

Síndrome de burnout como um fator comprometedor da qualidade de vida do enfermeiro¹

BRUNA OLIVEIRA DE ALBUQUERQUE
ÊZARI FERNANDA LESSA PARDO
HUGO SOUZA PINHEIRO

Bacharelandos de enfermagem do Centro Universitário Fametro
Manaus, Estado do Amazonas. Brasil

FRANCIMEIRE GOMES PINHEIRO
Doutora em Biotecnologia/UFAM &

Pesquisadora Visitante do Instituto Nacional de Pesquisa na Amazônia –
INPA/AM

Docente do curso de enfermagem do Centro Universitário Fametro
Manaus, Estado do Amazonas. Brasil

PAULA FIGLIUOLO DA CRUZ BORGES

Doutora em Medicina Tropical pela Fundação Oswaldo Cruz/FIOCRUZ/RJ
Pesquisadora Visitante do Instituto Nacional de Pesquisa na Amazônia –
INPA/AM

Docente do curso de enfermagem do Centro Universitário Fametro
Manaus, Estado do Amazonas. Brasil

Abstract

Objective: To recognize Burnout Syndrome (BS) as a impact factor in the quality of life of nurses. **Methodology:** This is an integrative bibliographic review, which aims to deepen knowledge on the field of research. The methodological way is constituted through: 1- formulation of the guiding question; 2- search or sampling of the papers; 3- data collection; 4- critical analysis of the included studies; 5- discussion of the results and presentation/synthesis of knowledge. To make the guiding question, the "PICO" strategy was adopted, as presented in table 1, aiming to better direct the achievement of the study objective. **Results:** The cross searches in the databases resulted in the identification of 26 articles in the BDNF database, 23 in LILACS, 23 in PUBMED and 13 in SciELO, total of 85 studies. The application of the three filters allowed refinement that resulted in a final

¹[ENG.] Burnout syndrome as a compromising factor to the quality of life nurses.

[ESP.] El síndrome de *Burnout* como factor de compromiso para la calidad de vida de las enfermeras.

*selection of 10 papers. Articles reported that in terms of occupational fatigue, nurses with 66.67%, suffer more than nursing technicians with 33.33%, but in terms of depersonalization, only 16.67% of the two categories showed this result. **Final Considerations:** This study demonstrates that there are potential factors for the incidence of BS in nurses, thus harming their care and compromising their physical, mental, and social health. It's extremely important to monitor the labor conditions and health of these professionals. We recommend that some strategies may be implemented to minimize these damages to nurses' health.*

Keywords: Nursing Professionals. Occupational Exhaustion. Quality of Life.

Resumo

Objetivo: Indentificar a síndrome de Burnout como um fator comprometedor da qualidade de vida do enfermeiro. **Métodos:** Trata-se de revisão integrativa da literatura, que tem como finalidade em aprofundar o conhecimento em relação a temática. o percurso metodológico constitui-se por: 1- formulação da pergunta norteadora; 2- busca ou amostragem da literatura; 3- coleta de dados; 4- análise crítica dos estudos incluídos; 5- discussão dos resultados e apresentação/síntese do conhecimento. Para formulação da pergunta norteadora foi adotado a estratégia “pico”, conforme apresentado no quadro 1, visando melhor direcionar o alcance do objetivo do estudo. **Resultados:** Os cruzamentos de busca nas bases de dados resultaram na identificação de 26 artigos no banco de dados BDENF, 23 no LILACS, 23 na PubMed e 13 na SciElo, totalizando 85 estudos. A aplicação dos três filtros possibilitou refinamento que resultou em seleção final de 10 artigos. Artigos relatam que em termos de fadiga ocupacional, os enfermeiros (66,67%) sofrem mais do que os técnicos de enfermagem (33,33%), porém, em termos de despersonalização, apenas 16,67% das duas categorias apresentaram esse resultado. **Considerações Finais:** Este estudo demonstra que existem fatores potencializantes para a incidência da SB em enfermeiros e, com isso, prejudica a sua assistência e compromete também a sua saúde física, mental e social, sendo de extrema importância o acompanhamento das condições de trabalho e saúde desses profissionais e que haja implementação de estratégias para que ocorra a minimização desses danos à saúde dos enfermeiros.

