

CENTRO UNIVERSITÁRIO ATENAS

FERNANDA CELESTINO BARBOSA

**SÍNDROME DE BURNOUT NO ÂMBITO DE TRABALHO  
DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM.**

Paracatu

2022

FERNANDA CELESTINO BARBOSA

**SÍNDROME DE BURNOUT NO ÂMBITO DE TRABALHO DOS PROFISSIONAIS  
DE ENFERMAGEM.**

Monografia apresentada ao curso de Enfermagem do centro universitário Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Área de concentração: saúde mental

Orientador: Prof. Ms. Renato Philipe de Sousa

Paracatu

2022

FERNANDA CELESTINO BARBOSA

**SÍNDROME DE BURNOUT NO ÂMBITO DE TRABALHO DOS PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM.**

Monografia apresentada ao curso de Enfermagem do centro universitário Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Área de concentração: saúde mental

Orientador: Prof. Ms. Renato Philipe de Sousa

Banca Examinadora:

Paracatu - MG 30 de junho de 2022

---

Prof. Ms. Renato Philipe de Sousa.  
Centro Universitário Atenas

---

Prof. Dr. Cristhyano Pimenta Marques.  
Centro Universitário Atenas

---

Prof. Ms. Márden Estêvão Mattos Júnior.  
Centro Universitário Atenas

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, pelo dom da vida, por todas as minhas realizações e pelas bênçãos concedidas em minha trajetória.

Aos meus pais e irmãos, pelo apoio e pela transmissão do sentimento de que cada vitória minha representou todo o trabalho de uma vida que, ora, resulta gratificada por uma conquista como esta.

Ao meu orientador, Prof. Ms. Renato Philipe de Sousa, pela parceria, dedicação, respeito e paciência, por acreditar em minha capacidade e por conduzir o processo de construção da minha pesquisa.

## RESUMO

Este estudo se baseia na Síndrome de Burnout no âmbito de trabalho dos profissionais de enfermagem, identificando os aspectos que levam esses profissionais a serem acometidos por esta síndrome. O objetivo desse trabalho, portanto, foi identificar na literatura vigente os aspectos comportamentais e os motivos que levam esses profissionais a serem acometidos pela Síndrome de Burnout. O método utilizado foi revisão bibliográfica, neste intuito, utilizou-se artigos e livros publicados entre os anos de 2012 e 2021. Concluiu-se que o principal motivo do adoecimento pela Síndrome de Burnout foram as duplas jornadas de trabalho, incentivadas pelos baixos salários e necessidade desses profissionais de complementarem sua renda, além da escassez de insumos e má condições de trabalho, intensificando assim seu sofrimento psicofísico. Os principais sintomas demonstrados pelos profissionais acometidos pela Síndrome de Burnout foram cefaleia, enxaqueca, dores musculares, distúrbio gastrointestinais, síndrome do colón irritável, transtorno do sono, falta de atenção, baixa autoestima, desconfianças, agressividade, alteração do humor e tendência ao isolamento. Este estudo também evidenciou medidas de prevenção e intervenções que minimizam os riscos de os profissionais da saúde serem acometidos pela Síndrome de Burnout, tais como, maior autonomia e participação nas decisões administrativas da organização, oferecimento de terapias cognitivas comportamentais, que as empresas criem estratégias de enfrentamento dos agentes estressores para seus trabalhadores.

**Palavra-chave:** Síndrome de Burnout, Enfermagem, Condições de trabalho

## **ABSTRACT**

*This study is based on Burnout Syndrome in the work environment of nursing professionals, identifying the aspects that lead these professionals to be affected by this syndrome. The objective of this work, therefore, was to identify in the current literature the behavioral aspects and the reasons that lead these professionals to be affected by the Burnout Syndrome. The method used was a bibliographic review, for this purpose, articles and books published between the years 2012 and 2021 were used. the need for these professionals to supplement their income, in addition to the scarcity of supplies and poor working conditions, thus intensifying their psychophysical suffering. The main symptoms shown by professionals affected by Burnout Syndrome were headache, migraine, muscle pain, gastrointestinal disorder, irritable bowel syndrome, sleep disorder, lack of attention, low self-esteem, distrust, aggression, mood change and tendency to isolation. This study also showed prevention measures and interventions that minimize the risks of health professionals being affected by Burnout Syndrome, such as greater autonomy and participation in the organization's administrative decisions, offering cognitive behavioral therapies, that companies create strategies for coping with stressors for their workers.*

**Keywords:** *Burnout syndrome, Nursing, scope of work*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>7</b>
<b>1.2 PROBLEMA DE PESQUISA</b>	<b>8</b>
<b>3 HIPÓTESE</b>	<b>8</b>
<b>1.3 OBJETIVOS</b>	<b>9</b>
<b>1.3.1 OBJETIVOS GERAIS</b>	<b>9</b>
<b>1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>9</b>
<b>1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO</b>	<b>9</b>
<b>1.5 METODOLOGIA DO ESTUDO</b>	<b>9</b>
<b>1.5.1 TIPO DE ESTUDO</b>	<b>9</b>
<b>1.5.2 FONTE</b>	<b>10</b>
<b>1.5.4 BALIZA TEMPORAL</b>	<b>10</b>
<b>1.5.6 CRITERIO DE EXCLUSÃO</b>	<b>10</b>
<b>1.5.7 ANALISE DOS DADOS</b>	<b>11</b>
<b>1.5.8 ASPECTO ETICO-LEGAL</b>	<b>11</b>
<b>1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO</b>	<b>11</b>
<b>DETERMINAR OS ASPECTOS COMPORTAMENTAIS DA SÍNDROME DE BURNOUT</b>	<b>12</b>
<b>OS MOTIVOS QUE LEVAM OS PROFISSIONAIS A SEREM ACOMETIDOS PELA SÍNDROME DE BOURNOUT</b>	<b>16</b>
<b>AÇÕES PREVENÇÕES E INTERVENÇÕES PARA MINIMIZAR OS RISCOS DA SÍNDROME BURNOUT</b>	<b>19</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>22</b>
<b>REFERÊNCIA</b>	<b>24</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>28</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Menezes et al. (2017), a Síndrome de Burnout é um processo psiquiátrico que surge como reflexo do esgotamento mental e físico dos profissionais. Eles salientam que são vários profissionais de enfermagem acometidos continuamente por ter que lidar com agentes estressores diariamente.

