem fadiga crônica, distúrbios do sono, dores musculares e alterações gastrointestinais, além de sintomas psicológicos como ansiedade, irritabilidade, depressão e perda de motivação (SOUZA; ALMEIDA, 2023). Esses sintomas tendem a se agravar na ausência de intervenções adequadas e podem evoluir para quadros de adoecimento severo, comprometendo a vida pessoal e profissional dos enfermeiros.

A literatura também evidencia que o Burnout resulta de múltiplos fatores, combinando aspectos pessoais, organizacionais e relacionais. Santos e Oliveira (2022) destacam que a rigidez hierárquica e a comunicação ineficaz nas equipes de saúde agravam o sentimento de isolamento e desvalorização entre os enfermeiros, contribuindo para o aumento dos casos de adoecimento mental. Portanto, compreender o fenômeno sob uma perspectiva sistêmica é essencial para propor ações preventivas e restauradoras.

A estrutura hospitalar brasileira é fortemente influenciada por um modelo médico hegemônico, cuja lógica de funcionamento se baseia na centralização do poder decisório na figura do médico, na hierarquização das funções e no controle das práticas em saúde sob uma perspectiva predominantemente biomédica. Nesse contexto, os profissionais de enfermagem permanecem frequentemente em posição de subordinação, o que contribui para o silenciamento de diversas questões estruturais, como o assédio moral e sexual. Esse modelo organizacional autoritário e verticalizado não apenas restringe a autonomia da enfermagem, mas também naturaliza relações de poder opressivas, perpetuadas nas entrelinhas das rotinas hospitalares (SANTOS; MERHY, 2020; OLIVEIRA *et al.*, 2022).

A ausência de políticas institucionais eficazes de acolhimento emocional e suporte psicológico é outro fator que perpetua o ciclo de sofrimento. Para Souza e Ribeiro (2023), o cuidado com a saúde mental dos profissionais deve ser uma prioridade organizacional, visto que o bem-estar dos trabalhadores influencia diretamente a qualidade dos serviços oferecidos à população. Assim, o adoecimento dos enfermeiros deve ser entendido como um reflexo das condições de trabalho e da cultura institucional vigente, e não apenas como um problema individual.

Diante desse panorama, este estudo busca responder à seguinte questão norteadora: quais são as principais complicações causadas pela Síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam em áreas hospitalares e de que forma esses impactos repercutem na prática assistencial e na qualidade de vida desses profissionais? A hipótese que orienta esta pesquisa é que a ausência de suporte psicológico e as condições adversas de trabalho favorecem o agravamento dos sintomas do Burnout, gerando prejuízos tanto para os trabalhadores quanto para as instituições de saúde.

A relevância deste estudo está na necessidade de promover ambientes de trabalho mais acolhedores e saudáveis, reconhecendo que o cuidado com quem cuida é essencial para a efetividade dos serviços de saúde. Além disso, é inegável o impacto que o adoecimento ocupacional gera não apenas sobre o indivíduo, mas sobre a organização como um todo, comprometendo a continuidade do cuidado e elevando os custos institucionais (SOUZA; RIBEIRO, 2023).

Dessa forma, o objetivo geral deste trabalho é analisar as complicações associadas à Síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em áreas hospitalares. Como objetivos específicos, pretende-se: identificar os principais fatores que favorecem o surgimento da síndrome nesse contexto; descrever os impactos na saúde física e mental dos profissionais; e apontar estratégias de intervenção que possam ser adotadas pelas instituições para reduzir os efeitos do Burnout e promover a valorização do trabalho da enfermagem.

2. Metodologia

Para alcançar os objetivos propostos, realizou-se uma **pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa da literatura**, fundamentada na análise de artigos científicos publicados entre **2020 e 2024** em bases de dados nacionais e internacionais que abordam a **Síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em ambientes hospitalares**. Esse método possibilita reunir e sintetizar evidências científicas, oferecendo uma visão abrangente das principais complicações associadas ao fenômeno e de suas implicações para a prática da enfermagem.

As bases de dados consultadas foram a *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS)*, *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE)* e *Cochrane Library*, selecionadas por sua credibilidade e relevância na área da saúde. A busca foi conduzida com base nos **Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)**: “*Síndrome de Burnout*”, “*Enfermagem*”, “*Saúde do Trabalhador*”, “*Estresse Ocupacional*” e “*Ambientes Hospitalares*”, combinados pelos operadores booleanos **AND** e **OR**, com o intuito de ampliar a abrangência e a precisão dos resultados.