Palavras-chave: Profissionais de Enfermagem. Esgotamento Profissional. Qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

O trabalho é considerado fonte de realização pessoal, fortalecendo as relações interpessoais e atendendo às necessidades básicas da

existência humana, sem comprometer a qualidade de vida do profissional. No entanto, o serviço dos profissionais de saúde consiste em situações potencialmente estressantes que afetam diretamente a sua saúde e a qualidade da assistência prestada aos clientes (BRAGA; PAULA, 2018; COSTA et al., 2020).

O desânimo, esgotamento e frustração tem se tornado cada vez mais presente na rotina dos profissionais da saúde, principalmente os enfermeiros, que lidam constantemente com a dor e as situações de alto risco envolvendo terceiros, aumentando assim sua suscetibilidade às doenças ocupacionais, devido a carga horária de trabalho, passando grande parte do tempo relacionando-se com os pacientes (DING et al., 2015).

A International Association for *Stress Management* (ISMA) constatou em novembro de 2018 que 72% da população brasileira experimentou algumas consequências relacionadas ao estresse no trabalho e, com base nesses dados, determinou-se que 32% da população sofre de síndrome de *Burnout*(ISMA-BR, 2020).

Com isso, o ambiente hospitalar é uma das principais fontes de estresse ocupacional, pois os profissionais vivenciam situações estressantes, seja pelo cansaço da jornada de trabalho ou pelas suas condições insalubres (PEREIRA; GOMES, 2016).

Diante disso, conceitua-se estresse como um esgotamento pessoal, sinônimo de fadiga, dificuldade, depressão, ansiedade, desamparo, desmotivação, também conhecido como "*Burnout*", que é um fenômeno diretamente relacionado ao trabalho do indivíduo. Nesse contexto, a Síndrome de *Burnout* (SB) configura-se em uma série de sintomas físicos e psicossociais, dentre os quais estão a fadiga, dificuldade nas relações interpessoais, mau humor, irritabilidade, baixa produtividade e absenteísmo(SILVA et al., 2021; PAIVA et al., 2017).

Deste modo, levando em consideração que esse agravo apresenta uma repercussão significativa na saúde dos profissionais de enfermagem, pode-se afirmar que também compromete a qualidade de vida no que se refere a um amplo conceito de percepção pessoal sobre o próprio contexto sociocultural, expectativas, anseios e sua interrelação pessoal, comunidade e trabalho. Diante disso, este trabalho teve como objetivo identificar a síndrome de *Burnout* como um fator comprometedor da qualidade de vida do enfermeiro.

REFERENCIAL TEÓRICO

O termo "*Burnout*" tem sua tradução para o português como "consumir-se", e descreve os limites de sua força, o desfalecimento de sua adaptação pessoal e o declínio emocional. A SB, teve sua criação em 1970, sendo caracterizada por uma tríade de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (PERNICIOTTI et al., 2020).

A descoberta inicial da síndrome é atribuída ao psiquiatra Herbert Freudenberger (1974), que utilizou o termo "*Síndrome de Burnout*" para classificar o esgotamento físico e mental dos voluntários que trabalharam com ele. No entanto, essa doença apareceu muito antes de sua classificação. Relatos e estudos de caso foram publicados na literatura já na década de 1950, descrevendo os mesmos sintomas e sentimentos que mais tarde foram atribuídos à síndrome de *Burnout* (PUERTO et al., 2017).

Nessa síndrome, três dimensões independentes podem estar associadas: exaustão emocional, despersonalização e falta de participação no trabalho. A exaustão emocional é descrita como uma falta de energia e motivação; já a despersonalização é representada com tratamento de pessoas e organizações como objetos, sem emoção, sensibilidade e até disfarce, ansiedade, irritabilidade, falta de compromisso com resultados, alienação e mudança de comportamento também são naturais. Neste último, há um sentimento de inadequação profissional e pessoal, em que os trabalhadores se avaliam negativamente, afetando sua capacidade de realização do trabalho (MORENO et al., 2018).

