

INSTITUTO VALE DO CRICARE
FACULDADE VALE DO CRICARE
CURSO DE ENFERMAGEM

CAROLINA ANASTACIO DE SOUSA
CAROLAYNNE DELMIRA SANTOS DE SOUZA

**A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

SÃO MATEUS/ES

2020

CAROLINA ANASTACIO DE SOUSA
CAROLAYNNE DELMIRA SANTOS DE SOUZA

**A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado ao curso de Enfermagem da
Faculdade Vale do Cricaré, como requisito
parcial para obtenção do grau de Bacharel
em Enfermagem.

Orientador: Prof.^a Thais Verly.

SÃO MATEUS/ES

2020

CAROLINA ANASTACIO DE SOUSA
CAROLAYNNE DELMIRA SANTOS DE SOUZA

**A SINDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao de Enfermagem da Faculdade Vale do Cricaré, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem

Aprovado em 13 de novembro de 2020.

BANCA EXAMINADORA

**PROF. DAYANA LOUREIRO SEIBERT
FACULDADE VALE DO CRICARÉ**

**PROF. WENA DANTAS MARCARINI
FACULDADE VALE DO CRICARÉ**

ORIENTADOR

**PROF. THAYS VERLY LUCIANO
FACULDADE VALE DO CRICARÉ**

SÃO MATEUS/ES

2020

RESUMO

Introdução: a Síndrome de Burnout (SB) está relacionado à exaustão emocional, acarretado pelo ambiente laboral em conjunto com as características individuais do profissional. A equipe de enfermagem é caracterizada pelo ato de cuidar, estando à frente dos pacientes, e dos constantes problemas aparentes, tendo de se adequar diariamente para melhor atender. A cobrança individual, dos pacientes e gestores sobrecarrega o profissional levando ao desgaste emocional e estresse ocupacional, dando início a SB.

Objetivo: realizar um levantamento bibliográfico em relação a SB em profissionais de enfermagem. **Metodologia:** foi realizada uma revisão de literatura, sendo feito uma busca bibliográfica acerca de artigos que abordaram a SB em profissionais de enfermagem, publicados entre 2008 a 2020. Foi realizada leitura flutuante dos artigos para que os mesmos fossem selecionados, caso abordassem o objeto de estudo. **Resultados:** os resultados mostraram que dentre os profissionais de enfermagem diagnosticados com a SB apresentaram características em comum que podem agravar a manifestação da doença, bem como foram identificados fatores de riscos e desencadeadores, os quais tiveram grande influência para desenvolvimento do estresse ocupacional. **Conclusão:** essa pesquisa possibilitou dar visibilidade a um agravo que é cada vez mais comum nos profissionais de enfermagem e que compromete a qualidade da assistência e de vida deste profissional. Espera-se que medidas sejam colocadas em prática para proteger o trabalhador deste agravo, bem como o paciente de uma assistência de má qualidade.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Estresse ocupacional. Profissional de enfermagem.

ABSTRACT

Introduction: Burnout Syndrome (BS) is related to emotional exhaustion, caused by the work environment in conjunction with the individual characteristics of the professional. The nursing team is characterized by the act of caring, being in front of the patients, and of the constant apparent problems, having to adapt daily to better attend. Individual collection, from patients and managers overloads the professional, leading to emotional stress and occupational stress, initiating BS. **Objective:** to carry out a bibliographic survey in relation to BS in nursing professionals. **Methodology:** a literature review was carried out, with a bibliographic search being made about articles that addressed BS in nursing professionals, published between 2008 and 2020. A floating reading of the articles was performed so that they could be selected, if they addressed the object of study. **Results:** the results showed that among the nursing professionals diagnosed with BS, they had characteristics in common that can aggravate the manifestation of the disease, as well as identifying risk factors and triggers, which had a great influence on the development of occupational stress. **Conclusion:** this research made it possible to give visibility to an issue that is increasingly common among nursing professionals and that compromises the quality of care and life of this professional. It is hoped that measures will be put in place to protect the worker from this condition, as well as the patient from poor quality care.

Keywords: Burnout syndrome. Occupational stress. Nursing professional.

1 INTRODUÇÃO

1.1 ESCOLHA E DELIMITAÇÃO DO TEMA

A enfermagem é uma profissão que desenvolve atividades socialmente necessárias, possui uma prática de cuidado social e empreendedora. O enfermeiro pode trabalhar de forma autônoma e independente ou por especialidade em diversas áreas, entretanto, embora o seu campo de atuação seja vasto, na maioria das vezes esse profissional lida diretamente com o cuidado de outra vida (ERDMANN et al, 2009).

O profissional de enfermagem no seu cotidiano está exposto a vários fatores de risco e desencadeantes de estresse no ambiente de trabalho. Este profissional trabalha na execução de suas atividades em ambiente de constantes riscos e, por vezes, com recursos limitados, cuidado a diversas morbidades, adaptação diária a imprevistos através da execução de suas atividades com poucos recursos, carga horária excessiva e cobrança diária dos gestores em saúde (PAULA et al, 2018).

A Síndrome de Burnout (SB) é o agravo em que ocorre o esgotamento profissional, caracterizada por uma síndrome psicossocial em resposta a estressores ocupacionais. Sendo o estresse ocupacional o principal desencadeador do desenvolvimento da síndrome, o qual é compreendido pelo processo em que o profissional busca responder as demandas de trabalho, sobrepunhando suas possibilidades. A previdência social, portaria nº 1339, em 18 de novembro de 1999, classifica a SB como um transtorno mental relacionado ao ambiente de trabalho (BRASIL, 1999 *apud* ESTEVES et al, 2019).

