



Síndrome de Burnout: Fatores relacionados à problemas de saúde mental em profissionais de emergência


Burnout Syndrome: Factors related to mental health problems in emergency professionals


 DOI: 10.5281/zenodo.8051313

 ARK: 57118/JRG.v6i13.647

Recebido: 03/05/2023 | Aceito: 17/06/2023 | Publicado: 01/07/2023

Maria Eduarda Costa Moura¹


 <https://orcid.org/0009-0000-5629-1554>


 <https://lattes.cnpq.br/1682090716801072>

Centro Universitário Cesmac, AL, Brasil

E-mail: eduardacmoura00@gmail.com

Jandson de Oliveira Soares²


 <https://orcid.org/0000-0002-3964-2268>


 <http://lattes.cnpq.br/5027886166561621>

Centro Universitário Cesmac, AL, Brasil

E-mail: jandson.oliveira@cesmac.edu.br

Alessandra Nascimento Pontes³

 <https://orcid.org/0000-0001-8064-2991>

 <http://lattes.cnpq.br/2333011156292736>

Centro Universitário Cesmac, AL, Brasil

E-mail: anpontes@gmail.com



Resumo

Introdução: A Síndrome de Burnout é ocasionada por diversos fatores sendo, por exemplo, exaustão psíquica e estressores interpessoais crônicos no ambiente de trabalho que são caracterizadas por três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e excesso de carga horária e demanda prejudicando o psicológico e físico. A SB pode ser desencadeada por qualquer pessoa, porém é mais presente em profissionais que mantém contato direto com o público. **Objetivo:** O artigo em questão tem como objetivo descrever os aspectos associados à Síndrome de Burnout e o Estresse Ocupacional em enfermeiros que atuam em um serviço de emergência. **Metodologia:** baseia-se em uma revisão exploratória bibliográfica e qualitativa do tipo revisão integrativa da literatura, sendo realizada por meio de levantamentos de dados nas bibliotecas virtuais BVS, PUBMED, PEPsic e SCIELO a busca por artigos científicos a respeito do tema, sendo 7 artigos acadêmicos selecionados a respeito da temática central. **Resultados e Discussão:** Os dados obtidos foram que a Síndrome de Burnout manifesta-se principalmente no campo de atuação dos profissionais de emergência devido à baixa remuneração, sobrecarga de serviços, duplas jornadas de trabalho e por prestação do atendimento em alta demanda. **Conclusão:** Dessa forma, fica evidenciado que a Síndrome de Burnout está relacionada ao estilo e qualidade de vida dos profissionais da saúde com enfoque

¹ Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Cesmac.

² Enfermeiro. Mestre do curso em Enfermagem pelo Centro Universitário Cesmac.

³ Enfermeira. Doutora Distúrbio do Neurodesenvolvimento – Mazenzie.

em quem atua na emergência, sendo necessário ofertar menor carga para esses profissionais devido à sua grande suscetibilidade de desenvolver a patologia.

Palavras-chave: Enfermagem geriátrica. Doença de Alzheimer. Cuidados de enfermagem.

Abstract

Introduction: *Burnout syndrome is caused by several factors, such as psychic exhaustion and chronic interpersonal stressors in the work environment, which are characterized by three interdependent dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and excessive workload, and demand that impairs the psychological and physical. BS can be triggered by anyone, but it is more present in professionals who maintain direct contact with the public.* **Objective:** *The aim of this study was to describe aspects associated with Burnout Syndrome and Occupational Stress in nurses who work in an emergency service.* **Methodology:** *used was an exploratory bibliographical and qualitative review of the integrative literature review type, being carried out through data surveys in the virtual libraries BVS, PUBMED, PEPSIC and SCIELO the search for scientific articles on the subject.* **Results and Discussion:** *were that the Burnout Syndrome manifests itself mainly in the field of action of emergency professionals due to low remuneration, overload of services, double working hours and provision of care in high demand.* **Conclusion:** *it is evident that the Burnout Syndrome is related to the style and quality of life of health professionals, with a focus on those who work in the emergency, and it is necessary to offer less workload for these professionals due to their great susceptibility to develop the pathology.*

Keywords: *Geriatric Nursing. Alzheimer's disease. Nursing care.*

1. Introdução

A Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional que pode afetar profissionais de diversas áreas. Ela é caracterizada por exaustão física, emocional ou mental que surge geralmente devido ao acúmulo de estresse no trabalho ou relacionado aos estudos. A síndrome do esgotamento profissional pode ser dividida em três fases, fase 1 que o indivíduo começa a apresentar sinais de exaustão emocional e física, além de irritabilidade e dificuldade para dormir; fase 2, o indivíduo passa a se afastar das atividades cotidianas e apresenta sintomas como despersonalização e cinismo; fase 3, o indivíduo apresenta sintomas como depressão e ansiedade (SILVA, 2021).