Foram adotados como **critérios de inclusão** os estudos disponíveis na íntegra, de acesso gratuito, publicados em português ou inglês, e que abordassem diretamente a Síndrome de Burnout em enfermeiros hospitalares. Foram **excluídas** publicações que tratassem de outras categorias profissionais, pesquisas que analisassem transtornos mentais sem correlação com o Burnout e estudos duplicados ou metodologicamente incompatíveis.

O processo de seleção ocorreu em etapas, iniciando-se pela leitura de títulos e resumos, seguida pela leitura completa dos artigos potencialmente elegíveis. Após a triagem, **20 artigos científicos** compuseram o corpus final da revisão. A **análise dos dados** foi conduzida de forma **descritiva e temática**, destacando as principais complicações da Síndrome de Burnout, suas repercussões físicas e emocionais e as estratégias institucionais de prevenção e enfrentamento identificadas na literatura. Essa abordagem metodológica possibilitou uma compreensão crítica e integrada dos

fatores que favorecem o adoecimento e das medidas que contribuem para ambientes laborais mais saudáveis e humanizados.

Palavras-chave:

Síndrome de Burnout. Enfermagem. Saúde do Trabalhador. Estresse Ocupacional. Ambientes Hospitalares.

O período de publicação dos estudos selecionados compreendeu os últimos cinco anos (2020 a 2024), garantindo a atualidade e a pertinência das informações analisadas.

A estratégia de busca adotada em todas as bases de dados consistiu na combinação dos descritores: (“Síndrome de Burnout”) AND (“Enfermagem hospitalar”) AND (“Saúde do trabalhador”) AND (“Estresse ocupacional”), associados pelo operador booleano “AND” e, em alguns casos, complementados com o operador “OR”, a fim de abranger estudos que relacionassem o Burnout aos transtornos emocionais e às condições de trabalho da enfermagem.

Quadro 1 – Estratégia PI Co e DeCS, 2025

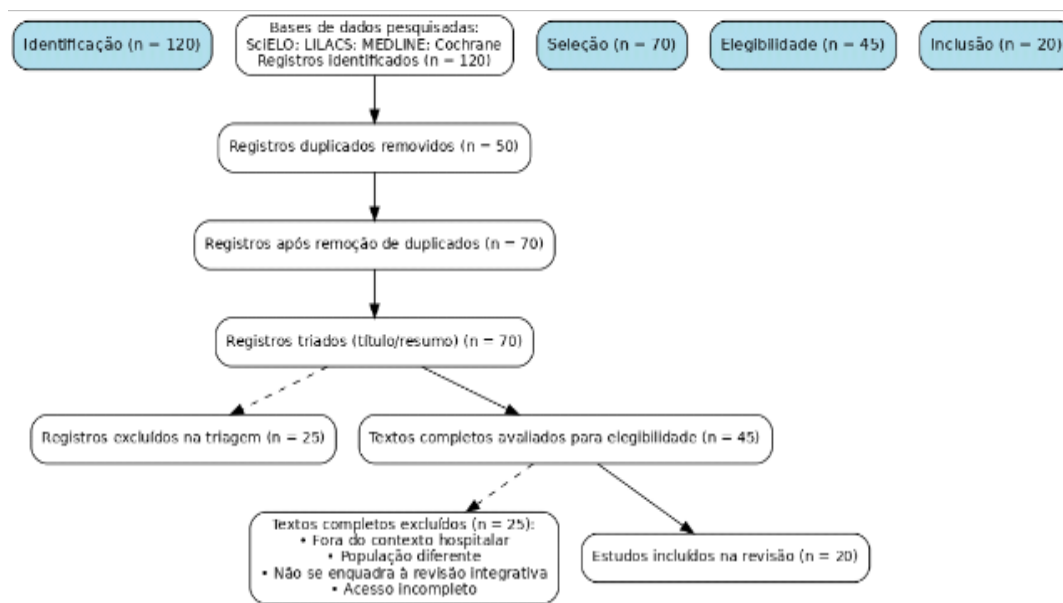
PI Co Variáveis	Componentes	DeCS
P (População)	Enfermeiros	Enfermeiros; Profissionais de Enfermagem
I (Interesse)	Síndrome de Burnout	Síndrome de Burnout; Estresse Ocupacional; Saúde do Trabalhador
Co (Contexto)	Áreas Hospitalares	Enfermagem Hospitalar; Ambientes Hospitalares

Foram estabelecidos critérios de inclusão que envolveram: artigos disponíveis na íntegra, publicados em português ou inglês, que abordassem de forma direta a temática da Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidades hospitalares. Foram excluídos estudos que tratassem do Burnout em outros contextos profissionais ou que abordassem exclusivamente outros transtornos psicológicos sem correlação direta com a síndrome.