Para Batista et al. (2019), o principal fator que leva o profissional de Enfermagem a ser acometido pela Síndrome de Burnout é a baixa remuneração, onde o profissional faz dupla jornada de trabalho para complementar o salário.

A insatisfação com o trabalho e a sobrecarga acarreta a exaustão emocional, prejudicando a qualidade de vida desse indivíduo e afetando a qualidade profissional, ocasionando um crescimento de profissionais de enfermagem afastados do seu ambiente laboral (MENEZES et al. 2017).

Ao ser acometido pela Síndrome de Burnout o profissional tem como consequência uma redução na produtividade, ocasionando baixa estimulação do trabalhador, que sente – se sem energia para prosseguir e desanimado de estar no ambiente de trabalho (LIMA, et al.2018).

A Síndrome de Burnout desencadeia uma série de complicações na saúde dos profissionais, como irritabilidade, fadiga, distúrbio do sono, úlcera, isolamento social, problema cardiovascular, redução da autoestima, agressividade, alterações de memória e concentração e aumento de consumo de álcool e drogas, além de dores musculares entre outros. E estes fatores concorrem para a exacerbação dos fatores que corrompem a imagem do trabalhador em relação ao ambiente de trabalho (LIMA et al. 2018).

A Síndrome de Burnout ocorre em predominância entre profissionais que atuam diretamente com pessoas e pode acarretar vários sinais de desfalecimento, esgotamento emocional e físico e sensação de exaustão, o que gera dificuldades em enfrentar situações estressantes (BATISTA et al. 2019).

Portanto, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem constituem uma equipe com grande predisposição ao desenvolvimento desta síndrome, pois pela própria finalidade do trabalho, são os profissionais de saúde que mais tempo passam em contato com o paciente e seus familiares (BASTOS et al. 2021). E, é forçoso reconhecer que sentimentos de fadiga, esgotamento físico e emocional; pela



despersonalização (DE), em que o indivíduo se distancia das relações interpessoais; e pela dimensão da baixa realização profissional (RP), em que o profissional supre sentimentos negativos de si mesmo (SILVA et al.2020), são fatores que corroboram para intensificar ainda mais os agentes estressores do ambiente de trabalho.

Menezes et al. (2017) corroboram com este dilema ao salientarem que quando o indivíduo não faz uso de estratégias efetivas para enfrentamento do estressor, este permanece podendo levar o sujeito à cronificação do estresse e, por conseguinte, ao Burnout.

A Síndrome de Burnout é considerada uma condição multifatorial constituída por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, observada em indivíduos em que o trabalho consiste na interação/ ajuda com outras pessoas. (MÖLLER.2021).

## **1.1 PROBLEMA DE PESQUISA**

Dado que a enfermagem é uma das profissões que mostra grandes possibilidades de desencadear a Síndrome de Burnout tendo em vista a grande complexidade da organização do trabalho, o papel profissional indefinido, a sobrecarga de trabalho estimulada pelo pagamento de horas extras e as tomadas de decisão errada por falta de autonomia e autoridade. (SILVA et al. 2020), problematiza-se:

O que leva o profissional de Enfermagem a ser acometido pela Síndrome de Burnout?

## **1.2 HIPÓTESE**

Acredita-se que múltiplas jornadas de trabalhos, devido ao dimensionamento inadequada, escalas mal planejadas e remuneração baixa e a necessidade de complementação de renda e poucas horas de descanso entre jornadas e situações estressantes e podem levar o adoecimento dos profissionais de Enfermagem pela Síndrome de Burnout.

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 OBJETIVO GERAL**

Caracterizar os riscos ocupacionais que sobrecarregam os profissionais da saúde.

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a) identificar os aspectos comportamentais da Síndrome de Burnout;
- b) determinar os motivos que levam os profissionais a serem acometidos pela Síndrome de Burnout;
- c) descrever ações preventivas para minimizar os riscos de acometimento pela Síndrome de Burnout.

## **1.4 JUSTIFICATIVA**

Para o ensino, esse trabalho justifica-se em contribuir para que profissionais e acadêmicos da área da saúde tenham conhecimento sobre o Burnout em seu âmbito de trabalho, o que pode contribuir para que tenham uma boa saúde mental.

Para a pesquisa, a justificativa reside na razão de se realizar e fundamentar práticas preventivas de ações de melhoria no ambiente de trabalho, de forma que os resultados desta pesquisa possam contribuir para que os profissionais tenham garantias de avaliações psicológicas adequadas e não precisarem ser afastados.

Percebe-se que na prática profissional o aumento gradativo dessa patologia afeta o físico e o psicológico dos profissionais de saúde, justificando assim, a necessidade de se estudar os atingidos pela Síndrome de Burnout.