A Síndrome de Burnout é um problema que afeta a saúde mental das pessoas de todos os âmbitos profissionais, sendo, as mais observadas em pesquisas as profissões mais afetadas são as da área da saúde, educação e serviços sociais. Isso porque essas áreas exigem muito dos profissionais e podem ser bastante estressantes (PERNICIOTTI, 2020).

Alguns pontos podem ser destacados como fatores para desenvolvimento da síndrome, sendo, o excesso de trabalho, estresse emocional, falta de apoio social e emocional, condições de trabalho inadequada e exigências burocráticas (SILVA, 2021).

O excesso de trabalho com os profissionais de emergência ocorre frequentemente com os que trabalham em turnos longos e extenuantes, muitas vezes com poucas pausas ou tempo para descanso. O excesso de trabalho pode levar à fadiga crônica, o que aumenta o risco de Burnout e outros problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade. Já o estresse emocional: Lidar com situações de vida

ou morte, tomar decisões críticas em segundos e testemunhar o sofrimento humano em primeira mão pode ter um impacto emocional profundo. O estresse emocional constante pode causar sintomas de Burnout, como despersonalização, exaustão emocional e redução da realização pessoal (PRADO, 2016).

No caso da falta de apoio social e emocional ocorre com os profissionais de emergência que podem se sentir isolados em seus ambientes de trabalho, especialmente se não houver um sistema de apoio adequado para lidar com as emoções e o estresse. Sendo, a falta de apoio emocional pode aumentar a vulnerabilidade ao Burnout e outros problemas de saúde mental. Desgaste da compaixão: A exposição constante ao sofrimento e à dor dos pacientes pode levar a uma diminuição da empatia e da compaixão pelos profissionais, resultando em desgaste da compaixão. Isso pode contribuir para o Burnout e outros problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade (TRIGO, 2007).

É importante ressaltar que as condições de trabalho inadequadas devido que os profissionais de emergência podem enfrentar condições de trabalho precárias, como falta de recursos, espaço físico inadequado e falta de equipamentos de proteção. Essas condições podem aumentar o estresse e a ansiedade, contribuindo para o desenvolvimento da síndrome de Burnout. Com isso possui também as exigências burocráticas que vão desde a pressão para cumprir exigências administrativas e burocráticas que podem sobrecarregar ainda mais os profissionais de emergência, aumentando o estresse e contribuindo para o Burnout o que pode desencadear a falta de controle e autonomia que é a incapacidade de ter controle sobre decisões relacionadas ao trabalho, horários e condições de trabalho pode aumentar a sensação de impotência e frustração, levando ao Burnout (PRADO, 2016).

É importante abordar sobre os fatores de riscos que desencadeiam a síndrome de Burnout entre os profissionais de emergência e quais tratamentos são utilizados. Portanto, é relevante o desenvolvimento de estudos que avaliem a Síndrome de Burnout e o Estresse Ocupacional entre enfermeiros que atuam em serviços de urgência e emergência, bem como que identifiquem os aspectos associados a tais problemas e suas possíveis soluções. Dessa forma, é importante ressaltar quais os efeitos causados por o estresse ocupacional juntamente da Síndrome de Burnout, diante disso, a questão norteadora do trabalho é: “Quais são os fatores relacionados ao estresse ocupacional que desencadeia a Síndrome de Burnout nos profissionais que atuam na área da saúde com o enfoque na emergência?”

Com base na questão norteadora, o presente trabalho demonstra sua extrema importância para a comunidade científica ao coletar e analisar bibliografias pertinente ao tema possibilitando a construção de um material que poderá ser consultado futuramente por estudantes, profissionais e pessoas que desejem compreender sobre o assunto com a finalidade de abranger e aprimorar seus conhecimentos.