O estresse ocupacional cresce de forma alarmante nos últimos anos entre os profissionais de enfermagem, ocasionando que os mesmos desenvolvam incapacidade temporária para execução do trabalho, devido acometimento da saúde mental do trabalhador. Conseqüentemente, o profissional adocece e pode até necessitar de aposentadoria precoce (FRANÇA; FERRARI, 2012).

A referida síndrome atualmente é considerada um problema de saúde pública, devido alta incidência dos casos entre os enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem nos últimos anos. É sabido que, dentre os profissionais de saúde, a sua maior prevalência está entre os profissionais de enfermagem (SILVEIRA et al, 2016).

1.2 JUSTIFICATIVA

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

Sendo assim, esta pesquisa se torna relevante mediante a necessidade de se aprofundar no conhecimento da SB nestes profissionais, para que futuras intervenções sejam realizadas na busca de prevenir sua ocorrência.

1.3 PROBLEMA DE PESQUISA

Mediante o exposto, as questões norteadoras desta pesquisa são: “qual o perfil dos profissionais de enfermagem acometidos pela SB? Quais os principais fatores de risco dentre esses profissionais? Quais as consequências da SB na vida destes profissionais?”

1.4 HIPÓTE (S)

A SB sobrevém mediante a sobrecarga trabalhista, sendo desencadeada devido a vivência diária com diversos fatores de risco, desencadeadores de estresse ocupacional, que desta forma, levam à exaustão emocional.

Portanto, é sabido que o profissional de enfermagem é exposto a um elevado nível de estresse ocupacional cotidiano no seu ambiente de trabalho, e, que pelas características de suas funções e também pelas características dos serviços de saúde no Brasil, principalmente a escassez de recursos humanos, físicos e de assistência à saúde do trabalhador de saúde, a hipótese deste estudo é que existem elevadas prevalências da SB dentre os profissionais de enfermagem, bem como numerosos fatores de risco e consequências marcantes na qualidade de vida destes profissionais.

1.5 OBJETIVO

1.5.1 OBJETIVO GERAL

Realizar uma revisão de literatura em estudos que abordam a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Descrever o perfil dos profissionais de enfermagem diagnosticados com Síndrome de Burnout;
- Identificar os fatores de risco e desencadeadores da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem;
- Identificar as principais consequências da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. HISTÓRICO DA SÍNDROME DE BURNOUT

Burnout é uma palavra inglesa, traduzida como “queima após desgaste”. Processo que se desenvolve através das características pessoais e do ambiente de trabalho (PAULA, 2018).

Um estudo realizado por Herbert Freudenberger, sendo o primeiro pesquisador a buscar conhecimento sobre a síndrome, traz que Burnout é uma síndrome psicológica, resultante de estressores interpessoais crônicos ocasionados pelo ambiente de trabalho, sendo caracterizado pela exaustão, despersonalização e diminuição do envolvimento no trabalho (HERBERT, 1974 *apud* BORGES et al, 2002).

O estudo Gil-Monte e Peiró (1997), seguem duas linhas de raciocínio relacionados à síndrome, a primeira segue os estudos de Freudenberger, a segunda linha de raciocínio defende que a Síndrome de Burnout se desenvolve através da interação das características do ambiente de trabalho com as características pessoais (GIL-PONTE E PEIRÓ, 1997 *apud* BORGES et al, 2002).

Dentre os métodos científicos, o estudo mais aceito é do pesquisador Maslach e Jackson (1981), sendo o estudo subdividido nas classificações clínicas de exaustão emocional, despersonalização e ineficácia, caracterizada pela perda de produtividade (MASLACH E JACKSON, 1981 *apud* VALERETTO; ALVES, 2013).

A exaustão emocional é acarretada pelo acúmulo de estresse ocupacional, caracterizada pela diminuição da energia e entusiasmo, desta forma, o profissional desenvolve despersonalização, que acarreta negatividade, se tornando insensível e se distanciando dos colegas de trabalho, tratando os mesmos e os seus pacientes como objeto. Através disto, o profissional passa se avaliar em pontos negativos, acumulando sentimentos de insatisfação com o seu desenvolvimento profissional, desta forma, o mesmo apresenta perda da produtividade (MASLACH E JACKSON, 2001 *apud* HYEDA; HANDAR, 2011).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) desde o ano de 1995 o estresse ocupacional é considerado uma epidemia global, sendo justificado que profissões que envolvam serviços humanos apresentam risco aumentado para o estresse e exaustão emocional, elevando o índice de insatisfação e desgaste profissional. No decorrer do tempo

houve uma relevante preocupação em relação ao profissional e o seu ambiente de trabalho (OMS, 1995 *apud* FRANÇA; FERRARI, 2012).

Portanto, a SB é um transtorno crônico, associado as demandas laborais, tendo em vista que a síndrome se instala e o profissional inicialmente não percebe o seu aparecimento, muitas vezes não tendo conhecimento sobre este agravo, notando apenas o seu cansaço físico (MOREIRA, et al 2009).

2.2 SINAIS E SINTOMAS DA SINDROME DE BURNOUT

A SB se manifesta em resposta a estressores ocupacionais. É decorrente da exaustão profissional, podendo ser diagnosticada com base em sintomas específicos relacionados ao estresse, exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (PAIVA et al, 2019).

O estresse é definido como um conjunto de reações que acarretam desgaste e exaustão no organismo do trabalhador. Sendo assim, estresse ocupacional está relacionado as constantes adaptações ameaçadoras, que causam perturbações psicológicas após experiência vivenciada, desencadeando irritabilidade, ansiedade, frustração, cansaço ou desamparo. Então, isto provoca mudanças psicofisiológicas no trabalhador, uma vez que após a exposição do organismo a um esforço, seja físico ou mental. O corpo reage a esses estímulos como forma de adaptação para determinada situação, manifestando a SB (MENECHINI et al, 2011).