Logo, a SB está envolvida ao estresse no trabalho que ultrapassa a possibilidade de adaptação. Portanto, o estresse ocupacional é um problema de saúde pública, que se caracteriza por múltiplas causas de agravos e é ocasionado pela relação do trabalhador com seu ambiente (SILVA et al., 2021).

O termo estresse é compreendido como uma junção de sintomas psicobiológicos que modificam significativamente a adaptação do ser humano à homeostase, causando danos pessoais e profissionais das pessoas acometidas. Contribuem negativamente ainda nas características individuais que interferem na percepção ambiental, transformando-se conseqüentemente em alto grau de

ansiedade nas atividades de enfermagem e gerenciais do enfermeiro (CARVALHO et al., 2019).

Dentre as fontes de estresse, além dos conflitos de papéis, relacionamento interpessoal e gestão de pessoas, a sobrecarga de trabalho é a mais relevante. Em relação aos sintomas de estresse, ressaltam-se as modificações cardiovasculares, sobrepondo às alterações gastrointestinais, além do sono e repouso. Evidenciam-se a existência correlacionada de forma considerável entre a carga de trabalho do enfermeiro, ou seja, quanto mais exarcebado o tempo de serviço envolvendo atividades gerenciais, mais evidências de sintomas de estresse (NASCIMENTO et al., 2019).

Portanto, na perspectiva da organização do trabalho, devido à falta de definição dos papéis profissionais, a sobrecarga de trabalho muitas vezes se deve à escassez de mão de obra e às horas extras como estímulo. A falta de autonomia e autoridade na tomada de decisões, entre outros fatores, têm identificado a enfermagem como uma das ocupações com maior incidência de SB (BRITO et al., 2019).

Santos et al. (2021) salientam que as funções organizacionais, pressão de trabalho, infraestrutura, trabalho diário, relacionamento interpessoal e desvalorização do serviço estão relacionados à vulnerabilidade ao estresse e ao *Burnout*. Fatores como encargos de grupo e de funcionários, certas atividades que requerem alta concentração e desempenho, carga de trabalho pesada e cansativa, falta de materiais e manutenção, contribuem com o alto índice de estresse.

Diante disso, o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* envolve múltiplos fatores pessoais e laborais, sendo, portanto, multifatorial, em que variáveis socioambientais sustentam o processo. Seu surgimento depende de alguns fatores predisponentes, sejam eles organização, trabalho, sociedade e / ou indivíduo. No processo de discussão científica sobre o *Burnout* e o trabalho da enfermagem, é fundamental determinar esses fatores preditivos (SCOZZAFAVE et al., 2019).

Portanto, é óbvio que a Síndrome de *Burnout* terá consequências negativas que afetam a identidade profissional e pessoal, podendo ultrapassar os limites do ambiente de trabalho e também afetar suas relações familiares e sociais. O impacto do esgotamento profissional na qualidade de vida da equipe de

enfermagem terá impacto na saúde mental, física e social da equipe. (PINTANELA et al., 2019).

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo trata-se de Revisão Integrativa da Literatura, que tem como finalidade aprofundar o conhecimento em relação a temática. O percurso metodológico constitui-se por: 1- formulação da pergunta norteadora; 2- busca ou amostragem da literatura; 3- coleta de dados; 4- análise crítica dos estudos incluídos; 5- discussão dos resultados e apresentação/síntese do conhecimento. Para formulação da pergunta norteadora foi adotado a estratégia “PICO”, conforme apresentado no quadro 1, visando melhor direcionar o alcance do objetivo do estudo (SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007).

Quadro 1– Critérios para elaboração da questão norteadora, por meio da estratégia PICO.

Acrônimo	Definição	Descrição
P	População, paciente ou problema	Profissionais da Enfermagem.
I	Intervenção ou indicador	Síndrome de <i>Burnout</i> .
C	Comparação ou controle	Não foi descrito por não tratar de estudo comparativo ou controle.
O	Desfecho ou resultado	Qualidade de Vida.

Fonte: Adaptado de SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007.