Diante disso, o trabalho tem como objetivo descrever os aspectos associados à Síndrome de Burnout e o Estresse Ocupacional em enfermeiros que atuam em um serviço de emergência.

2. Metodologia

Esta pesquisa seguiu a metodologia de revisão exploratória bibliográfica e qualitativa do tipo revisão integrativa da literatura, pesquisando os temas voltados ao trabalho através de levantamento de referências teóricas publicadas em meio eletrônico, encontrados em artigos e sites científicos.

O estudo elaborado foi de corte transversal, sendo uma metodologia que tem como intuito obter dados fidedignos que ao final da pesquisa permitam elaborar conclusões confiáveis gerando novas hipóteses que poderão ser investigadas com outras novas pesquisas. Vale salientar que o método corte transversal é utilizado para a elaboração de políticas de saúde pública (RAIMUNDO, 2018).

A pesquisa foi realizada por meio de levantamentos de dados nas bibliotecas virtuais BVS, PUBMED, PEPSIC e SCIELO a busca por artigos científicos a respeito do tema. Foram utilizados como descritores Burnout, saúde mental, estresse ocupacional e emergência.

Os critérios utilizados para a inclusão dos artigos científicos nesta revisão bibliográfica, foram artigos publicados na língua portuguesa e língua inglesa artigos gratuitos e com livre acesso, artigos que possuem resumos disponíveis nas bases de dados utilizadas e artigos relacionados ao tema proposto no projeto. Os critérios de exclusão adotados foram os periódicos que não foram revisados por pares e; artigos duplicados na base de dados.

A revisão bibliográfica fornece uma ampla gama de informações, além de permitir o uso de dados contínuos em muitas publicações, ajudando também na elaboração ou melhor definição do quadro conceitual que engloba o objeto de estudo apresentado (SOUSA, 2021). Esse tipo de pesquisa procura saber qual o conhecimento que a comunidade científica tem trazido enquanto avalia as principais tendências de investigação sobre este conteúdo.

A revisão integrativa é a abordagem metodológica mais ampla relacionada às revisões, pois utiliza de que utiliza de recurso metodológico por meio de coleta de informações e então sintetiza dados teóricos e empíricos, combinando com dados da literatura teórica e empírica para chegar a definição de conceitos, revisão de teorias e evidências, bem como a análise de um tema específico (UNESP, 2015).

3. Resultados

Os resultados apresentados retrataram sobre a Síndrome de Burnout sendo ocasionada devido ao estresse no ambiente de trabalho, sendo, consequência de políticas inadequadas da instituição de saúde quanto ao ambiente físico e psicológico de trabalho. O presente projeto consistiu em relatar sobre os impactos causados através da Síndrome de Burnout e como o esgotamento físico e psicológico juntamente de outros sintomas como, por exemplo, o cansaço e a exaustão são os sintomas mais identificados.

Logo após a execução dos critérios de inclusão e exclusão, chegou à conclusão de 30 artigos no total, os quais faziam parte das bibliotecas virtuais BVS, MEDLINE, PUBMED e LILACS: PEPSIC, SCIELO. Marcando os idiomas português e inglês restaram 29 artigos, onde 9 foram excluídos por não ter ligação com o contexto do tema e por serem duplicados e 13 artigos excluídos por não serem gratuitos. Após serem removidos, ficaram o total de 7 artigos para a elaboração contando com partes fundamentais de acordo com o tema, objetivo e problemática desta revisão de literatura.

Em seguida, foi feita a análise dos artigos selecionados, levando em consideração os que tem relação com a problemática da revisão. Em conformidade com os materiais obtidos, foi elaborado um quadro com dados de cada artigo de maneira estruturada, contendo o título, autor, base de dados, ano de publicação, revista, autores e seus principais resultados. Foi direcionado um total de 7 artigos, que foram lidos e analisados, buscando partes fundamentais de acordo com o tema, objetivo e problemática desta revisão integrativa de literatura.

Foi realizada à análise dos artigos levando em consideração os que tem relação com a problemática da revisão. De acordo com os materiais fornecidos, foi elaborado um quadro com dados de cada artigo de maneira estruturada, possuindo título do artigo, autores, ano de publicação e os principais achados.