O organismo frente aos estressores ocupacionais apresenta manifestações clínicas, que podem ser avaliadas através de exames clínicos, sendo a avaliação subdividida em três dimensões, iniciado pela anamnese da exaustão emocional, despersonalização e perda da produtividade (FILHO; ALMEIDA, 2016).

O estresse ocupacional leva à exaustão emocional, e está associado a SB, sendo caracterizada pelo desânimo, sensação de impotência, frustração e esgotamento, por identificar que não apresenta energia para conclusão da carga excessiva de trabalho e atendimento adequado ao paciente (MORENO et al, 2011).

Através da exaustão, o profissional desenvolve a despersonalização pessoal, que é acarretada devido a frustração profissional, em que o mesmo se sente coagido frente o ambiente laboral, passando a tratar seus colegas de trabalho e pacientes como objeto,

desvalorizando a humanização, sendo assim, reação imediata após a sensação de cansaço e estresse, interferindo imediatamente na qualidade de trabalho prestado, diminuindo automaticamente a perda da produtividade (MOREIRA et al, 2009).

A perda da produtividade tem como maior fator colaborador a auto avaliação negativa, no qual o profissional projeta sobre si. A energia e dedicação ao trabalhador reduz, a sensação de realização profissional é atingida, sendo assim diminuída, interferindo desta forma na qualidade de assistência ao trabalho (MASLACH E JACKSON, 2001 *apud* SÁ et al, 2014).

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

2.3. DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA SINDROME DE BURNOUT

O diagnóstico é realizado por um médico especialista em comportamento humano. Dentre os métodos diagnósticos, apresenta-se quatro concepções, dentre elas, clínica, sociopsicológica, organizacional e sociohistorica (TRIGO et al, 2007).

Na concepção clinica é avaliado o estado de exaustão, resultante do trabalho esgotante. Na concepção sociopsicológica, são avaliados o estresse laboral e a percepção do tratamento mecânico frente ao paciente e colega de trabalho. Na concepção organizacional, é observado se os sintomas aparentes, compõem o estresse ocupacional. A concepção sociohistorica, analisa as condições sociais, sendo identificado se isto apresenta relevância ao tratamento com o próximo (MUROFUSE et al, 2005).

Em se tratando da escolha do tratamento da SB é levada em consideração o início e os sinais e sintomas que o profissional apresenta. Tem-se a alternativa de método medicamentoso e/ou terapia, e, também, a intervenção no ambiente que o trabalhador atua (OLIVEIRA, 2013).

Por se tratar de um transtorno psíquico, os medicamentos prescritos baseiam-se em antidepressivos e ansiolíticos, os mesmos proporcionam menor sensação de incapacidade, preservando dessa forma uma maior tranquilidade aos trabalhadores submetidos ao tratamento (NOGUEIRA; CARDOSO, 2018).

As terapias não medicamentosas recomendadas devem ser as que têm comprovação científica de eficácia, assim como a hipnose, acupuntura e atividades físicas. A hipnose proporciona a mudança no padrão de consciência, através de sessões de conversa com o terapeuta, minimizando os pensamentos negativos e frustrantes. Acupuntura como forma de identificar sintomatologias corpóreas e proporcionando o alívio do estresse, ansiedade, cefaleia, insônia e fadiga respiratória. A atividade física é primordial no tratamento da SB, proporcionando para o profissional a sensação de tranquilidade e bem-estar através da produção no corpo de beta endorfina (SILVA; SALLES, 2016).

2.4. A SÍNDROME DE BURNOUT E OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

A enfermagem se direciona através de muito estudo e pesquisa para andamento eficaz do trabalho. A visibilidade do profissional de enfermagem se implica no conjunto de atribuições que incluem conhecimento científico, técnico e relacional voltado para o cuidado humano, construindo-se através de atitudes individuais que formam o coletivo (ERDMANN et al, 2009).

A sociedade contemporânea dos profissionais de enfermagem é de extrema responsabilidade e compromisso, onde atua lidando diariamente com cuidado social, buscando cumprir as exigências e intercorrências no ambiente laboral. A profissão é de intensa demanda que, pode, muitas vezes, ultrapassar as possibilidades de resposta dos profissionais, onde os profissionais buscam responder, ocasionando estresse ocupacional (SOUSA et al, 2015).

O profissional de enfermagem diariamente está na linha direta do cuidado, tendo de lidar com diversos fatores desencadeantes ao estresse, bem como jornada excessiva de trabalho, estresse, fadiga laboral intensa, posicionamento direto a pacientes gravídicos, recursos insuficientes, cobrança de gestores, baixa remuneração e conflitos de valores pessoais e institucionais. Conseqüentemente, com a exposição, o trabalhador desencadeia exaustão emocional e profissional, o mesmo se sente incompetente e subordinado ao

ambiente trabalhista, tendo que se adequar diariamente para melhor atender, se frustrando e diminuindo assim a sua dedicação e esforço trabalhista (MENEZHINI et al, 2011).

Lidar diariamente com diferentes morbidades, estabelecendo métodos de cuidado, gera ansiedade e estresse, por muitas vezes não obter recursos adequados para atingir a meta e objetivo, levando ao limite profissional. O acúmulo de trabalho gera sobrecarga profissional, fazendo que o profissional se submeta a execução do trabalho diante de cansaço e esgotamento físico e mental, além do mais, o profissional pode necessitar de mais de um vínculo empregatício já que a remuneração por vezes é insuficiente para o seu sustento e/ou da família, interferindo diretamente na qualidade de vida do profissional, pois o mesmo não terá tempo e condições para lazer, descanso corporal e mental. Por fim, a cobrança diária dos gestores impossibilita autonomia e estratégia do profissional de enfermagem, e acarreta frustração, conflitos e angústia profissional, assim desencadeia perda do envolvimento profissional (VALERETTO; ALVES, 2013).