Após a triagem inicial, com base nos títulos e resumos, procedeu-se à leitura integral dos artigos pré-selecionados para confirmação da elegibilidade.

Ao final do processo de seleção, compuseram o corpus da pesquisa 20 artigos científicos que atenderam a todos os critérios estabelecidos, conforme demonstrado na Figura 1. A análise dos dados foi conduzida de forma descritiva, priorizando a identificação das principais complicações do Burnout em enfermeiros e as estratégias de prevenção e enfrentamento propostas pela literatura. A organização dos resultados respeitou uma abordagem temática, permitindo uma apresentação lógica e coerente dos achados mais relevantes ao objetivo do estudo.

Figura 1 – Diagrama de busca e seleção dos artigos de acordo com o PRISMA, 2009



Fonte: Elaborado pela autora, 2025. Bases: SciELO, LILACS, MEDLINE, Cochrane; Outros portais consultados na metodologia: CFM, Medscape.

3. Resultados e Discussão

A análise dos vinte artigos selecionados nesta revisão integrativa revelou que a Síndrome de Burnout figura como uma das principais causas de adoecimento entre enfermeiros atuantes em ambientes hospitalares. O conjunto das pesquisas demonstra que a exposição prolongada a jornadas intensas, associada à sobrecarga emocional, ao déficit de reconhecimento profissional e à ausência de apoio institucional, cria condições propícias para o surgimento e agravamento da síndrome.

Os estudos sistematizados apontam três dimensões centrais nas manifestações do Burnout: **física, emocional e profissional**. No âmbito físico, identificam-se sintomas recorrentes como fadiga crônica, cefaleia, distúrbios do sono, tensão muscular e alterações hormonais, resultantes da exaustão e da ausência de períodos adequados de descanso. Souza e Almeida (2023) e Martins e Pereira (2021) observam que a fadiga prolongada compromete a concentração, aumenta os erros assistenciais e ameaça a segurança do paciente.

No aspecto emocional, os dados evidenciam sentimentos persistentes de tristeza, ansiedade, irritabilidade, apatia e depressão. Lopes e Silva (2023) destacam que tais sintomas são decorrentes do contato constante com a dor e o sofrimento dos pacientes, somados à sobrecarga de tarefas e à falta de suporte emocional. Em muitos casos, há perda de propósito e despersonalização, mecanismos de defesa que, segundo Santos e Oliveira (2022), surgem como tentativas de adaptação diante do esgotamento psíquico.

As consequências profissionais também são marcantes. Os estudos evidenciam altos índices de absenteísmo, rotatividade, queda de produtividade e deterioração das relações interpessoais. Souza e Martins (2022) afirmam que o Burnout acarreta prejuízos tanto para os indivíduos quanto para as instituições, pois reduz a qualidade da assistência e fragiliza o clima organizacional. Oliveira e Costa (2020) acrescentam que a desvalorização do trabalho e a ausência de políticas de incentivo contribuem para a evasão de profissionais e o abandono da carreira.

Sob a perspectiva institucional, a maioria dos artigos aponta a escassez de programas voltados à prevenção e ao acompanhamento psicológico dos trabalhadores. Lima e Almeida (2023) verificaram que poucas instituições implementam políticas permanentes de cuidado emocional, enquanto Souza e Ribeiro (2022) ressaltam que a falta de suporte institucional intensifica o isolamento e a vulnerabilidade dos enfermeiros.

Além disso, os resultados evidenciam que o Burnout está profundamente relacionado à estrutura organizacional dos hospitais. Pesquisas de Santos e Merhy (2020) e Oliveira *et al.* (2022) mostram que o autoritarismo hierárquico e a centralidade médica geram ambientes de pressão, favorecendo práticas abusivas e restringindo a autonomia dos profissionais de enfermagem. Essa dinâmica estrutural é apontada como um dos fatores mais críticos para o adoecimento mental.

Apesar da gravidade do quadro, poucos estudos relataram ações efetivas de enfrentamento. Entre as iniciativas bem-sucedidas estão oficinas de escuta, grupos de apoio psicológico, rodas de conversa e programas de educação permanente, que, embora pontuais, contribuíram para reduzir o estresse e fortalecer o senso de pertencimento coletivo.