As pesquisas selecionadas foram de acordo com sua temática e metodologia. Procurou-se por metodologias como pesquisa de campo, estudos transversais, observacionais, analíticos e descritivo-exploratório. Foram escolhidos aqueles que apresentavam maior credibilidade ao tema, explorando sobre a Síndrome de Burnout e os fatores relacionados à problemas de saúde mental em profissionais de emergência.

3 Discussão

Burnout significa traduzido do inglês, "burn" quer dizer queima e "out" exterior. A primeiras citações da síndrome de Burnout ocorreu em 1974 realizada por Herbert Freudenberg nos Estados Unidos da América no qual o mesmo citava em seus estudos sobre a perda de motivação e comprometimento das pessoas além de outros sintomas psíquicos e físicos como, por exemplo, perda de energia quando manifestada por voluntários em tratamento de uma instituição de drogados (OLIVEIRA, 2022).

Fica explícito que a SB é uma patologia antiga e que está amplamente na sociedade. Atualmente, no mundo em todos os âmbitos profissionais é notório a competitividade e tal contexto atribui para a forma que os trabalhadores recebem a demanda em suas respectivas atividades, gerando consequências drásticas. Diante de tal situação nota-se que a necessidade de adaptação constante do trabalhador é bastante exigida em diversas competências e além de maior dedicação, mesmo com as aliadas facilidades tecnológicas que permitem a conexão em tempo real a todo momento, penetram na vida do trabalhador podendo gerar estresse crônico (ANDRADE, 2021).

A SB tem sido considerada problema social de extrema relevância, sendo estudada em vários países, e, inclusive, no Brasil seus estudos são bem recentes. A síndrome surge como resposta aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho como, por exemplo, quando acontece algo que o amedronta, irrita, excita ou o faz extremamente feliz o que gera estresse, visto que foi definida como o desgaste geral do organismo (ARAÚJO, 2021).

A síndrome de Burnout é considerada atualmente como um problema social que remete a ser um assunto de extrema relevância resultando em estudos em vários países, inclusive, no Brasil. A SB surge como resposta aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho. A SB se manifesta a partir de quatro classes, sendo, física (quando o trabalhador tem fadiga constante, insônia e falta de apetite), psíquica (falta de atenção, alterações na memória, ansiedade e frustração), comportamental (o indivíduo é negligente no trabalho, irritação ocasional ou instantânea, falta de concentração, conflitos aumentados com o relacionamento de colegas) e a defensiva (tendência de isolamento, sentimento de impotência, empobrecimento de qualidade do trabalho e atitude clínica) (ARAÚJO, 2021).

Burnout é uma síndrome psicológica que agride indivíduos expostos a crises crônicas de estresse no trabalho e acomete mais aqueles que se relacionam intensamente com outras pessoas. Há como características três componentes relacionados, porém independentes: Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DP) e Redução da Realização Pessoal (RRP) (MENEZES, 2017).

A EE é a que define fundamentalmente a síndrome. É a primeira reação causada em resposta à sobrecarga de trabalho, conflito social e estresse de constantes exigências, acarretando estratégia de enfrentamento, distanciamento emocional e cognitivo do profissional em relação ao trabalho. A DP ocorre como tentativa de proteção à EE fazendo com que o indivíduo se distancie do trabalho e das pessoas. A RRP acarreta no indivíduo desenvolvimento de sentimento inadequado pessoal e profissional no trabalho, perde a confiança em si e capacidade em se destacar (GRAZZIANO, 2010).

Por ser a SB uma reação psicológica bem conhecida entre profissionais da saúde, fatores desencadeantes são comuns, como baixo senso de coerência, fechamento de relações com o paciente, carga de trabalho, autonomia, desenvolvimento profissional, desempenho do feedback, ambiente de trabalho e interação entre estes e outros estresses de características relacionadas (FERRARI, 2022).

Vale ressaltar que Burnout ocorre principalmente em profissões incluindo médicos, enfermeiros ou educadores e pesquisas realizadas através do Ministério da Saúde aponta que nos últimos 20 anos, vários estudos relataram alta prevalência na taxa dessa síndrome nestes profissionais (EMBRIACO, 2007).

Diante do exposto sobre evolução histórica da SB, explicação, reflexão sobre o Burnout e trabalho de diversos âmbitos profissionais que exercem papéis de alta complexidade/responsabilidade e como toda essa sobrecarga afeta o indivíduo tornando-o um ser propício a adoecer fisicamente e mentalmente devido ao excesso de trabalho (MENZES, 2017).