## **1.5 METODOLOGIA**

### **1.5.1 TIPO DE ESTUDO**

Este estudo trata-se de uma pesquisa exploratória, segundo Gil (2002) estas pesquisas têm como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses.

### **1.5.2 FONTES**

Para Barros (2004), fonte é aquilo que coloca o pesquisador diretamente em contato com o problema, sendo o material com o qual se examina ou analisa a sociedade humana no seu tempo e espaço. Isto implica que, para esse estudo as fontes dessa investigação serão artigos científicos e os autores que serão utilizados como referencial teórico serão denominados de literatura de apoio, que irá fundamentar e dialogar com o texto.

### **1.5.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADO**

Para coleta dos dados das fontes, será criado instrumento estruturado, contendo nome da revista, autor(es), ano de publicação, título da pesquisa, observações, achados relevantes.

REVISTA	AUTOR	ANO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO DA PESQUISA	OBSERVAÇÕES

### **1.5.4 BALIZA TEMPORAL**

Como baliza temporal vai ser delimitado que as publicações tenham ocorrido do ano de 2012 até o ano de 2021.

### **1.5.5 CRITÉRIO DE INCLUSÃO**

Critério que inclua a palavra-chave: Síndrome de Burnout na enfermagem e que foram publicadas entre os anos de 2012 e 2021, que estejam em português e textos completo.

### **1.5.6 CRITÉRIO DE EXCLUSÃO**

No critério de exclusão foram estabelecidos os seguintes aspectos: se os artigos são pré-print, pois essas obras não foram revisadas por pares; artigos em inglês e textos incompletos - que não falam especificamente da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem no seu ambiente de trabalho.

### **1.5.7 ANÁLISE DOS DADOS**

Para analisar os dados desta pesquisa a técnica escolhida foi a análise documental, através de artigos e livros. Pois a análise possibilita constatar o que realmente impacta nos fatos, tomando por referência os dados reais.

Neste contexto, a pesquisa por análise documental, demonstram ser um meio confiável para analisar os dados, procurando respostas seguras e coerentes com os objetivos desse trabalho.

### **1.5.8 ASPECTO ÉTICO – LEGAL**

Este estudo não será necessário ser submetido ao comitê de ética em pesquisa (CEP) em conformidade com resolução nº 510/2016, que diz pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura científica, não serão registradas nem avaliadas pelo sistema CEP/CONEP. (BRASIL,2016)

## **1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO**

Este trabalho encontra-se assim estruturado:

No capítulo 1 - contém a introdução, problema, hipótese, objetivo geral, objetivo específicos, justificativa, metodologia tipo de estudo, fonte, baliza temporal, critério de inclusão, critério de exclusão, análise de dados, aspecto ético-legal, instrumento de coleta de dado.

No capítulo 2 – irá abordar aspectos comportamentais da Síndrome de Burnout.

No capítulo 3 apresenta, os motivos que levam os profissionais a serem acometidos pela síndrome de bournout

No capítulo 4 – aborda ações preventivas e intervenções para minimizar os riscos da síndrome burnout.

No capítulo 5 – possui a conclusão do trabalho.

## **2 ASPECTOS COMPORTAMENTAIS DA SÍNDROME DE BURNOUT.**

De acordo com o MINISTÉRIO DA SAÚDE (2020), a Síndrome de Burnout está relacionada ao esgotamento profissional gerando um distúrbio emocional, que vem acometendo vários profissionais e os sintomas característicos iniciais se dão por dor de cabeça tensional, caracterizada por dores que dão a impressão que está apertando e de uma forte pressão localizada na cabeça em um lado da face ou em ambos os lados, geralmente essa dor é branda e não impede o indivíduo de realizar os afazeres e são desencadeadas por estresse, tensão emocional, preocupações e situações conflitantes (SOUZA et al. 2019).

Segundo Júnior (2017), a enxaqueca pode apresentar náuseas, vômitos, aversão a estímulos ambientais, especialmente à luz, barulhos; nesses casos, os indivíduos preferem ficar trancadas em um ambiente escuro e silencioso e essas crises podem durar cerca até 72 horas se não tratadas adequadamente.

A fadiga é um dos sintomas de estresse de um processo de somatização que está associada a um estado de desgaste de longos tempos de esforço físico ou mental, caracterizada por diminuição da capacidade de trabalhar e realizar atividades corriqueiras do dia-dia, e seus sinais incluem cansaço - mesmo após o sono -, distúrbios psicológicos, perda de energia e dificuldade de concentração, sonolência, dores de cabeça, câimbras, desconfortos musculares e perda de equilíbrio corporal. A fadiga é desencadeada em função do estresse e excesso de informações e de gerir as demandas de trabalho (SÁ, 2017).

Soares et al. (2019) relatam que dores musculares ou distúrbio osteomuscular dão origem às principais causas de adoecimento nos trabalhadores. Esse distúrbio, seus sinais e sintomas são relacionados à sobrecarga laboral, tais como problemas de saúde mental, que são muito comuns em pessoas com alto nível de estresse que se queixam de dores no corpo, no pescoço e entre os ombros, na coluna cervical e lombares.

Distúrbios gastrointestinais são devidos aos desgastes psicossociais que o indivíduo passa no seu dia-dia e estão ligados a distúrbios psíquicos como a depressão e ansiedade que surgem em decorrência do estresse (SILVA et al. 2021).