Deste modo, a questão norteadora desta revisão é: Quais fatores estão envolvidos no comprometimento da qualidade de vida de enfermeiros diagnosticados com a síndrome de *Burnout*?

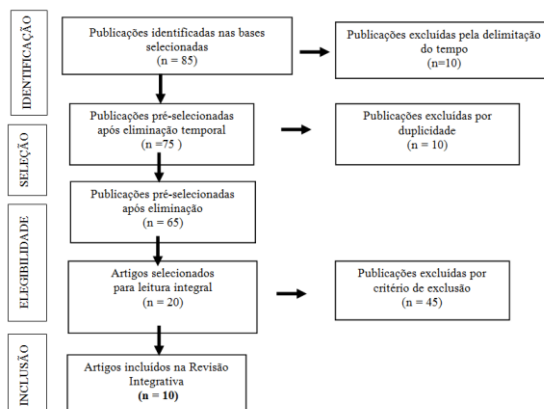
Os critérios de inclusão são: artigos na íntegra, nos idiomas português e inglês, indexados nas bases no período entre 2013 e 2021, que tenham sido realizados com profissionais de enfermagem e que respondam à questão norteadora. São excluídos as publicações de editorial, livros, dissertações, teses, anais, resenhas e opiniões de especialistas. A identificação dos descritores foi feita nos idiomas português e inglês selecionados no portal da BVS por meio da consulta ao DeCS/MeSH e os descritores nas bases que faz uso de terminologia própria.

As informações obtidas nas bases foram consolidadas em um banco de dados, contendo informações relevantes dos artigos selecionados sobre o tema. As buscas foram realizadas nas bases de

dados: Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrieval (MEDLINE/PUBMED)* e *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, por meio dos descritores controlados: Profissionais de Enfermagem (Nurse Practitioners), Esgotamento Profissional (*Burnout, Professional*) e Qualidade de vida (*Quality of Life*) com uso dos operador booleano *AND*.

Para seleção dos artigos nas bases selecionadas utilizou-se o fluxograma do instrumento PRISMA, também adotado em estudos de Revisão Integrativa. Na busca dos artigos para compor a amostra, foi aplicado à estratégia de busca estruturada, considerando cada uma das bases selecionadas e os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos (Figura 1).

Figura 1 -Fluxograma PRISMA consolidado de todas as bases



Fonte: ALBUQUERQUE BO, PARDO EFL, PINHEIRO HS, 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os cruzamentos de busca nas bases de dados resultaram na identificação de 26 artigos no banco de dados BDENF, 23 no LILACS, 23 na PUBMED e 13 na SciELO, totalizando 85 estudos. A aplicação dos três filtros possibilitou refinamento que resultou em seleção final de 10 artigos, com base na qualidade dos dados e na relevância para essa revisão. Para uma melhor identificação de cada artigo, organizou-se uma tabela com os artigos enumerados de A1 a A10 (Tabela 1).

Bruna Oliveira de Albuquerque, Êzari Fernanda Lessa Pardo, Hugo Souza Pinheiro, Francimeire Gomes Pinheiro, Paula Figliuolo da Cruz Borges– **Síndrome de burnout como um fator comprometedor da qualidade de vida do enfermeiro**

Tabela 1- Estudos selecionados para a análise.