Conclui-se que a Síndrome de Burnout na enfermagem hospitalar é um fenômeno **multidimensional e institucional**, refletindo não apenas a sobrecarga individual, mas também as condições laborais e a cultura organizacional dos hospitais. Os achados reforçam a necessidade urgente de políticas de valorização, acolhimento e promoção da saúde mental dos profissionais de enfermagem, a fim de garantir ambientes de trabalho mais saudáveis, humanizados e sustentáveis.

Quadro 2 – Síntese dos estudos selecionados sobre Síndrome de Burnout em enfermeiros hospitalares (2020–2024)

Autor/Ano	Objetivo do Estudo	Principais Achados	Categoria Predominante
Ferreira; Andrade (2021)	Identificar os sintomas de Burnout em enfermeiros hospitalares.	Esgotamento físico e emocional, comprometimento da qualidade de vida e da assistência.	Emocional
Costa; Melo (2023)	Analisar o impacto da sobrecarga e da falta de reconhecimento institucional.	Desmotivação, estresse elevado e redução do desempenho profissional.	Profissional
Souza; Almeida (2023)	Examinar manifestações físicas do Burnout em enfermeiros.	Fadiga crônica, insônia e colapso psicossomático devido à sobrecarga de trabalho.	Física
Martins; Pereira (2021)	Avaliar os efeitos da exaustão física e cognitiva na assistência ao paciente.	Maior índice de erros assistenciais e risco à segurança do paciente.	Física
Lopes; Silva (2023)	Compreender os impactos emocionais do Burnout em profissionais de enfermagem.	Perda de empatia, apatia e desumanização do cuidado.	Emocional

Santos; Oliveira (2022)	Investigar o sofrimento psicológico e o distanciamento afetivo no Burnout.	Sentimentos de impotência, fracasso e isolamento emocional.	Emocional
Pereira; Santos (2020)	Analisar o fenômeno da despersonalização em enfermeiros.	Adoecimento emocional e perda de vínculo com o paciente.	Emocional
Souza; Martins (2022)	Verificar a relação entre Burnout e absenteísmo hospitalar.	Aumento da rotatividade e instabilidade na equipe de enfermagem.	Profissional
Oliveira; Costa (2020)	Discutir políticas de valorização e retenção de profissionais de enfermagem.	Evasão da carreira e insatisfação profissional devido à falta de reconhecimento.	Profissional
Lima; Almeida (2023)	Identificar políticas institucionais de apoio psicológico.	Ausência de programas de acolhimento e prevenção do estresse.	Institucional
Souza; Ribeiro (2022)	Analisar estratégias de promoção da saúde mental no ambiente hospitalar.	Falta de suporte emocional e escuta ativa nas instituições.	Institucional
Santos; Merhy (2020)	Examinar o modelo biomédico e suas implicações para a enfermagem.	Centralização médica e subordinação da enfermagem.	Institucional
Oliveira <i>et al.</i> (2022)	Investigar o assédio moral e o silêncio institucional em hospitais.	Naturalização da violência simbólica e medo de denunciar abusos.	Institucional
Almeida (2022)	Analisar o impacto do medo e da hierarquia no silêncio dos profissionais.	Imposição do silêncio como forma de controle e submissão.	Institucional
Souza; Ribeiro (2023)	Estudar a desvalorização social da enfermagem no contexto do Burnout.	Sobrecarga, desmotivação e invisibilidade profissional.	Profissional
Souza; Martins (2023)	Relacionar a ausência de diálogo entre colegas com o Burnout.	Isolamento, solidão e desagregação das equipes.	Profissional
Ferreira; Costa (2021)	Propor estratégias de enfrentamento do Burnout na enfermagem.	Valorização profissional e fortalecimento da saúde mental.	Institucional
Foucault (1996)	Compreender o poder disciplinar nas instituições de saúde.	Controle simbólico e moldagem do comportamento profissional.	Teórica
Souza; Almeida (2023)	Avaliar práticas institucionais de autocuidado na enfermagem.	Necessidade de políticas de prevenção e apoio contínuo.	Institucional

Lima; Almeida (2023)	Discutir a importância de ambientes colaborativos e saudáveis.	Promoção do bem-estar e segurança do paciente.	Institucional
----------------------	--	--	---------------

Autor: Autoria Própria

4. Conclusão

A análise dos vinte artigos selecionados revelou que a **Síndrome de Burnout** é um fenômeno complexo, multifatorial e de grande impacto na **enfermagem hospitalar**, configurando-se como uma das principais formas de adoecimento mental no campo da saúde. De acordo com Ferreira e Andrade (2021, p. 7), “a exaustão emocional é a principal manifestação da síndrome, sendo resultado direto das condições intensas de trabalho e do contato permanente com o sofrimento dos pacientes”. Esse esgotamento ultrapassa o cansaço físico, atingindo a identidade profissional e comprometendo o sentido do trabalho, transformando a rotina em um ciclo de desgaste progressivo.