Sendo assim, o indivíduo apresenta alterações gástricas como gastrite e uma inflamação localizada no revestimento do estômago e estão associadas a agentes causadores como medicamentos, infecções e estresse psíquico. Seus sintomas são caracterizados por desconforto na região superior do abdômen,

queimação, náusea, vômitos, sensação de empanzimento, perda ou redução do apetite e úlceras gástricas (CENTRO DE CIRURGIA DIGESTIVA, 2018).

Já a Síndrome do colón irritável é caracterizada por dor abdominal e transtorno da evacuação intestinal com diarreia ou prisão de ventre (DUQUE et al. 2021).

Transtornos do sono são caracterizados por insônia, dificuldade de iniciar o sono e de mantê-lo durante a noite, sem possibilidade de voltar a dormir e, durante o dia, fica com forte sensação de sonolência, cansaço e irritabilidade (BAEZA et al. 2018).

Devido ao sentimento de frustração, o indivíduo se sente desiludido com tudo e com todos, demonstrando-se mais pessimista que o normal, tendo desconfiança das pessoas ao seu redor e sempre com pensamentos negativos (SILVA et al. 2020).

Para Gomes e Confort (2017), a falta de atenção está caracterizada como comprometimento das funções, afetando a capacidade de planejamento e conclusão das tarefas corriqueiras de seu trabalho e na administração do tempo. Esses sintomas aparecem como dificuldade de terminar suas tarefas no prazo determinado e com vários eventos de esquecimentos das atividades planejadas. Tem dificuldade na memória e de fixação, muitas vezes os lapsos de memória fazem com que o profissional pare de realizar uma atividade que está fazendo por não recordar o motivo pelo qual a realizava.

Outro ponto é a Autoestima baixa. Segundo Townsend (2014), este aspecto é caracterizado pela auto sabotagem que o indivíduo faz com ele mesmo, sempre com auto avaliações negativas e colocando em dúvida a suas capacidades, se colocando como incapaz de lidar com as situações que lhe são apresentadas, buscando excessivamente a aprovação das outras pessoas, acometido por sentimento de culpa e vergonha por achar que fracassou no decorrer da sua vida e não gosta de encarar situações novas por se sentir inabilitado, não mantém contato visual com as pessoas e tem comportamento de indecisão.

Para Mauad et al. (2021) o indivíduo acometido pela Síndrome de Burnout tem dificuldade de iniciar vínculos pessoais e de trabalho por desconfianças e receio de ser enganado e sempre se encontra na defensiva, sentimento de não poder contar com as pessoas se aproveitem de si e de seu trabalho. A desconfiança se acentua levando à paranoia, acreditando que as pessoas armam situações de forma premeditadas para prejudicá-lo intencionalmente.

Para Townsend (2014, p.271), os profissionais acometidos pela Síndrome de Burnout têm dificuldade em conter a agressividade, passando a comportamentos desagradáveis e caracterizados por inquietação na expressão facial e linguagem corporal tensas, ameaças físicas ou verbais, voz alteradas, contencioso, muita agitação e humor agressivo. Inclusive em situações prazerosas, sempre está em alerta, como se a qualquer momento algo pudesse acontecer, não consegue desfrutar de momentos de lazer.

Segundo Oliveira et al. (2020), a alteração do humor é um sofrimento mental que oferece dano para vida das pessoas e de todos que tem que manter convívio com o acometido, e essa alteração de humor é expressa por sentimento de tristeza, desespero e pessimismo e ocorre perda de interesse nas atividades cotidianas e ocasiona alterações físicas, como falta de apetite e sono.

De acordo com Rodrigues et al. (2019), existe uma forte tendência ao isolamento social, que está associada a fatores de estresse que o indivíduo está submetido na sua vida social e ocupacional, que lhe causa sofrimento e irritação e é caracterizada por medo acentuado, resistência de enfrentar situações sociais e de mostrar desempenho diante de outras pessoas. Estão relacionadas também pelo sentimento de fracasso, pela não aceitação da realidade e responsabilizando as outras pessoas pela atual circunstância. Assim, a pessoa tende a distanciar-se demais, como forma de minimizar a influência destes e a percepção de sua insuficiência.

Segundo Menezes et al. (2017), a exaustão emocional é primordial para a caracterização da Síndrome de Burnout, pois a exaustão ocorre devido ao excesso de trabalho. Dessa forma, o indivíduo no estado de conflito e estresse constante, devido às muitas exigências laborais, estabelece um distanciamento emocional e cognitivo das demais pessoas.

Para Perniciotti et al. (2020), a exaustão emocional é caracterizada pelo sentimento de estar sobrecarregado, esgotado em seus limites físico e emocional, e baixo estado de energia para situações laborais, e estas ações estão diretamente relacionadas à frustração por não se sentir capaz e sem energia para atender suas obrigações.

A despersonalização e a falta de emoção, provocam a perda de interesses laborais e, nos modos comportamentais com o paciente, trata-o de forma indiferente

e possui sinais como ansiedade, desmotivação no trabalho e perda de eficiência em sua realização laboral (BASTOS et al. 2020).

Menezes et al. (2020) considera que a despersonalização é o que distingue a Síndrome de Burnout, pois o seu aspecto é caracterizado por distúrbios da saúde mental, onde a pessoa se sente constantemente descontente por esses sentimentos que se tornam excessivos e interferem no cotidiano desses indivíduos.