Cód.	Título	Autor	Tipo de estudo	Objetivo	Resultados
A1	Qualidade de vida no trabalho e <i>Burnout</i> em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva	SCHMIDT et al., 2013	Descritivo, correlacional, transversal.	Avaliar a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) e a presença da Síndrome de <i>Burnout</i> entre profissionais de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva.	Predominou-se auxiliares de enfermagem (52,8%), do sexo feminino (66,0%), casados (67,9%), com idade média de 42,4 anos. As dimensões Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional obtiveram média de 11,4, 4,6 e 25,0 respectivamente.
A2	Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros: uma revisão integrativa	OLIVEIRA, R. K. M.; COSTA, T. D.; SANTOS, V. E. P., 2013	Revisão Integrativa	Analisar como os estudos científicos descrevem a síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros.	A maioria dos enfermeiros relataram estresse relacionado à falta de lazer, período de trabalho e qualidade de vida.
A3	Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida	HOLMES et al., 2014	Exploratório, quantitativo.	Investigar a repercussão da Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) na qualidade de vida dos enfermeiros que atuam na atenção básica do município de João Pessoa-PB.	Os resultados mostraram que 5 (11,1%) enfermeiras possuem sintomas do <i>Burnout</i> , enquanto que 7 (15,5%) têm alto risco para desenvolver a síndrome.
A4	Preditores da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros de unidade de terapia intensiva	VASCONCELOS; DE MARTINO, 2017	Quantitativo, descritivo, transversal.	Identificar a prevalência e analisar a existência de fatores preditores da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros de unidade de terapia intensiva.	Apresentaram <i>Burnout</i> 14,3% da amostra. Das variáveis estudadas, a duração das férias foi a única que apresentou associação significativa com a ocorrência do <i>Burnout</i> .
A5	<i>Burnout</i> and Quality of Work Life Among Nurse Practitioners in Ventricular Assist Device Programs in the United States	CASIDA et al.2018	Correlacional, exploratória	Investigar papel do estresse e intensidade de trabalho entre enfermeiros (NPs) em programas de suporte circulatório mecânico (MCS) nos Estados Unidos	Níveis mais altos de <i>Burnout</i> foram associados a níveis mais baixos de qualidade de vida. Algumas dimensões da qualidade de vida foram associadas às características do trabalho / hospital.
A6	Fatores desencadeantes da síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros	PAIVA et al., 2019.	Estudo bibliográfico, descritivo.	Identificar o conhecimento exposto na literatura sobre os fatores desencadeantes da Síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros.	Entre os principais fatores responsáveis pela síndrome de <i>Burnout</i> em enfermeiros, destaca-se a jornada excessiva de trabalho, seguida da insatisfação profissional.
A7	Síndrome de <i>Burnout</i> , estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería.	VIDOTTI et al., 2019.	Descritivo, transversal.	Analisar a ocorrência da Síndrome de <i>Burnout</i> e sua relação com o estresse no trabalho e a qualidade de vida entre trabalhadores de enfermagem.	A ocorrência de síndrome de <i>Burnout</i> foi de 20,9% e suas dimensões relacionaram-se a alta demanda, baixo controle sobre o trabalho, baixo apoio social recebido no trabalho, menores percepções da qualidade de vida física, psicológica e das relações sociais e do meio ambiente.
A8	Qualidade de vida no trabalho e <i>Burnout</i> em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva	RAMOS et al., 2019	Exploratório, descritivo.	Identificar o impacto da Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da Atenção Básica à Saúde.	3,5% das profissionais estudadas manifestaram características relacionadas à SB e 30,8% apresentaram predisposição para o desenvolvimento da mesma.
A9	Influência da síndrome de <i>Burnout</i> na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo.	RIBEIRO et al., 2021	Transversal, analítico quantitativo	Estimar a prevalência e fatores associados à síndrome de <i>Burnout</i> e qualidade de vida entre profissionais de enfermagem.	A maioria dos profissionais apresentou baixa eficácia profissional (78,3%), média despersonalização (53,0%) e média exaustão emocional (55,4%). Houve diferença estatística entre os escores da síndrome e da dor, vitalidade e aspecto social; Foi verificado a correlação significativa entre a síndrome e a vitalidade.
A10	Quality of Professional Life and <i>Burnout</i> of the Nursing Staff at an Intensive Care Unit in Venezuela	MARTÍNEZ- QUILJADA et al. 2021	Transversal, analítico	Verificar a relação entre o nível de qualidade de vida profissional e as características da síndrome de <i>Burnout</i> da equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva.	Dos participantes, 67,5% eram profissionais e 32,5% residentes, menores de 41 anos (75%) e do sexo feminino (90%). A qualidade de vida profissional foi razoável, a dimensão Motivação Intrínseca foi a mais valorizada, seguida da Carga de Trabalho e Suporte Gerencial. A Exaustão Emocional afetou 75,5% dos participantes e 37,5% apresentaram Baixa Realização Pessoal. O nível de Qualidade de Vida Profissional esteve relacionado à gravidade da Síndrome de <i>Burnout</i>

Fonte: ALBUQUERQUE BO, PARDO EFL, PINHEIRO HS, 2021.