As consequências além do prejuízo para o profissional de enfermagem, abrangem também consequências para o cliente e para a empresa empregatícia, levando a complicações indesejáveis no ambiente de trabalho, desde o afastamento do profissional do cliente, gerando prestação de serviço ineficaz e inadequada, devido ao baixo cumprimento das atividades assistenciais com o mesmo. Assim, para a empresa há maior chance de prejuízo e instabilidade, devido ao profissional estar suscetível a acidentes no local de trabalho, baixo comprometimento organizacional e laboral, podendo levar a alta rotatividade dos profissionais, devido atestados frequentes e aposentadorias precoces (VALERETTO; ALVES, 2013).

2.5 MEDIDAS PROFILÁTICAS PARA SÍNDROME DE BURNOUT

Promover a qualidade de vida do profissional é um método profilático para SB, aumentando a motivação, satisfação, saúde, segurança, planejamento e autonomia do trabalhador, sendo primordial para o bem-estar do profissional e a estabilidade no ambiente de trabalho, preservando e incentivando a saúde do profissional de enfermagem (LACAZ, 2000).

As estratégias para prevenção da SB, podem variar desde intervenções voltadas diretamente ao profissional, até intervenções ocupacionais abrangendo a organização e o contexto ocupacional e individual. É estabelecida através da necessidade de cada trabalhador (MORENO et al, 2011).

A educação em saúde é fundamental para prevenir o aparecimento da síndrome, estabelecendo hábitos de vida saudáveis, desde prática de atividade física, sono regularizado, dieta equilibrada e usufruir de lazer são medidas que reduzem os efeitos do estresse, proporcionando um descanso do estresse cotidiano (MORENO et al, 2011).

O serviço de saúde, através de seus gestores, necessita abranger conscientização, avaliando o que faz o trabalhador adoecer, sofrer, acidentar-se e morrer, permitindo que o profissional tenha conhecimento sobre seu quadro de saúde. Cabendo assim, aos gestores identificar junto ao profissional, em qual setor o profissional melhor se identifica, avaliando a jornada trabalhista que cada profissional suporta (LACAZ, 2000).

É primordial que os gestores proporcionem ao profissional de enfermagem participação no planejamento e organização no meio trabalhista, buscando inovação em novos ideais em conjunto. Dessa forma, a empresa possibilita conhecimento, confiança e segurança com o objetivo de aprimorar a flexibilidade, autonomia e organização relacionado as demandas, jornadas diárias, inovação, delimitação das relações sociais e escalas trabalhistas do profissional de enfermagem (NOGUEIRA; CARDOSO, 2018).

A estratégia combinada traz como benefício a necessidade do entendimento do profissional e gestor compreenderem como a SB se manifesta, evidenciando modificações nas condições de trabalho e meios de enfrentamento. A empresa pode, desta forma, estabelecer palestras e grupo de conversas com o objetivo de aprimorar o conhecimento da SB em meio aos profissionais, promovendo apoio nas rodas de conversas coletivas e individuais, reduzindo o estresse, assim proporcionando segurança e confiabilidade, e prevenindo a incidência deste agravo (MORENO et al, 2011).

3 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo do tipo revisão de literatura, o qual é definido como um processo de busca, análise e descrição de estudos contidos na literatura. Através de trabalhos já realizados, tal estudo trará informações sobre a situação atual do problema de pesquisa. A pesquisa bibliográfica tem como objetivo encontrar respostas aos problemas formulados, por meio da pesquisa já existentes e publicadas no âmbito (CERVO et al, 2007).

A coleta de dados foi realizada no banco de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) sobre o problema de pesquisa referente ao período de 2008 a 2020. Como localizador dos artigos, foi utilizado os seguintes descritores: Estresse Ocupacional; Síndrome de Burnout; Profissionais de enfermagem.

Para seleção dos artigos, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos em português publicados a partir de 2008, os quais abordem a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, bem como fatores desencadeantes, consequências, diagnóstico e tratamento. Os critérios de exclusão foram: artigos em outra linguagem que não o português, publicados antes de 2008 e que não englobem o objeto do estudo.

Foram realizadas as seguintes etapas do processo de análise dos artigos acerca do conteúdo do problema de pesquisa:

- a) Pré-análise: leitura flutuante dos resumos do material coletado para constituição do corpus da pesquisa;
- b) Exploração do material: leitura completa do artigo, se o resumo se enquadrar dentro dos critérios de inclusão. Os artigos foram codificados e classificados segundo suas categorias de abordagem do problema de pesquisa;
- c) Tratamento dos dados e interpretação: análise final dos dados obtidos.

Não foi necessário a aprovação por um Comitê de Ética em Pesquisa por se tratar de um estudo de revisão da literatura.

4 RESULTADOS E DISCURSSÃO

4.1 PERFIL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM ACOMETIDOS PELA SÍNDROME DE BURNOUT

De acordo com pesquisas realizadas por França e Ferrari (2012) acerca dos profissionais de enfermagem acometidos pela SB, 84,40% era do gênero feminino e na faixa etária entre 20 a 40 anos. Destes profissionais, 58,15% possuíam situação conjugal fixa e 75,90% possuíam filhos.

De acordo com estudo realizado por Faria e colaboradores (2019), dentre os profissionais avaliados, os profissionais com diagnóstico de SB, estavam na faixa etária entre 22 aos 60 anos. Dentre esses profissionais com SB, a maioria era do gênero feminino (72%), 50% dos mesmos apresentavam relação conjugal fixa e 43% possuíam filhos.