O diagnóstico é realizado por meio de profissionais da saúde especialistas como psicólogo e psiquiatra pois identificam o problema e orientam a melhor forma do tratamento, conforme cada caso (BRASIL, S/D).

Após o diagnóstico é necessário a realização do tratamento que ocorre por meio de psicoterapia, medicamentos, atividade física regular, rotina com a junção de férias e desenvolvimento de atividades de lazer com pessoas próximas. A junção dessa combinação, geralmente, resulta em melhora no quadro clínico do paciente no período de um e três meses. Porém, os sintomas podem piorar caso o paciente não siga o tratamento de maneira adequada além agravar problemas gastrointestinais e gerar o desenvolvimento de uma depressão indicativo de possível internação para avaliação detalhada e possíveis intervenções médicas (BRASIL, S/D).

A Síndrome de Burnout é um problema sério que afeta muitos profissionais de saúde, incluindo os que trabalham em serviços de emergência. Essa condição é caracterizada por exaustão física e emocional, despersonalização e diminuição do desempenho profissional. Existem vários fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de emergência, incluindo a alta carga de trabalho, o estresse emocional, a falta de suporte social e a exposição a situações traumáticas (GRAZZIANO, 2010).

A síndrome de Burnout é um estado de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal que pode afetar profissionais de diversas áreas, incluindo aqueles que trabalham em serviços de emergência, como médicos, enfermeiros e paramédicos. Existem vários fatores relacionados ao desenvolvimento da síndrome de Burnout em profissionais de emergência. Alguns desses fatores incluem a exposição a situações traumáticas, pressão no trabalho, falta de autonomia, falta de suporte emocional, falta de reconhecimento e problemas pessoais (RIBEIRO, 2021).

Diante disso, é notório explicar que a emergências são definidas como serviços

que viabilizam o atendimento imediato à população em situações críticas, objetivam a recuperação da saúde e a redução de agravos de inúmeras naturezas, serviços de alta complexidade tecnológica, considerada uma das unidades mais estressantes por prestar assistência a pacientes em situações de risco de vida iminente que podem implicar em sofrimento intenso ou mesmo morte (BOTTINI, 2020).

Os enfermeiros desempenham funções, nas emergências, que contribuem e favorecem para o desgaste emocional, pois vão desde a classificação de risco, definindo as prioridades no atendimento e gerenciando o fluxo de pacientes, até a realização de procedimentos invasivos e de alta complexidade (SILVA, 2021).

Além de suas outras tantas atribuições e gerências como, por exemplo, líderes ou setores administrativos referentes aos recursos humanos, dimensionamento de pessoal e solução de problemas interpessoais, solicitação de materiais e provisionamento adequado, conferência de adequação aos protocolos institucionais, além de atividades de pesquisa e educação (FERRARI, 2022).

Para os profissionais de saúde, o esgotamento pode ser exposto a longo prazo relacionado ao ambiente de trabalho que leva à má qualidade de vida e a distúrbios psiquiátricos e comportamentais. O estresse ocupacional é consequência do desequilíbrio entre as necessidades do trabalhador, a capacidade de enfrentamento e as exigências do trabalho que pode desencadear a Síndrome de Burnout (SILVA, 2021).

Diante disso, é importante ressaltar que estudos realizados recentemente apontam que a prevalência da Síndrome de Burnout aumentou nos últimos anos. Estudo associa o sexo feminino, dupla jornada de trabalho, baixos salários e atuação em áreas de urgência e emergência ao aumento do risco em desenvolver a síndrome. Verifica-se elevada incidência de lesões ocupacionais, absenteísmo, distúrbios musculoesqueléticos e uso de álcool e outras drogas em profissionais de enfermagem com níveis elevados de Síndrome de Burnout (AMARAL, 2021).

Esses estudos internacionais realizados recentemente destacam índices elevados de Burnout em enfermeiros de emergência e presença de manifestações clínicas associadas como disfunção social e sintomas somáticos (SILVA, 2021).

Diante deste contexto, é relevante o desenvolvimento de estudos que avaliem a Síndrome de Burnout de quem atua em serviços de emergência, bem como que identifiquem os aspectos associados a tais problemas e suas possíveis soluções (AMARAL, 2021).