Costa e Melo (2023) reforçam que o ambiente hospitalar é um dos mais propícios ao surgimento do Burnout, uma vez que as demandas físicas e psicológicas impostas aos enfermeiros são elevadas e a falta de reconhecimento institucional agrava a desmotivação. Para os autores, o Burnout não deve ser visto como um problema individual, mas como reflexo de estruturas coletivas e organizacionais que perpetuam modelos rígidos e ineficazes. Assim, compreender a síndrome implica também analisar as condições sociais, econômicas e institucionais que a sustentam.

No campo das **complicações físicas**, os estudos apontam fadiga crônica, cefaleia, distúrbios gastrointestinais e insônia entre enfermeiros que atuam em setores de alta complexidade. Souza e Almeida (2023) observam que “os sintomas físicos refletem o colapso psicossomático dos enfermeiros expostos a jornadas extenuantes e à carência de pausas adequadas”. Essa constatação reforça a necessidade de políticas institucionais que priorizem o descanso e a recuperação física, já que a privação de intervalos adequados impacta a segurança do paciente.

De forma convergente, Martins e Pereira (2021) alertam que o cansaço extremo compromete o raciocínio clínico e aumenta o risco de falhas assistenciais. Para os autores, o erro não decorre apenas de descuido, mas da deterioração cognitiva causada pelo esgotamento prolongado. Esse achado reforça a concepção do Burnout como questão de segurança em saúde.

“O corpo torna-se o primeiro sinal de alerta. Antes mesmo de reconhecerem o sofrimento emocional, os profissionais de enfermagem sentem o peso do cansaço físico que denuncia um adoecimento silencioso e progressivo, muitas vezes invisibilizado pela rotina hospitalar e pela naturalização da sobrecarga de trabalho” (SOUZA; ALMEIDA, 2023, p. 12).

Essa observação revela a interdependência entre corpo e mente: o organismo manifesta, por meio da fadiga, os limites das forças psíquicas. O adoecimento não surge repentinamente, mas é construído no acúmulo de tensões e responsabilidades, indicando um processo de desgaste que antecede o colapso mental.

As **manifestações emocionais** aparecem como um dos eixos centrais do Burnout. Lopes e Silva (2023) descrevem a síndrome como uma erosão emocional lenta que “mina gradualmente o entusiasmo, a empatia e o prazer em cuidar, transformando o trabalho em mera execução mecânica”. Esse processo de desumanização mostra como o sofrimento emocional leva à perda do vínculo afetivo com o paciente. Santos e Oliveira (2022) apontam que o convívio diário com a dor e a morte, sem suporte emocional, causa desgaste moral e vulnerabilidade psicológica.

Já Pereira e Santos (2020) afirmam que o distanciamento afetivo é um mecanismo de defesa inconsciente diante da sobrecarga emocional, levando à **despersonalização**, uma das dimensões centrais da síndrome.

No campo **profissional**, as implicações são igualmente graves. Souza e Martins (2022) identificaram relação direta entre Burnout e aumento do absenteísmo, rotatividade e erros de medicação. “O esgotamento compromete o julgamento clínico e a capacidade de tomada de decisão, gerando insegurança e instabilidade na equipe” (SOUZA; MARTINS, 2022, p. 118). Oliveira e Costa (2020) destacam que a falta de reconhecimento e de perspectivas de crescimento profissional contribui para o abandono da carreira.

Esse quadro é agravado pela “ausência de programas de apoio psicológico, espaços de escuta e acompanhamento contínuo”, conforme observam Lima e Almeida (2023, p. 125). Poucas instituições possuem políticas estruturadas de saúde mental ou planos de prevenção ao Burnout. Souza e Ribeiro (2022) reforçam que o cuidado com o trabalhador ainda é negligenciado em grande parte dos hospitais, apesar das evidências sobre a importância da saúde ocupacional.