O gênero feminino geralmente é mais acometido pela SB, podendo ser devido a mulher em grande maioria predominar nas atribuições de enfermagem, por questões culturais, uma vez que a enfermagem é uma profissão historicamente relacionada com a feminização do cuidado. De acordo com Costa e colaboradores (2003), a relação de gênero no campo da enfermagem, está associada com a relação aos papéis históricos perante a sociedade. Recordando que as Santas Casas, no século XX, no Brasil eram constituídas pelas irmãs da caridade e em Fortaleza, no hospital psiquiátrico essa tradição permaneceu. Com isso, é justificado a influencia no quesito gênero para atribuição ao cargo.

Contudo, as mulheres além de exercer suas atribuições externas no mercado profissional, muitas vezes podem ter que cumprir com as suas atividades domésticas diárias, além das exercidas em sua profissão, podendo desencadear sobrecarga física e emocional. Lembrando também dos fatores hormonais, que influenciam diretamente na vida e rotina cotidiana desta profissional (GEHRING et al *apud* OLIVEIRA et al, 2017). De acordo com Souza e Silva (2002), justifica-se que a SB na enfermagem seja predominante entre profissionais do sexo feminino devido as mulheres apresentarem escores de estresse mais elevados que os homens, podem levar à exaustão emocional.

Os profissionais casados e com filhos, apresentaram maior exaustão e despersonalização, assim como uma menor realização profissional. Isso pode ser justificado pelo fato que a pressão diária do trabalhador no ambiente laboral, a qual pode ocasionar conflitos no ambiente familiar, agravando ainda mais a SB (CARLOTTO, 2011).

Os profissionais que possuem relação conjugal fixa e filhos, tendem a se afastar da relação interpessoal, potencializando a exaustão emocional, já que os mesmos, por passar maior tempo no convívio trabalhista, perdem a energia em dedicar-se a relação familiar, tornando-se indiferentes e hostis. Dessa forma, ficando vulneráveis ao acometimento pela SB, uma vez que o suporte familiar é primordial (PAULA et al, 2018).

De acordo com França e Ferrari (2012), dentre os profissionais de enfermagem, de acordo com o nível de formação, acometidos pela SB, a maioria era técnico de enfermagem (61,7%), seguido do enfermeiro (21,3%) e auxiliar de enfermagem (17%). Os técnicos de enfermagem, apresentaram sintomas mais acentuados referente a SB, de acordo com este estudo, podendo ser devido tal cargo apresentar pouca liberdade de ação e autonomia. Além dos mesmos não tomarem decisões sem antes consultar ou obter autorização de um enfermeiro, sendo assim muitos podem se sentir frustrados profissionalmente (SILVA et al, 2008).

Outro estudo, realizado por Sousa e Araújo (2015) traz a hipótese que o técnico de enfermagem é o profissional mais acometido pela SB, devido a maior exposição dos mesmos as enfermidades e atividades laborais diretas com o paciente.

4.2. FATORES DESENCADEADORES E DE RISCO PARA SÍNDROME DE BURNOUT

Em relação aos fatores desencadeadores da SB, uma pesquisa realizada em unidades de saúde da família (USF), do Rio de Janeiro, identificou que dos 29 dentre 30 profissionais de enfermagem pesquisados citam o ambiente e as condições de trabalho como os maiores agravantes para o estresse ocupacional, desencadeando a SB. Portanto, a SB em profissionais de enfermagem apresentou-se com maior frequência no âmbito público, em comparação ao âmbito privado. Uma explicação para tal achado pode ser em razão do âmbito público apresentar maior precariedade estrutural e o profissional ter de ser adequar

diariamente para melhor proporcionar uma assistência de qualidade ao paciente (SANTOS; PASSOS, 2009).

Outro estudo traz acerca dos fatores de riscos para desenvolvimento da SB, os quais podem ser subdivididos em três, sendo estes: riscos individuais, riscos organizacionais e fatores de riscos relacionados ao trabalho (SANTOS; BRASILEIRO, 2018).

Dentre os riscos individuais para desencadeamento da SB, o risco de maior prevalência encontrada foi o profissional recém-formado, com o percentual de 37,5%, sendo justificado pela inexperiência no âmbito trabalhista (SANTOS; BRASILEIRO, 2018). Além disso, segundo Machado e seus colaboradores (2011), recém-formados são predispostos a SB devido as expectativas criadas em cima da profissão, as quais podem não ser atendidas e dificuldades na adaptação ao ambiente laboral.

Outro estudo traz que profissionais recém-formados podem não apresentar contato suficiente com a profissão, acabam se frustrando com a rotina e exigências, levando um tempo maior para se adaptar com as demandas laborais (LOPES et al, 2012).

Dentre os fatores de riscos organizacionais, 68,75% dos profissionais relatam o desencadeamento da SB pela baixa remuneração e incentivo trabalhista, 43,75% apontam o alto nível de exigências do empregador, 34,37% identificaram a ausência de autonomia no trabalho, e 28,12% devido a insuficiência de recursos humanos (SANTOS; BRASILEIRO, 2018).

Os fatores de risco relacionados ao trabalho, a maioria descreveu a sobrecarga de trabalho (96,87%), seguido do contato direto com a dor e sofrimento do paciente (84,37%), estresse ocupacional crônico (53,12%) e má condição de trabalho (43,75%) (SANTOS; BRASILEIRO, 2018).

Estudo realizado em um Hospital público de Campina Grande, aponta que é extremamente comum profissionais de enfermagem apresentar mais que um vínculo empregatício, devido à baixa remuneração, levando os profissionais a buscarem novos empregos para se estabilizar financeiramente, acarretando uma sobrecarga laboral. Sendo assim, cerca de

25% dos profissionais que participaram do trabalhavam mais que 40 horas semanais (MEIRA et al, 2015).

A jornada de trabalho excessiva apresenta significância para desencadeamento da SB, já que profissionais que apresentam mais que um vínculo empregatício, tendem a exercer em média de 80 horas semanais, tendo assim impacto direto na assistência prestada do profissional e na qualidade de vida do mesmo (SÁ et al, 2014).