O estresse ocupacional, pode ser definido como atribuições desencadeadas pelo organismo provocando um estado de desequilíbrio emocional, físico e psicológico devido às situações estressoras. Assim, o organismo alvo precisa mobilizar energia extras para retomar seu equilíbrio inicial e, dependendo das características individuais, esta energia pode ser capaz ou não de evitar que a pessoa entre num estado de estresse agudo, pois muitos profissionais, por apresentar sintomas estressores, acabam desenvolvendo reações agudas e crônicas, que podem desencadear sentimentos de fracassos e exaustão profissional, causados por um excessivo desgaste de energia. (SILVA, et al. 2019).

Para Batista et al. (2021), o estresse se define como desgaste do organismo, devido a alterações psicofisiológicas, que ocorrem quando a pessoa é forçada a enfrentar situações que a excitam, irritam e amedrontam.



### **3 OS MOTIVOS QUE LEVAM OS PROFISSIONAIS A SEREM ACOMETIDOS PELA SÍNDROME DE BOURNOUT**

A baixa remuneração dos profissionais de enfermagem, faz com que os profissionais realizem duplas jornadas de trabalho na expectativa de um melhor retorno financeiro pelo trabalho desempenhado. A realização de longas jornadas estão associadas ao aumento de ocorrências adversas na saúde e que podem culminar no adoecimento físico, mental e social dos trabalhadores e ainda afeta a segurança dos pacientes sob seus cuidados (SOARES.et al.2021).

Na lista das profissões com características mais desgastantes e estressantes, a enfermagem está entre as principais, talvez por tratar-se de uma profissão que cuida especificamente do ser humano em um ambiente de vulnerabilidade ou dor, executando tarefas de alta responsabilidade como acolher, confortar, proporcionar bem estar, diagnosticar, medicar ou tratar dos pacientes somadas a execução de outros trabalhos administrativos como planejar ações, organizar seminários, eventos, palestras, campanhas, investigar patologias e preencher inúmeros relatórios ou planilhas, acrescidas ainda de uma jornada de trabalho, que em muitas instituições, pode ser longa e exaustiva, fatos que juntos geram um impacto prejudicial tanto na saúde física quanto mental dos profissionais.(SOUSA et al. 2020).

De acordo com Silva et al. (2020), a equipe de enfermagem como uma profissão que possui grande carga de trabalho e estresse, tendo contato direto com paciente e familiares/, faz com que o profissional de enfermagem acumule múltiplas funções e sobrecarrega-se de trabalho devido à falta de profissionais.

Segundo Soares et al. (2019), as mulheres que fazem dupla jornada de trabalho tendem a ser mais afetadas pela Síndrome de Burnout, pois a maioria das pessoas do sexo feminino faz trabalhos domésticos em cuidado do lar e dos filhos. A sobrecarga de funções domésticas e profissionais são os fatores mais comuns geradores de negligência com a saúde.

Por causa dos baixos salários da categoria, geralmente os profissionais de enfermagem têm mais de um vínculo empregatício, podendo implicar a diminuição de horários de alimentação, lazer, repouso, sono, convívio social e familiar e, conseqüentemente, sobrecarga física e mental. Em conjunto, esses aspectos tornam-se fatores de desgaste e sofrimento, podendo conduzir ao aparecimento de distúrbios psíquicos menores (não psicóticos), entre os quais burnout e depressão (PATRÍCIO et al.2020).

Vidotti et al. (2018) corroborando com os achados de Menezes (2017) e Silva (2020), relata que os profissionais da enfermagem, devido ao baixo salário, ou seja, não ser remunerado de acordo com a qualificação e funções que o trabalhador desempenha, faz com que o profissional - para complementar seu salário -, precise fazer dupla jornada de trabalho.

Para Miranda et al. (2021), o cenário da pandemia do Coronavírus fez com que os profissionais da unidade de terapia intensiva se sentissem em situação de vulnerabilidade, e a pandemia superlotou os serviços de saúde pública, pela escassez de leitos e suprimentos nos ambientes hospitalares, e a UTI é considerada um setor com máximo nível de estresse ocupacional que, portanto, favorecem o adoecimento mental e o esgotamento físico dos profissionais que ali trabalham, pelos problemas recorrentes na UTI, com a alta demanda de atividades, profissionais reduzidos, pacientes críticos, escassez de insumos e ambiente inapropriados. Todos estes fatores contribuem para a sobrecarga de trabalho e com o sofrimento psicofísico destes profissionais.

Segundo Oliveira e Silva (2021) a UTI (Unidade de Terapia Intensiva) é um ambiente onde são atendidos pacientes gravemente acometidos e que seu quadro pode evoluir para morte, que precisam de cuidados diretos e intensivos e, além disso, é um ambiente isolado onde o tempo é incerto, e para esses profissionais os fatores estressantes são o ambiente e a duração da jornada de trabalho.

Os trabalhadores de Enfermagem prestam serviços nas 24 horas, principalmente em hospitais, em todos os dias da semana, ininterruptamente. A divisão do serviço por turnos ocorre para organizar a continuidade da prestação de cuidados, assim, submete o profissional ao trabalho de dia ou à noite, e esses turnos podem afetar o sono, o humor e provocar o estresse ocupacional (BEZERRA et al.2019).

Para Menezes et al. (2017), os profissionais de enfermagem passam por extenuantes jornadas de trabalho, pois é um serviço que precisa estar acessível aos pacientes durante as 24 horas do dia, o que só é possível por turnos de trabalho. As mudanças de turno os colocam sob estresse, agravando assim a sua saúde e o bem-estar, devido à rotina que modifica o ritmo do sono e a qualidade de vida, provocando mais problemas de sono entre enfermeiros em rotação de turno de trabalho do que aqueles não rotativos.