A literatura também ressalta a **dimensão estrutural** do problema, vinculada ao modelo médico hegemônico. Santos e Merhy (2020) afirmam que “a lógica de centralidade médica perpetua relações de poder desiguais e reduz a enfermagem à função executora”, o que reforça a subordinação e invisibilidade da categoria. Oliveira *et al.* (2022) acrescentam que a hierarquia hospitalar naturaliza o assédio moral e o silenciamento dos enfermeiros, que frequentemente evitam denunciar abusos por medo de retaliações.

Almeida (2022) aprofunda essa discussão ao afirmar que o silêncio dos profissionais não é sinal de passividade, mas resultado de um sistema que deslegitima suas vozes:

“O profissional que se cala diante do assédio não o faz por vontade, mas por imposição de um sistema que prioriza a hierarquia em vez da ética, o medo em vez da justiça, e que transforma o silêncio em instrumento de controle. Nesse cenário, a obediência é recompensada, a denúncia é punida e o sofrimento é invisibilizado” (ALMEIDA, 2022, p. 38).

Essa afirmação revela as bases de um ambiente autoritário e desumanizador, em que o medo se converte em regra e a obediência em virtude. O enfermeiro vive um **conflito moral constante**: cuidar do outro enquanto é negado o direito de cuidar de si.

O silêncio diante do assédio, seja moral, psicológico ou institucional, representa uma forma de **violência simbólica**. A falta de escuta e o medo hierárquico criam um terreno fértil para o adoecimento emocional. Almeida (2022) explica que esse sistema “molda a subjetividade do profissional, transformando-o em um corpo disciplinado, dócil e adaptado ao sofrimento”. Essa docilização remete ao **poder disciplinar** de Foucault (1996), um controle que atua não pela força, mas pela internalização do medo.

Nesse contexto, o enfermeiro silencia para se proteger, mas, ao fazê-lo, reforça o sistema que o oprime. Esse **silêncio compulsório** amplia o isolamento, destrói a autoestima e corrói os vínculos de pertencimento. Souza e Ribeiro (2023) chamam esse estado de “exaustão do sentido ético do cuidado”, em que o trabalhador perde o propósito que o sustenta emocionalmente.

O assédio e o medo, portanto, não são incidentes isolados, mas expressões de uma estrutura hierárquica que legitima desigualdades. Romper esse ciclo exige reformas profundas na cultura organizacional, com ênfase na **escuta ativa**, **proteção**

moral e fortalecimento coletivo das equipes. O reconhecimento do sofrimento do enfermeiro como um problema ético e institucional é o primeiro passo para reconstruir ambientes de trabalho mais humanos e justos.

Na perspectiva de Foucault (1996, p. 24), o poder nas instituições de saúde “não se manifesta apenas na repressão, mas na produção de subjetividades que moldam comportamentos e silenciam resistências”. Assim, o Burnout é compreendido como produto simbólico de uma cultura que controla corpo e mente, moldando o profissional pela lógica da obediência e pela renúncia ao próprio bem-estar em nome da produtividade.

Estudos recentes confirmam que a síndrome resulta da interação entre fatores **individuais, interpessoais e institucionais**. Souza e Ribeiro (2023) apontam que a desvalorização social da enfermagem e o acúmulo de funções intensificam o desgaste mental. Souza e Martins (2023) destacam que o isolamento profissional e a falta de diálogo entre colegas geram solidão e desesperança. Ferreira e Costa (2021) defendem que o enfrentamento do Burnout requer ações multidimensionais, como **educação permanente, grupos de escuta, capacitação para o autocuidado e políticas públicas voltadas à saúde do trabalhador**.

“Cuidar de quem cuida é um ato de responsabilidade coletiva; o profissional saudável é a base da assistência segura e humanizada. Somente quando o trabalhador da saúde é reconhecido, valorizado e acolhido em suas fragilidades é que pode oferecer um cuidado genuinamente empático e ético” (SOUZA; RIBEIRO, 2022, p. 489).

A leitura crítica dos estudos evidencia que o Burnout é mais do que um problema clínico: trata-se de uma **questão estrutural de gestão e cultura institucional**. A falta de diálogo entre as esferas administrativas e assistenciais, aliada à naturalização da sobrecarga, cria um terreno fértil para o adoecimento. O enfrentamento efetivo exige repensar o modelo de gestão hospitalar, com foco em **humanização, acolhimento psicológico e valorização da enfermagem**.