4.3. CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT PARA OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

A SB afeta diretamente o bem-estar físico e mental do trabalhador, através da exaustão emocional do trabalhador, o mesmo inicia o processo de estar frequentemente doente, acarretando assim insônia, úlceras, cefaleia, tensão muscular, fadiga crônica e problemas associados a pressão sanguínea (CARVALHO; MAGALHÃES, 2011).

De acordo com Silveira e seus colaboradores (2016), as consequências da SB em profissionais de enfermagem está dividido entre sintomas gerais, sintomas específicos e sintomas psicológicos.

Os sintomas gerais estão associados com cefaleia, enxaqueca, mialgia, fadiga, distúrbios do sono, alergia, alopecia e constantes resfriados. Dentre os sintomas específicos estão os problemas gastrointestinais, cardiovasculares, respiratórios e sexuais. Enquanto, falta de concentração, déficit de memória, baixa autoestima, agressividade e sentimento de solidão está associado aos sintomas psicológicos (SILVEIRA et al, 2016).

Uma pesquisa realizada por Silva e colaboradores (2008) com profissionais de enfermagem lotados na emergência de um hospital, identificou que 50% dos mesmos apresentavam despersonalização e 11% desgaste emocional.

Estudos realizado por Silva e seus colaboradores (2015), em profissionais de enfermagem de Campina Grande, concluiu que de 193 funcionários, 41,2% apresentava nível baixo de

exaustão emocional, 24,2% nível médio e 25,8% nível alto. Destes profissionais analisados, 85,1% apresentavam baixo índice de realização profissional e 8,8% nível médio.

Pesquisa realizada por Jodas e Haddad (2009), em um Hospital Universitário de Londrina, em setor de pronto socorro, identificou que 37,7% dos profissionais de enfermagem apresentavam nível médio de exaustão profissional. O mesmo estudo também identificou que, dentre os profissionais de enfermagem, que 21,3% apresentavam alto score para exaustão emocional, 32,8% alto score para despersonalização e 26,2% apresentavam baixa realização profissional.

A SB, acarreta exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A exaustão emocional caracteriza-se quando o profissional percebe não ter mais energia para as suas atividades laborais, como consequência da sobrecarga trabalhista. Enquanto isso, a despersonalização é a forma encontrada do profissional se defender da carga emocional, através disto, desencadeando atitudes insensíveis. E, a baixa realização profissional, ocorre quando profissional não se sente mais aprimorado e energizado para desempenhar as suas atividades laborais, desencadeando assim, sensação de incompetência, reduzindo sua a autoestima (PÊGO; PÊGO, 2016).

Portanto, quando o profissional atinge o colapso da exaustão emocional, ele pode apresentar sinais e sintomas psicológicos e físicos, dentre eles estão: carência de energia, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, diminuição da empatia, tensão, cefaleia, náuseas, dor lombar ou cervical e distúrbios do sono. Quando o profissional de saúde apresenta a despersonalização, os pacientes e seus colegas de trabalho passam a receber tratamentos frios e serem considerados como objetos inanimados, caracterizando as atitudes insensíveis. Refletindo no profissional a insatisfação com as suas atribuições e ambiente de trabalho, tendo uma autoavaliação negativa (SILVA et al, 2008).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em tempos de necessidades complexas, os desafios dos profissionais de enfermagem são características marcantes do seu setor de trabalho. A insuficiência de recursos para atender a demanda populacional, elevadas cargas de responsabilidade, ausência de suporte técnico, envolvimento intensificado com o cuidar, demasiadas demandas emocionais, pressão exercida por gestores e pacientes e condições insalubres aumentam os níveis de estressores e fadiga destes profissionais.

Ao aparecimento destes fatores e o desencadeamento de múltiplas sintomatologias como cansaço físico e mental, a SB se desenvolve de forma insidiosa a ponto de o trabalhador não reconhecer que está em um quadro de esgotamento profissional, negligenciando seu autocuidado e mascarando suas necessidades psicossociais, pois na maioria das vezes cuidam de outras pessoas e se esquecem de si mesmos.

Posto isso, com o aparecimento desta síndrome, o profissional de enfermagem se enxerga frustrado, uma vez que está em sofrimento, progredindo para sintomas mais severos, refletindo assim no cuidado prestado ao paciente, objeto direto do seu trabalho, bem como interferindo no seu relacionamento com outros membros da equipe de saúde, podendo haver ruptura na comunicação e consequências na prestação de uma assistência à saúde de qualidade.

Destarte, com este trabalho foi possível identificar o perfil dos profissionais acometidos, a sintomatologia que os mesmos apresentam, bem como as consequências na sua vida pessoal e profissional. O conhecimento desses fatores é importante para trazer visibilidade a esta síndrome, que está cada vez mais incidente, dentre os profissionais de enfermagem, afim que sejam tomadas medidas que difundam o conhecimento de suas manifestações clínicas, para que os mesmos possam identificar sinais e sintomas precocemente, diminuindo as chances de complicações mais severas, bem como para que os serviços de saúde e gestores intervenham nas organizações dos serviços de saúde, para promover a saúde do trabalhador de enfermagem, refletindo assim numa melhor assistência prestada ao paciente.

6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, Livia. (Eds.). **A síndrome de burnout e os valores organizacionais**: Um estudo corporativo em hospitais universitários. Rev. Psicologia: Reflexão e crítica. UFRN, v.15, n.1, p.189-200, 2002. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/prc/v15n1/a20v15n1.pdf>>. Acesso em: 07 de abril de 2020.

CARLOTTO, Mary. Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. Rev. SBPH. Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 8 – 26, 2011. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v14n2/v14n2a03.pdf>>. Acesso em: 29 de setembro de 2020.