Concordando com o autor supracitado, Vidotti et al. (2018) salienta que a Síndrome de Burnout está relacionada a uma pior qualidade do sono entre os trabalhadores nos turnos. Para ele os distúrbios do sono não restaurador, sonolência, sono de curto duração (menos de 6 horas) e débito de sono foram observados em pessoas com alto níveis da Síndrome de Burnout.

É possível considerar que os trabalhadores de enfermagem não escolheram por prazer vivenciar uma dupla jornada de trabalho, mas sentem-se forçados a adotá-la, diante dos baixos salários que recebem, da desvalorização da categoria e dos vínculos de trabalhos precários, temporários. Esse contexto de precarização do trabalho atende às necessidades do capitalismo e reflete a influência do modelo neoliberal sobre o processo de trabalho da enfermagem (SOARES et al.2019).

Segundo Kimura et al. (2021) as jornadas de trabalho excessivas ocorrem por conta do duplo vínculo e dimensionamento efetuado de maneira inadequada, como escalas mal planejadas que acabam oferecendo riscos à saúde do trabalhador, desgastando e levando o profissional a alta carga de estresse.

Para Moreno et al. (2018), a sobrecarga de trabalho, a baixa remuneração e desvalorização profissional são os precursores da Síndrome de Burnout e se deve ao fato dos enfermeiros, além de realizar suas funções, ainda precisam realizar as que não fazem parte de suas atribuições, por conta do número reduzido de profissionais, o que alicerçado ao sentimento de desvalorização e potencializado pela baixa remuneração, causa uma profunda insatisfação profissional.

Realmente, sabe-se que o trabalho atrelado às suas más condições, ambiente insalubre, excesso de horas trabalhadas, exposição a riscos ou ao fato de a própria atividade exercida ser perigosa, unidos à suscetibilidade e às condições de saúde do trabalhador, é fator gerador de agravos, e entre outros podem-se citar o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout (BEZZERA et al. 2019).

Para Nobre et al. (2019), a Síndrome de Burnout está relacionada à dificuldade de adaptação ao ambiente precário de trabalho, resultando numa exposição prolongada e recorrente aos fatores estressores, caracterizado por um distúrbio crônico, afetando os profissionais e levando-os a angústia, tensão, que leva o trabalhador ao afastamento do trabalho.

Segundo Vasconcelos et al. (2017), os fatores que precedem a baixa realização profissional vem de um conjunto de fatores relacionados com as sobrecargas geradas pelas organizações com má condições de trabalho e baixa

remuneração, essas situações constantes de estresse no ambiente de trabalho, levam o profissional a não se sentir adequado a enfrentar as situações vivenciadas, tornando esse estresse crônico, levando ao Burnout.

#### **4 AÇÕES PREVENTIVAS E INTERVENÇÕES PARA MINIMIZAR OS RISCOS DA SÍNDROME BURNOUT**

Para Mourão et al. (2017), a prevenção do aumento do índice de Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem, urge que as instituições ofereçam condições de trabalho adequado e com números de profissionais suficientes e, assim, diminua a sobrecarga de trabalho, dando os intervalos e espaço digno para descanso e lhes permitindo ter autonomia nas tomadas de decisões.

Silva et al. (2016) enfatiza que mudanças na rotina do local de trabalho, não com o intuito de atingir metas, mas incluindo o bem-estar de cada um, vendo o profissional na perspectiva abrangente do ambiente de trabalho como um todo, ou seja, na climatização, na diminuição dos ruídos, nos recursos de materiais etc. Para que juntamente com uma valorização do profissional, contribuam para seu crescimento profissional.

Paiva et al. (2019) relata que é necessário um bom gerenciamento de escalas, e o dimensionamento pessoal, pois constata-se que essa má distribuição de recursos humanos, por vezes, desgasta a saúde mental do profissional e, conseqüentemente, a sua jornada de trabalho.

A organização deve acompanhar os conflitos que surjam nas equipes de trabalho e promover espaços de discussão para buscar soluções para essas desavenças, como também para amenizar os efeitos do estresse organizacional. Nesse aspecto, os gestores da instituição devem dar atenção especial ao favorecimento de condições de trabalho adequadas, que fomentem a saúde e o bem-estar dos seus empregados, ajustando a sobrecarga de trabalho para torná-la mais administrável, redistribuindo tarefas para quebrar a monotonia e favorecendo a resolução de conflitos interpessoais (FRANÇA et al. 2014).

Segundo Bezerra et al. (2019), a estratégia para o enfrentamento da Síndrome de Burnout, consiste em criar táticas de combate ao estresse e focar na solução efetiva de problemas, como planos de ações ligadas ao trabalho, gestores e profissionais buscando planejar o trabalho conjuntamente, distribuir o serviço igualmente, realizar dimensionamento de pessoal e verificar a qualidade da assistência e construção de programas participativos, que promovam meditação, música, pintura para finalidade de reduzir a carga de estresse e o seu crescimento.

Para França et al. (2014), o trabalho deve se organizar de maneira a promover o bem-estar, recursos humanos e materiais suficientes, autonomia de participação e decisão, planejamento estratégico, locação dos funcionários em local que melhor se adapte ao seu perfil, resolução de conflitos de forma justa e incentivos ao trabalhador.

Para Souza et al. (2018), a estratégia de coping no enfrentamento do estresse são empregadas pelo indivíduo de ordem cognitiva e comportamental ou emocional prejudicada, para controlar situações de estresse e manter a integridade mental e física, sendo assim, são maneiras que o indivíduo tem de lidar com o estresse, minimizando os efeitos dos estressores no organismo, visando o bem estar físico e emocional.