A SB é definida como uma síndrome psicossocial que acomete profissionais de diversas áreas, em especial profissionais de saúde. Embora não exista uma definição precisa, a proposta mais aceita é Maslach, que se descreve por exaustão emocional (exaustão de energia emocional devido a altas demandas e trabalho contínuo), apatia e afastamento dos pacientes e do trabalho (chamada de despersonalização), e baixa realização pessoal (diminuição da autoestima e baixa eficiência no trabalho) (SCHMIDT et al., 2013).

De acordo com o perfil dos participantes do estudo, houve um índice predominante de mulheres casadas e férteis, e os estudos indicam que os indivíduos com essa característica estão sujeitos ao surgimento da SB. A dupla transição entre trabalho e família traz consigo uma grande sobrecarga que leva à exaustão e, por necessitarem realizar muitas atividades diariamente, esses profissionais gastam menos tempo com o sono diário e o lazer do que com a prática de exercícios físicos (VIDOTTI et al., 2019).

O lazer e a qualidade de vida estão intimamente ligados ao bom desempenho profissional, entretanto, devido o período de trabalho e as atividades desenvolvidas na enfermagem serem complexas acabam desencadeando um desgaste no aspecto biológico e emocional, afetando o lazer e a qualidade de vida (OLIVEIRA, R. K. M.; COSTA, T. D.; SANTOS, V. E. P, 2013).

O enfermeiro é considerado um dos mais propensos ao adoecimento emocional e está sujeito a sofrer de síndrome de *Burnout*, pois o processo do qual participa lhe trará um trabalho cansativo. Nesse contexto, percebe-se que a sobrecarga de trabalho, insatisfação profissional, baixos níveis de suporte, conflito interpessoal, contato com a morte e preparo insuficiente constituem alguns dos fatores predisponentes para o desenvolvimento da síndrome (RAMOS et al., 2019; PAIVA et al., 2019).

Outro estudo realizado em dois Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) localizados no Piauí corroboraram a esse resultado, mostrando que em termos de fadiga ocupacional, os enfermeiros (66,67%) sofrem mais do que os técnicos de enfermagem (33,33%), porém, em termos de despersonalização, apenas 16,67% das duas categorias apresentaram esse resultado (RIBEIRO et al., 2021).

Percebe-se que o trabalho da enfermagem é repleto de necessidades físicas e psicológicas, pois devido ao trabalho físico dos

diversos cuidados de enfermagem aos pacientes, a postura corporal é incômoda, e esses profissionais costumam suportar a fadiga e o cansaço de longa duração (RAMOS et al., 2019).

Vale ressaltar que muitos profissionais sofrem pressões das instituições e dos próprios usuários dos serviços no processo de busca de resultados, por outro lado, muitas vezes não recebem apoio suficiente para atingir os objetivos que lhes são atribuídos. Esses cuidados englobam as necessidades humanas básicas à necessidades mais complexas, como a gestão de uma parada cardíaca. Esses estímulos, somados à falta de sono, recursos humanos e materiais, problemas de trabalho em equipe e mortes, podem levar à exaustão (CASIDA et al., 2019).

Outro fator negativo do *Burnout* entre esses profissionais é a dificuldade em executar uma assistência de qualidade ao paciente, o que propõe uma abordagem amplamente necessária para gerenciar a fadiga desses indivíduos, sendo inclusa a mudança de horários de trabalho e um apoio maior dentro do ambiente de trabalho para diminuir as necessidades psicológicas. O trabalho do enfermeiro com o manejo de pacientes críticos pode ser um fator de risco para o estresse ocupacional e estima-se que o percentual de sintomatologia da SB em uma equipe de enfermagem nesse contexto no Brasil seja de 14,3% (RIBEIRO et al., 2021).