CARVALHO, Clecilene; MAGALHÃES, Sérgio. **Síndrome de Burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem**. Rev. Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações. Betim, v.9, n.1, p.200-210, 2011. Disponível em: <<http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/86/pdf>>. Acesso em: 04 de novembro de 2020.

CERVO, Amado; BERVIAN, Pedro; SILVA, Roberto. **Metodologia científica**. 6. Ed. São Paulo: Pearson, 2007.

COSTA, José; LIMA, Josefa; ALMEIDA, Paulo. **Stress no trabalho do enfermeiro**. Rev. Esc Enferm. USP, v.37, n.3, p. 63-71, 2003. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v37n3/08.pdf>>. Acesso em: 30 de setembro de 2020.

ERDMANN, Alacoque. (Eds.). **A visibilidade da profissão do enfermeiro**: Reconhecendo conquistas e lacunas. Rev. Raben, revista brasileira de enfermagem. Brasília, v.62, n.5, p.637-643, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/reben/v62n4/25.pdf>>. Acesso em: 21 de março de 2020.

ESTEVES, Germano; LEÃO, Ana; ALVES, Esther. **Fadiga e estresse como preditores do Burnout em profissionais da saúde**. Rev. psicologia: Organização e trabalho. UniRV, v.19, n.3, p.695-702, 2019. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v19n3/v19n3a08.pdf>>. Acesso em: 22 de março de 2020.

FARIA, Sara. (Eds.). **Saúde mental dos enfermeiros: Contributos do burnout e engajamento no trabalho.** Rev. Portuguesa de enfermagem de saúde mental. FPCUP, n.22, p. 9-18, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1647-21602019000200002&script=sci_arttext&tlng=en>. Acesso em: 18 de março de 2020.

FILHO, Iel; ALMEIDA, Rogério. **Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: Uma revisão integrativa.** Rev. Brasileira em promoção da saúde. UNIFOR, v.29, n.3, p. 447-454, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/4645/pdf>>. Acesso em: 7 de abril de 2020.

FRANÇA, Flávia; FERRARI, Rogério. **Síndrome de burnout e os aspectos sócio demográficos em profissionais de enfermagem.** Rev. Acta Paul Enferm. Monte Verde, v.25, n.5 p.743-748, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/ape/v25n5/15.pdf>>. Acesso em: 18 de março de 2020.

FRANÇA, Salomão. (Eds.). **Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros em serviços de urgência pré-hospitalar.** Rev. ACTA. Maceió, v. 25, n. 1, p. 68 – 73, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/ape/v25n1/v25n1a12.pdf>>. Acesso em: 27 de outubro de 2020.

GUEDES, Lidiane. (Eds.). **Síndrome de Burnout: Um estudo bibliográfico sobre a sua ocorrência em enfermeiros.** Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, 2015. Disponível em: <https://repositorio.bahiana.edu.br:8443/jspui/handle/bahiana/764>. Acesso em: 20 de outubro de 2020.

HYEDA, Adriano; HANDAR, Zuher. **Avaliação da produtividade na síndrome de burnout.** Rev. Brasileira de medicina do trabalho. Curitiba, v.9, n.2, p.78-84, 2011. Disponível em: <<http://www.rbmt.org.br/details/90/pt-BR/avaliacao-da-produtividade-na-sindrome-de-burnout>>. Acesso em: 01 de junho de 2016.

JODAS, Denise; HADDAD, Maria. **Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário.** Rev. ACTA Paul Enferm. Londrina, v. 22, n. 2, p. 192-7, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/ape/v22n2/a12v22n2.pdf>>. Acesso em: 08 de setembro de 2020.

LACAZ, Francisco. **Qualidade de vida no trabalho e saúde/doença**. Rev. Ciência & Saúde Coletiva. USP, v.5, n.1, p.151-161, 2000. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v5n1/7086.pdf>>. Acesso em: 22 de março de 2020.

LOPES, Carolina; RIBEIRO, Taynah; MARTINHO, Neudson. **Síndrome de burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro**. Rev. Enfermagem em foco. UFMT, v.3, n.2, p.97-101, 2012. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-24582>>. Acesso em: 07 de maio de 2020.

MACHADO, Richardson. (Eds.). **Síndrome de Burnout em centro de terapia intensiva infantil da região Centro-Oeste de Minas Gerais**. Rev. Enferm Cent O Min. Divinópolis, v. 1, n. 2, p. 201 – 209, 2011. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/83/141>. Acesso em: 27 de outubro de 2020.

MEIRA, Larisse; CARVALHO, Enyedja; CARVALHO, José. **Síndrome de Burnout: Suscetibilidade em enfermeiros atuantes na urgência e emergência de um hospital público de Campina Grande, PB**. Rev. Eletrônica Gestão & Saúde. Campina Grande, v.6, n.2, p.1289-20, 2015. Disponível em: <<https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/2916/2619>>. Acesso em: 30 de outubro de 2020.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana; LAUTERT, Liana. **Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem**. Rev. Texto e Contexto Enfermagem. Florianópolis, v.20, n.2, p.225-233, 2011. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2.pdf>>. Acesso em: 18 de março de 2020.

MINISTERIO DA SAUDE. **Portaria nº1339, 1999**. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html>. Acesso em: 18 de março de 2020.

MOREIRA, Davi (Eds.). **Prevalência da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da região sul do Brasil**. Rev. Cad. Saúde

Pública. Rio de Janeiro, v.25, n.7, p.1559-1568, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csp/v25n7/14.pdf>>. Acesso em: 1 de junho de 2020.

MORENO, Fernanda. (Eds.). **Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout**. Rev. Enferm. UERJ, v.19, n.1, p.140-145, 2011. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-20242>>. Acesso em: 22 de março de 2020.