As respostas de coping podem ser focalizadas no problema ou na emoção. O coping com base no problema constitui-se como um esforço para administrar ou resolver a origem do estressor. Nesse caso, inclui algumas estratégias, por exemplo, negociar para resolver um conflito interpessoal, solicitar ajuda prática de outras pessoas ou, ainda, a redefinir o elemento que causa tensão (ANTONIOLLI et al. 2018).

De acordo com Silva et al. (2020) é de suma importância reconhecer os estressores no ambiente de trabalho, para que assim possam desenvolver e aplicar estratégias de enfrentamento mais efetivas visando reduzir o estresse ocupacional.

Ao conjunto de esforços cognitivos e comportamentais, utilizados pelos indivíduos afim de lidar com demandas específicas, internas ou externas— as quais surgem em situações de estresse e são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos pessoais, denomina-se Coping (ANTONIOLLI et al. 2018).

As instituições necessitam adotar estratégias e práticas que permitam ao profissional participar efetivamente das decisões relacionadas ao processo de trabalho da organização e ao contexto dos tratamentos de cada paciente, valorizando seu conhecimento e a importância de seu papel como membro de uma equipe multidisciplinar (MOURÃO et al. 2017).

De acordo com França et al. (2014), a melhor medida preventiva para Síndrome de Burnout, são programas que enfatizam a resposta dos indivíduos, nas quais o trabalhador possa ter condições de respostas para as situações negativas e ou estressantes, e que este programa seja focalizado no indivíduo.

De acordo com França et al. (2014), para profissionais da enfermagem que passam por sobrecargas e tensão ocupacional é necessário que aja um monitoramento periódico da saúde mental e física desses trabalhadores, estimulando

a prática de exercícios físicos, alimentação balanceada nos horários certos, ter qualidade do sono e momentos de lazer.

Para Jung e Caveião (2017), para minimizar a Síndrome de Burnout é necessário que os empregadores deem apoio emocional aos trabalhadores, permitindo-lhes que tenham mais motivação e, conseqüentemente, menos absenteísmo, para melhores condições relativa ao salário, cargas horaria do profissional, identificando seu padrão psicológico, emocional, analise destas condições, como estão em relação entre colegas e chefia e determinar exames periódicos da saúde mental relacionada ao estresse.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo abordou a vulnerabilidade do enfermeiro à Síndrome de Burnout. Foram analisados vários artigos com a finalidade de atingir o objetivo traçado no intuito de descrever a Síndrome de Burnout no âmbito de trabalho dos profissionais de enfermagem e seus aspectos desencadeadores, que vem sendo estudados e descritos em pesquisas que envolvem diversos profissionais da enfermagem.

A presente pesquisa pôde compreender os fatores que conduzem os profissionais da enfermagem a um estresse excessivo no ambiente de trabalho. Esses fatores estressores, por sua vez, conduzem os profissionais a um estado de fadiga física e psíquica denominado de Síndrome de Burnout. Entre estes fatores, destacaram-se as longas jornadas de trabalho, as más condições de trabalho e a sobrecarga de atividades.

O primeiro objetivo foi analisar cada aspecto e características comportamentais dos indivíduos atingidos pela Síndrome de Burnout, e as consequências em seus estados físico e mental, embora seja muito difícil de ser identificados, pois se assemelham com outras patologias.

O cumprimento deste objetivo pôde apresentar os efeitos adversos que o profissional vem sofrendo com a Síndrome de Burnout, como dor de cabeça tensional, enxaqueca, dores musculares, distúrbio gastrointestinais, síndrome do colón irritável, transtorno do sono, falta de atenção, baixa autoestima, desconfianças, agressividade, alteração do humor e tendência ao isolamento. Estes fatores causam grande prejuízo para a vida social e profissional desses indivíduos.

O segundo objetivo traçado, buscou compreender os motivos que levam esses profissionais a desenvolverem a Síndrome de Burnout. Concluiu-se que as longas jornadas de trabalho, juntamente com as más condições em que estes se realizam, são um dos principais fatores estressores que potencializam o adoecimento dos profissionais. As longas jornadas se devem, sobretudo, ao baixo salário e à falta de profissionais, fazendo com que os enfermeiros cumpram duplas jornadas de trabalho na tentativa de complementar a sua renda, deixando de ter tempo para si mesmo e para seus familiares. Muitos profissionais trabalham em turnos noturnos e outros em trocas de turno, fatores que elevam o índice de estresse nesses profissionais.

O terceiro objetivo buscou abordar a estratégia de prevenção da Síndrome de Burnout. Vários artigos relatam a questão de que as organizações devem dar espaço para os profissionais, concedendo autonomia nas tomadas de decisões, salário adequados e diminuição das cargas horarias e contratando o número de profissionais suficiente para suprir as demandas de trabalho, e que esses profissionais possam melhorar sua qualidade de vida, praticando atividade física e tendo boa alimentação, além de fazerem práticas de terapia cognitivas, como coping no enfrentamento dos agentes estressores, contribuindo assim para controlar as emoções e atenuar a ação dos agentes estressores.

Finalizando, é necessário salientar que o conteúdo ora abordado é excessivamente amplo. Desta forma, ele pode ser objeto de análises e pesquisas por posteriores pesquisadores, de forma a intensificar as análises em cada um dos objetivos aqui traçados, aprofundando assim o conhecimento geral de como a Síndrome de Burnout tem acometido a classe dos enfermeiros e como medidas contingenciais e preventivas podem ser tomadas para a mitigação dos sintomas nos adoecidos e prevenção de novos casos, cooperando assim para uma melhor satisfação profissional dos enfermeiros, o que resultará como consequência em uma melhor qualidade de vida.