Ao retratar sobre a Síndrome de Burnout na área da saúde, as diversas pesquisas expõem que provavelmente os fatores que atuam como protagonismo deste setor são os profissionais que estão frequentemente sobrecarregados pois estão sempre desempenhando papéis que vão além das tarefas delimitadas pelo cargo, com ressalva para a enfermagem. É necessário investigar a síndrome de Burnout em outros locais de trabalho, dado que ambulatórios, unidades de pronto atendimento, Centros de Atenção Psicossocial e outras unidades do Sistema Único de Saúde não foram abrangidos nos artigos encontrados nesta pesquisa (SILVA, 2021).

A maioria dos autores e das pesquisas tinham como foco os profissionais da área da saúde, diante disso, foi exposto e evidenciado nos trabalhos que a alta demanda de trabalho relacionada a baixa autonomia trazem maior risco de Burnout. O estresse ocorrido devido a alta demanda no trabalho causa do excesso de exposição a situações traumáticas o que ocasiona situações traumáticas podendo levar a uma sobrecarga emocional e psicológica, que pode contribuir para o desenvolvimento da síndrome (GRAZZIANO, 2010).

Além desse fator é importante ressaltar que foi encontrado nos resultados a pressão no trabalho que os profissionais de emergência são submetidos o que acarreta posteriormente em altos níveis de pressão no trabalho. E esse excesso não é levado em consideração por muitos já que os estudos sobre a síndrome de Burnout são escassos (PERNICIOTTI, 2020).

A falta de autonomia leva a sentimentos de desesperança e frustração, que podem contribuir para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, essa escassez ou falta de autonomia já é um fator ocorrido por falta de suporte emocional que desperta no profissional isolamento e sensação de desamparo. Com esses diversos fatores é importante ressaltar a falta de reconhecimento que é gerado no profissional devido ao seu esgotamento físico e mental devido aos problemas pessoais que já são acarretados devido a essa bagagem e esses diversos fatores que se correlacionam e problematizam o esgotamento do profissional (EMBBRIACO, 2007).

Com todos esses fatores correlacionados como estresse ocupacional que desencadeia posteriormente a Síndrome de Burnout e muitas vezes em problemas ainda mais graves e severos como ansiedade generalizada e depressão (BRASIL, S/D).

5. Conclusão

Levando em consideração os aspectos abordados no presente trabalho, entende-se a partir das produções científicas consultadas neste trabalho, os resultados apresentados permitem afirmar que há maior prevalência da Síndrome de Burnout nos profissionais da área da saúde que atuam na emergência.

Diante dos resultados expostos e tendo como perfil uma profissão onde a jornada de trabalho tem se intensificado cada vez mais, torna-se necessário o desenvolvimento de estudos e pesquisas nesta área, com o objetivo de reconhecimento dos fatores que influenciam negativamente para o surgimento da síndrome e, conseqüentemente, a orientação de como preveni-la e tratá-la, proporcionando, assim, melhoria na qualidade de vida dos profissionais da área da saúde pois isso irá influenciar de forma positiva, caso realize o diagnóstico e o tratamentos prévio, na vida dos mesmos.

Referências

AMARAL, Anna Carollina Rodrigues; SILVA, Luciana de Araújo Mendes. Síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde: um olhar para literatura com ênfase na necessidade de cuidar de quem cuida. **Scientia generalis**, v. 4, n. 1, p. 1-12, 2023. Disponível em: <http://scientiageneralis.com.br/index.php/SG/article/view/470>. Acessado em: 20 maio 2023.

AMARAL, Kawanna Vidotti; GALDINO, Maria José Quina; MARTINS, Júlia Trevisan. Burnout, sonolência diurna e qualidade do sono entre alunos de nível técnico em enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/xYqnKNyfyfynXNsHjDTWGV4yR/abstract/?lang=pt>. Acessado em: 04 junho 2023.

ARAÚJO, Amanda Carolina Mendes; DE OLIVEIRA PERES, Vitória; FARIA, Gleison. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: revisão de literatura. **Revista Artigos. Com**, v. 27, p. e7271-e7271, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/download/7271/4534>. Acessado

em: 04 abril 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Síndrome de Burnout. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrom e,justamente%20o%20excesso%20de%20trabalho>. Acessado em: 05 Junho 2023.

CRUZ, Silvia Portero de la et al. Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 27, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/158016/35256/178884>. Acessado em: 06 junho 2023.