MUROFUSE, Neide; ABRANCHES, Sueli; NAPOLEÃO, Anamaria. **Reflexões sobre estresse e burnout e a relação com a enfermagem**. Rev. Latino-am Enfermagem. USP, v.13, n.2, p.255-261, 2005. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n2/v13n2a19.pdf>>. Acesso em: 2 de junho de 2020.

NOGUEIRA, Lara; CARDOSO, Rennee. **Impactos da síndrome de burnout na enfermagem**. FACIPLAC, 2019. Trabalho de conclusão de curso. Faculdade integrada da união do Planalto Central. Brasília. Disponível em: <<https://dspace.uniceplac.edu.br/handle/123456789/81>>. Acesso em: 18 de março de 2020.

OLIVEIRA, Alex. **“Profissão estresse”**: A síndrome de burnout na enfermagem. Rev. Letrando. UNESP, v.3, n.1, p.153-158, 2013. Disponível em: <<http://www.revistaletrando.com.br/revista/volume3/16.Alex.pdf>>. Acesso em: 7 de abril de 2020.

OLIVEIRA, Raquel; LIMA, Gilberto; VILELA, Gláucia. **Incidência da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: Uma revisão integrativa**. Rev. Recon, 2017. Disponível em: <<http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/>>. Acesso em: 10 de outubro de 2020.

PAIVA, JÉSSYCA. (Eds.). **Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros**. Rev. Enfermagem. UFPE, v.13, n.1, p.483-490, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i02a235894p483-490-2019>>. Acesso em: 18 de março de 2020.

PAULA, Simone. (Eds.). **Síndrome de burnout**: Uma análise acerca de sua compreensão para a enfermagem. Rev. Saúde e desenvolvimento. UNINTER, v.12, n.13, p.122-148, 2018. Disponível em: <

<https://www.uninter.com/revistasauade/index.php/sauadeDesenvolvimento/article/view/1002>

>. Acesso em: 22 de março de 2020.

PÊGO, Francinara; PÊGO, Delcir. **Síndrome de Burnout**. Rev. Bras Med Trab. Belo Horizonte, v. 14, n. 2, p. 171-6. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v14n2a15.pdf>>. Acesso em: 24 de outubro de 2020.

SÁ, Adriana; SILVA, Priscilla; FUNCHAL, Bruno. **Burnout: O impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem**. Rev. Psicologia & Sociedade. PUC, v. 26, n.3, p.664-674, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/psoc/v26n3/a15v26n3.pdf>>. Acesso em: 26 de maio de 2020.

SANTOS, Inácia; BRASILEIRO, Marislei. **Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: dos fatores de riscos à estratégia de prevenção**. Rev. Científica multidisciplinar núcleo do conhecimento. V.2, p. 84-112, 2003. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/sauade/sindrome-de-burnout-enfermagem#:~:text=Foram%20abordados%20como%20forma%20de,desenvolvido%2C%20defini%C3%A7%C3%A3o%20dos%20objetivos%20e>>. Acesso em: 30 de setembro de 2020.

SANTOS, Priscila; PASSOS, Joanir. **A síndrome de burnout e seus fatores desencadeantes em enfermeiros de unidades básicas de saúde**. Rev. de pesquisa: Cuidado é fundamental online. Rio de Janeiro, v.1, n. 2, p. 235-241, 2009. Disponível em: < <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/381/340>>. Acesso em: 30 de setembro de 2020.

SILVA, Daniele; LOUREIRO, Marina; PERES, Rodrigo. **Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar**. Rev. Psicologia Hospitalar. Uberlândia, v. 6, n. 1, p. 39-51, 2008. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ph/v6n1/v6n1a04.pdf>>. Acesso em> 24 de outubro de 2020.

SILVA, Leandra; SALLES, Taciana. **O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento**. Rev. Recap, revista de carreira e pessoas. São Paulo, v.6, n.2, p. 234-247, 2016. Disponível em: <<http://ken.pucsp.br/ReCaPe/article/view/29361>>. Acesso em: 22 de março de 2020.

SILVA, Renata. (Eds.). **Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de enfermagem**. Rev. Arquivos brasileiros de psicologia. Rio de Janeiro, v. 67, n. 1, p. 130-145, 2015. Disponível em: < <https://www.redalyc.org/pdf/2290/229039192010.pdf>>. Acesso em: 09 de setembro de 2020.

SILVEIRA, Ana. (Eds.) **Síndrome de Burnout: Consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde**. Rev. Brasileira de medicina do trabalho. UNIFENAS, v.14, n.3, p.275-284, 2016. Disponível em: < <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v14n3a13.pdf>>. Acesso em: 08 de abril de 2020.

SOUSA, Viviane; ARAUJO, Tereza. **Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde**. Rev. Psicologia: Ciência e profissão. UnB, v.35, n.3, p.900-915, 2015. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/pcp/v35n3/1982-3703-pcp-35-3-0900.pdf>>. Acesso em: 22 de março de 2020.

SOUZA, Wilma, SILVA, Angela. **A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde**. Rev. Estudos de psicologia. Campinas, v.19, n.1, p.37-48, 2002. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v19n1/a04.pdf>>. Acesso em: 19 de outubro de 2020.

TRIGO, Telma. (Eds.). **Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos**. Rev. Psiq. Clín. São Paulo, v.34, n.5, p.223-233, 2007. Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/rpc/v34n5/a04v34n5.pdf>>. Acesso em: 01 de junho de 2020.

VALERETTO, Fernanda; ALVES, Dhyeisiane. **Fatores desencadeantes do estresse ocupacional e da síndrome de burnout em enfermeiros**. Rev. Saúde física & Mental. UNIABEU, v.3, n.2, p.1-11, 2013. Disponível em: < <https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/SFM/article/view/1192>>. Acesso em: 07 de abril de 2020.