Em outro estudo realizado em uma UTI, foi demonstrado a exposição da equipe de enfermagem a níveis elevados e sustentados de estresse, exigências mentais, físicas e emocionais que os predispõem ao desgaste físico e emocional, insatisfação com o trabalho, baixa qualidade de vida e desenvolvimento da SB com efeito negativo em seu desempenho, saúde e na qualidade da assistência prestada aos pacientes (QUIJADA-MARTÍNEZ; CEDEÑO-IDROGO; TERÁN-ÁGEL, 2021).

Enfermeiros da Atenção Básica à Saúde, em relação à identificação de sintomas evidenciados a síndrome, apresentam irritabilidade fácil, onde 33,3% dos profissionais afirmaram apresentar tal sintoma pelo menos uma vez por semana (HOLMES et al., 2014).

Ainda que a SB esteja relacionada apenas ao ambiente de trabalho, traz consequências que se estendem na vida pessoal da equipe de enfermagem. Portanto, além de impactar positivamente na

saúde e na qualidade de vida desses trabalhadores, as redes de apoio social também podem reduzir o *Burnout* da síndrome de estresse (RIBEIRO et al., 2021).

Portanto, a instalação do SB é propícia ao surgimento de fatores que afetam a saúde mental, como fadiga, cansaço, alterações do sono, irritabilidade, isolamento, ansiedade, transtornos de humor, depressão e outros sintomas. Essas mudanças muitas vezes dificultam a capacidade de lidar com situações estressantes no trabalho e afetam diretamente a qualidade de vida (RAMOS et al., 2019).

A baixa qualidade de vida e a falta de suporte social tem ligação direta com a síndrome de *Burnout*, causando desgaste das relações sociais dentro e fora do ambiente de trabalho. O apoio social que os colegas e gestores recebem, representado pela interação no ambiente de trabalho, pode diminuir a tensão e a pressão, e sem esse apoio essa tensão e pressão vão aumentar. Nessa situação, a SB parece exacerbar o estresse, o que tem impacto negativo nas percepções do ambiente de trabalho, levando a traumas, insatisfação e desmotivação para o desempenho das funções. Portanto, o ambiente de trabalho deve proporcionar uma sensação de felicidade aos profissionais. (SCHMIDT et al., 2013; VASCONCELOS; DE MARTINO, 2017).