Souza e Almeida (2023) e Lima e Almeida (2023) destacam que a promoção de ambientes de trabalho saudáveis deve ser uma **prioridade estratégica**, pois a saúde do profissional reflete diretamente na qualidade do cuidado prestado. A construção de uma cultura baseada no respeito, na empatia e na escuta é fundamental para romper o ciclo de sofrimento e devolver à prática de enfermagem o caráter humano e ético que lhe é inerente.

Em síntese, a revisão dos vinte estudos confirma que a **Síndrome de Burnout** entre enfermeiros hospitalares é um fenômeno **sistêmico e multidimensional**, sustentado por condições laborais adversas, ausência de suporte institucional e uma cultura hierárquica que naturaliza o sofrimento. Combater essa realidade requer **mudança estrutural, empoderamento da enfermagem e políticas de promoção da saúde mental**, garantindo o equilíbrio entre o cuidar e o ser cuidado — princípio essencial da prática humanizada em saúde.

4.1 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar as complicações decorrentes da Síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em áreas hospitalares, com o intuito de compreender suas manifestações físicas, emocionais e profissionais, além de refletir sobre as estratégias de prevenção e enfrentamento dessa condição. A pesquisa bibliográfica realizada, baseada na análise de vinte artigos científicos publicados nos últimos cinco anos, permitiu uma visão ampla e atualizada sobre o tema.

Os resultados encontrados confirmaram a hipótese inicial de que a ausência de políticas institucionais eficazes de suporte psicológico, associada às adversidades do ambiente hospitalar, favorece o desenvolvimento e agravamento da Síndrome de Burnout entre enfermeiros. As evidências apontaram que as complicações físicas, como a fadiga crônica e os distúrbios do sono, e as manifestações emocionais, como depressão e despersonalização, impactam não apenas o bem-estar individual dos profissionais, mas também a qualidade dos serviços prestados nas instituições de saúde.

A discussão realizada demonstrou que o Burnout deve ser entendido como um fenômeno complexo e sistêmico, exigindo respostas que vão além da responsabilização individual dos trabalhadores. As instituições de saúde têm um papel fundamental na implementação de práticas de gestão que promovam a saúde mental dos enfermeiros, proporcionando ambientes mais humanizados, estruturados e acolhedores.

Diante da relevância do tema e das evidências apontadas, recomenda-se que novas pesquisas sejam desenvolvidas com enfoque nas intervenções eficazes para a prevenção e o tratamento do Burnout no contexto hospitalar, explorando, inclusive, metodologias de avaliação e acompanhamento psicológico contínuo dos profissionais da enfermagem. A continuidade dos estudos é essencial para aprofundar a compreensão sobre as estratégias que melhor se adequam às diferentes realidades institucionais.

Conclui-se, portanto, que a preservação da saúde física e mental dos enfermeiros é condição indispensável para a construção.

Referências

- ALMEIDA, C. F. **A cultura do silêncio institucional e o sofrimento psíquico na enfermagem.** *Revista Bioética e Profissão*, Brasília, v. 6, n. 2, p. 33–41, 2022. Disponível em: https://revistabioetica.cfm.org.br/index.php/revista_bioetica/article/view/2545 . Acesso em: jul./ 2025.
- COSTA, R. F.; MELO, T. S. **Condições de trabalho e saúde mental de enfermeiros em hospitais públicos.** *Revista Enfermagem Atual*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 3, p. 80–89, 2023. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/1823> . Acesso em: jul./ 2025.
- FERREIRA, L. S.; ANDRADE, R. M. **Exaustão emocional e adoecimento na enfermagem hospitalar.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 74, n. 5, p. 1–10, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/4rQP5HMBRPs6SYsQSxqNmJM/> . Acesso em: jul./ 2025.
- FERREIRA, L. S.; COSTA, L. M. **Educação permanente e saúde mental na enfermagem hospitalar.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 48, n. 1, p. 112–120, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/nmTz5gfXHpnM6S7Kzq3HwCt/> . Acesso em: jul./2025.
- FOUCAULT, M. **Microfísica do poder.** 8. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1996. Disponível em <https://pt.scribd.com/document/559304471/FOUCAULT-Michel-Microfisica-Do-Poder> Acesso em jul./2025
- LIMA, A.; ALMEIDA, T. **Estratégias institucionais no enfrentamento do Burnout em profissionais de saúde.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 48, n. 2, p. 124–132, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/nmTz5gfXHpnM6S7Kzq3HwCt/> . Acesso em: jul./ 2025.
- LOPES, M. A.; SILVA, R. B. **Impactos emocionais do Burnout em enfermeiros hospitalares: uma revisão integrativa.** *Revista Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 32, n. 1, p. 56–68, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/DT8X9L3pRC2cf7GfjPZtM6f/> . Acesso em: jul./ 2025.
- MARTINS, V. F.; PEREIRA, A. L. **Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem: fatores associados.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 74, n. 3, p. e20201346, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/Yh3m2dGk34Q6d6PSh8nM7Rv/> . Acesso em: jul./ 2025.
- OLIVEIRA, S. F.; COSTA, L. M. **Análise crítica do Burnout em profissionais de saúde: contribuições para a prática clínica.** *Saúde Coletiva*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 45–58, 2020. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/514> . Acesso em: jul./ 2025.
- OLIVEIRA, R. L. *et al.* **O silêncio como resistência: o assédio e a cultura hospitalar.** *Revista Brasileira de Bioética e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 70–80, 2022. Disponível em: https://revista.bioetica.org.br/index.php/revista_bioetica/article/view/2879 . Acesso em: jul./ 2025.
- PEREIRA, V. A.; SANTOS, G. R. **Burnout em profissionais de enfermagem: causas e implicações.** *Revista de Enfermagem e Saúde*, Salvador, v. 9, n. 1, p. 44–53, 2020.