SILVA, Isabelle Andrian Pereira; et al. Aspectos associados à síndrome de burnout e estresse em enfermeiros de emergência. *Periodico. Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. Volume 25. 2021. Disponível em: [10.22478/ufpb.2317-6032.2021v25n4.58016](https://doi.org/10.22478/ufpb.2317-6032.2021v25n4.58016). Acessado em: 22 março 2023.

OLIVEIRA, Marcela Marques et al. Saúde mental e Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 9, p. e10827-e10827, 2022. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/10827>. Acessado em: 26 maio 2023.

SOUSA, Angélica Silva; DE OLIVEIRA, Guilherme Saramago; ALVES, Laís Hilário. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da FUCAMP**, v. 20, n. 43, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acessado em: 20 junho 2023.

PRADO, Claudia Eliza Papa. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Rev Bras Med Trab**, v. 14, n. 3, 2016. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/122/pt-BR>. Acessado em: 20 março 2023.

EMBRIACO, Nathalie; PAPAZIAN, Laurent; BARNES, Nancy Kentish; POCHARD, Frederico; AZOULAY, Elie. Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde de cuidados intensivos. **PUBMED**. Artigo. 2007. Disponível em: [10.1097/MCC.0b013e3282efd28a](https://doi.org/10.1097/MCC.0b013e3282efd28a). Acessado em: 04 junho 2023.

FERRARI, Lima; et al. Revisão sistemática de revisões da literatura sobre a síndrome de burnout em docentes do ensino superior no Brasil. *Perspectivas Em Diálogo: Revista De Educação E Sociedade*, 9(19), 159-174. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.55028/pdres.v9i19.12978>. Acessado em: 07 junho 2023.

GRAZZIANO, E. S.; FERRAZ BIANCHI, E. R. Impacto del estrés ocupacional y burnout en enfermeros. **Enfermería global**, n. 18, 2010. Disponível em: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1695-61412010000100020. Acessado em: 08 maio 2023.

LIMA, Dhayanna Cardoso et al. O impacto da Síndrome de Burnout em enfermeiros

do setor de urgência e emergência: Uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e36110410907-e36110410907, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/10907/12774/186001>. Acessado em: 08 maio 2023.

OLIVEIRA, Fernanda Santos. Concepções de atletas de futebol sobre a Síndrome de Burnout. **Repositório UNB**. 2022. Disponível em: https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/43974/1/2022_FernandaSantosOliveira.pdf. Acessado em: 28 maio 2023.

PERNICIOTTI, Patrícia et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005. Acessado em: 22 março 2023.

PERNICIOTTI, Patrícia et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v23n1/05.pdf>. Acessado em: 22 abril 2023.

POLETTTO, Nelo Augusto et al. Síndrome de Burnout em gestores municipais da saúde. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 24, p. 209-215, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/xYqnKNyfyXNsHjDTWGV4yR/abstract/?lang=pt>. Acessado em: 12 maio 2023.

RAIMUNDO, Juliana Zangirolami; ECHEIMBERG, Jorge de Oliveira; LEONE, Claudio. Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal. **Revista USP**. 2018. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/jhgd/article/download/152198/149017/323795>. Acessado em: 04 junho 2023.

RIBEIRO, Emelly Kerolayne do Amaral et al. Influência da síndrome de burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/gQKZSHwTCvmhM6xhcjtHjgq/?lang=pt>. Acessado em: 20 abril 2023.

SANTOS, Ana Beatriz Moreira et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde do âmbito hospitalar: uma revisão integrativa. **Fisioterapia Brasil**, v. 23, n. 5, p. 735-747, 2022. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/4922/8169>. Acessado em: 10 maio 2023.

SILVA, Isabelle Andrian Pereira et al. Aspectos associados à síndrome de Burnout e estresse em enfermeiros de emergência. **Revista Brasileira de Ciências e Saúde**. 2021. Disponível em: 10.22478/ufpb.2317-6032.2021v25n4.58016. Acessado em: 05 maio 2023.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/6CTppSZ6X5ZZLY5bXPPFB7S>. Acessado em: 22 março 2023.

UNESP. Tipos de revisão de literatura. **Biblioteca Prof. Paulo de Carvalho Mattos**. 2015. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf>. Acessado em: 05 junho 2023.