CONCLUSÃO

A Síndrome de *Burnout* destaca-se entre as doenças ocupacionais que são adquiridas dentro de qualquer atividade profissional, entretando, a Enfermagem está amplamente introduzida dentre uma das profissões mais afetadas pela síndrome devido suas próprias competências diligentes à profissão. Este estudo demonstrou que existe fatores potencializantes para a incidência da SB em enfermeiros e, com isso, ocorre o prejuízo à sua assistência e compromete também a sua saúde física, mental e social. Diante disso, é de suma importância que haja o acompanhamento das condições de trabalho e saúde destes profissionais, e além disso, é necessário que se tenha uma implementação de estratégias para que ocorra a minimização dos danos à saúde dos enfermeiros.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRAGA, D. S.; PAULA, M. A. B. Síndrome de burnout em profissionais de Enfermagem. **Rev. Acad. MAGISTRO**, v. 1, n. 17, 2018.
- BRITO, T. B. et al. Síndrome de *Burnout*: estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem. **Revista Uningá**, 56(2): 113-122, 2019.
- CARVALHO, D. P. et al. Cargas de trabalho e os desgastes à saúde dos trabalhadores da enfermagem. **Rev Bras de Enf**, 72(6): 1510-1516, 2019.
- CASIDA, J. M. et al. *Burnout* and Quality of Work Life Among Nurse Practitioners in Ventricular Assist Device Programs in the United States. **Progress in Transplantation**, 29(1):67-72, 2019.
- COSTA, S. M. S. et al. Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem. **Rev Enf UFPE on line**, 14:e243354, 2020.
- DING, Y. et al. The Mediating Role of Coping Style in the Relationship between Psychological Capital and *Burnout* among Chinese Nurses. **PLoS One**, 10(4): e0122128, abr 2015.
- HOLMES, E. S. et al. Síndrome de *Burnout* em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida. **J. res.: fundam. care. Online**, 6(4):1384-139, out/dez 2014.
- ISMA- BR. **International Stress Management Association: Cuidado com a síndrome de *Burnout***. 2020. Disponível em: <http://www.ismabrasil.com.br/noticia/cuidadocom-a-sindrome-de-burnout-o-povo>.
- MORENO, J. K. et al. Síndrome de *Burnout* e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, 12(4): 865-871, 2018.
- NASCIMENTO, J. O. V. et al. Trabalho em turnos de profissionais de enfermagem e a pressão arterial, *Burnout* e transtornos mentais comuns. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, 53(1): 1-9, 2019.
- OLIVEIRA, R. K. M.; COSTA, T. D.; SANTOS, V. E. P. *Burnout* syndrome in nursing: an integrative review. **R. pesq.: cuid. fundam. Online**, 5(1):3168-75, jan/mar 2013.
- PAIVA, J. D. M. et al. Fatores desencadeantes da síndrome de *Burnout* em enfermeiros. **Rev enferm UFPE on line**, 13(1):483-90, jan 2019.
- PAIVA, L. C. et al. Burnout syndrome in health-care professionals in a university hospital. **Clinics**, 72(5):305-9, 2017.
- PEREIRA, M. M. A. ; GOMES, A. R. S. Stress, *Burnout* e avaliação cognitiva: estudo na classe de enfermagem. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, 68(1): 72-83, 2016.
- PERNICIOTTI, P. et al. Síndrome de *Burnout* nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, 23(1), 35-52, 2020.
- PINTANELA, D. P. et al. Cargas de trabalho e os desgastes à saúde dos trabalhadores da enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 72(6): 1435-1441 2019.
- PUERTO, J. C. et al. A new contribution to the classification of stressors affecting nursing professionals. **Revistalatin-americana de enfermagem**, v. 25, 2017.
- QUIJADA-MARTÍNEZ, P. J.; CEDEÑO-IDROGO, I. R.; TERÁN-ÁNGEL, G. Quality of Professional Life and *Burnout* of the Nursing Staff at an Intensive Care Unit in Venezuela. **Invest Educ Enferm**, 39(2): e08, 2021.
- RAMOS, C. E. B. Impactos da síndrome de *Burnout* na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **R bras ci Saúde**, 23(3):285-296, 2019.
- RIBEIRO, E. K. A. et al. Influence of *Burnout* syndrome on the quality of life of nursing professionals: quantitative study. **Rev Bras Enferm**, 74:e20200298, Suppl 3, 2021.
- SANTOS, C. M.C.; PIMENTA, C. A. M.; NOBRE, M. R. C. A estratégia pico para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. **Rev Latino-am Enfermagem**, 15(3), mai-jun 2007.
- SANTOS, D. R. et al. Impactos da síndrome de *Burnout* na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar: revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n.3, p. 23911-23926, mar 2021.
- SCHMIDT, D. R. C. et al. Qualidade de vida no trabalho e *Burnout* em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. **Rev Bras Enferm**, 66(1): 13-7, jan/fev 2013.

Bruna Oliveira de Albuquerque, Êzari Fernanda Lessa Pardo, Hugo Souza Pinheiro, Francimeire Gomes Pinheiro, Paula Figliuolo da Cruz Borges– **Síndrome de burnout como um fator comprometedor da qualidade de vida do enfermeiro**

SCOZZAFAVE, M. C. S. et al. Riscos psicossociais relacionados ao enfermeiro no hospital psiquiátrico e estratégias de gerenciamento. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 72(4): 834-840, 2019.

SILVA, M. E. W. B. Fatores agravantes da Síndrome de *Burnout* nos profissionais de Enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, e35610918062, 2021.

VASCONCELOS, E. M.; DE MARTINO, M. M. F. Preditores da síndrome de *Burnout* em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. **Rev Gaúcha Enferm**, 38(4):e65354, 2017.

VIDOTTI, V. et al. Síndrome de *Burnout*, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. **Enfermería Global**, v. 18, n. 3, 344–376, jun 2019.