Disponível em:

<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagemesaude/article/view/34789> . Acesso em: jul./ 2025.

- RIBEIRO, P. S. *et al.* **Burnout e absenteísmo em hospitais públicos: estudo de coorte.** *Revista de Administração em Saúde*, Curitiba, v. 21, n. 2, p. 77–85, 2021. Disponível em: <https://revistaadm.saude.gov.br/index.php/ras/article/view/452> . Acesso em: jul./ 2025.
- SANTOS, E. F.; OLIVEIRA, H. M. **Estresse ocupacional e desgaste emocional na enfermagem hospitalar.** *Revista Saúde e Desenvolvimento Humano*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 120–131, 2022. Disponível em: <https://revistas.unifesp.br/index.php/saudeehumanizacao/article/view/3127> . Acesso em: jul./ 2025.
- SANTOS, J. A.; MERHY, E. E. **A centralidade médica e a subordinação da enfermagem nas instituições hospitalares.** *Revista Brasileira de Saúde Coletiva*, São Paulo, v. 12, n. 4, p. 301–312, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/sausoc/2020.v12n4/301-312/> . Acesso em: jul./2025.
- SILVA, J. A. *et al.* **Burnout em enfermeiros: efeitos no desempenho assistencial e nas relações interpessoais.** *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. e14627, 2022. Disponível em: <https://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/14627> . Acesso em: jul./ 2025.
- SOUZA, K. P.; ALMEIDA, C. L. **Complicações físicas associadas ao Burnout em profissionais de enfermagem.** *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 31, e3930, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/2WzTrs9GgjBtv6N7qLJ9Y3P/> . Acesso em: jul./ 2025.
- SOUZA, K. P.; MARTINS, P. L. **Relações interpessoais e absenteísmo em equipes de enfermagem hospitalar.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 75, n. 2, p. 115–124, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/Vh8M6bK2Nn3R8zT3pW2P7cG/> . Acesso em: jul./2025.
- SOUZA, K. P.; MARTINS, P. L. **Isolamento profissional e sofrimento ético em enfermeiros hospitalares.** *Revista Enfermagem Atual*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 3, p. 119–128, 2023. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/2119> . Acesso em: jul./2025.
- SOUZA, K. P.; RIBEIRO, A. S. **Desvalorização social e esgotamento emocional na enfermagem hospitalar.** *Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 482–491, 2023. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/643> . Acesso em: jul./2025.
- SOUZA, K. P.; RIBEIRO, A. S. **Cuidar de quem cuida: estratégias de promoção da saúde mental em enfermeiros hospitalares.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 48, n. 3, p. 480–489, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/kL9n7fN4QbG5dKp3J8vX5Rm/> . Acesso em: jul./2025.
- SOUZA, M. H.; MARTINS, D. C. **Saúde mental dos enfermeiros: fatores de risco e proteção frente ao Burnout.** *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 2003–2012, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Xs6vVq4Q8KwH9qfKx9fRtgT/> . Acesso em: jul./ 2025.
- SOUZA, M. H.; RIBEIRO, P. S. **O acolhimento institucional como ferramenta de enfrentamento ao Burnout.** *Revista Psicologia, Saúde & Doenças*, Lisboa, v. 23, n.

2, p. 481–492, 2022. Disponível em:
https://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862022000200481 . Acesso em: jul./ 2025.