## REFERÊNCIAS

- SOUSA. D.L J. SOUZA F.J. SANTOS. P.E. NUNES.L.R **A OCORRÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM.** ReBIS [Internet]. 2020; 2(3):5-9.
- MENEZES P.C.M, ALVES É.S.R.C, ARAÚJO NETO A.S. **Síndrome de Burnout: uma análise reflexiva.** Rev enferm UFPE on line. Recife, 11(12):5092-101, dec., 2017
- LIMA. A. D. S.FARAH. B. F. TEXEIRA. M.T.B. **Análise Da Prevalência Da Síndrome de Burnout Em Profissionais Da Atenção Primária Em Saúde.** Trab. Educ. Saúde, Rio de Janeiro, v. 16 n. 1, p. 283-304, jan./abr. 2018.
- BATISTA. K.O.SANTOS. J. F. D. SANTOS. S. D. AOYAMA.E. D. A. LIMA, R. N. **SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS: CONSEQUÊNCIAS NA ATIVIDADE PROFISSIONAL.** ReBIS [Internet]. 2019; 1(4):61-5.
- SILVA. K. S. G. D. FOGAÇA. J. A. SILVA. S. O.AOYAMA. E. D. A. LEMOS.L.R. **A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM.** ReBIS [Internet]. 2020; 2(1):38-42.
- PERNICIOT, P. JÚNIOR.C.V. S. GUARITA, R. V. MORALES.R.J. ROMANO. B. W. **Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção.** Rev. SBPH vol. 23 no. 1, Rio de Janeiro – Jan./Jun. – 2020.
- SILVA. P. M. D. C. XAVIER. P.B. SILVA. I. D. S. ALMEIDA. J.L.S. SILVA. T. L. D. A. **FATORES DESENCADEANTES DA SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.** Revista Saúde e Ciência online, v. 8, n. 3, (setembro a dezembro de 2019), p. 115-125.
- BASTOS. J. C. D. S. GOMES. J. C.C. CASTRO. V.V.D. PRATA. M.M.NASCIMENTO. J. C. C.D. NOQUEIRA. A. L. F. COSTA. L. P. LIMA. C. D. S.D. SOUZA. S. D. D.A. LOPES. G. D. S. **Síndrome Burnout e os estressores relacionados à exaustão emocional em enfermeiros.** Revista Eletrônica Acervo Saúde / Electronic Journal Collection Health | ISSN 2178-2091.
- MIRANDA. A. R. D.O. AFONSO. M. L. M. **Estresse ocupacional de enfermeiros: uma visão crítica em tempos de pandemia.** Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.7, n.4, p. 34979-35000 apr 2021.
- VIDOTT.V. RIBEIRO.R.P. GALDINO.M. J. Q. MARTINS. J.T. **Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem.** Rev. Latino-Am. Enfermagem 2018;26:e3022 DOI: 10.1590/1518-8345.2550.3022.
- SOARES. S. S. S. LISBOA.M T.L. QUEIROZ. A. B. A. SILVA.K.G. LEITE. J. C. R .D. SOUZA.N.V.D. SOUZA. N.V.D. D.O. **Dupla jornada de trabalho na enfermagem: dificuldades enfrentadas no mercado de trabalho e cotidiano laboral.** Esc Anna Nery 2021;25(3):e20200380.
- DANTAS. H. L. D. L. ALMEIDA. L. M. W.S. D. OLIVEIRA. K. C. P.D.N.MACIEL. M. P.G.D.S. **Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham**

**em unidade de terapia intensiva: revisão integrativa.** REVISTA ENFERMAGEM ATUAL IN DERME 2020 - 92-30.

BEZERRA. C. M. B. SILVA. K.K.M.D. COSTA.J.W.S.D.C. FARIA. J. D. C. MARTINO.M.M.F.D. MEDEIROS. S. M.D. **PREVALÊNCIA DO ESTRESSE E SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS NO TRABALHO HOSPITALAR EM TURNOS.** REME • Rev Min Enferm. 2019;23:e-1232 DOI: 10.5935/1415-2762.20190080.

PATRÍCIO. D.F. BARBOSA. S. D. C. SILVA. R.P.D. **Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar.** Cad. Saúde Colet., 2021;29(4): | <https://doi.org/10.1590/1414-462X202129040441>.

VASCONCELOS. E. M.MARTINO. M. M. F. D. **Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva.** Revista Gaúcha de Enfermagem. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.65354>.

MORENO. J. K. PIMENTEL. V. P. C. MOURA. M.G. B.G. PINHEIRO. S.J. OLIVEIRA. L.B.C.D. CUNHA. I. L.B.D. PENNAFORT. V.P.D.S. **SÍNDROME DE BURNOUT E FATORES DE ESTRESSE EM ENFERMEIROS NEFROLOGISTAS.** ISSN: 1981-8963 <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i4a110252p865-871-2018>

ANTONIOLLI L. GUANILO, M, E, E. ROSSO L, H. JUNIOR P, R, B, F. PAI D, D. SCAPIN S. **Estratégias de coping da equipe de enfermagem atuante em centro de tratamento ao queimado.** Rev Gaúcha Enferm. 2018;39:e2016-0073.

SOUZA R, C. SILVA, S, M. COSTA, M, L, A, D, S. **Estresse ocupacional no ambiente hospitalar:revisão das estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de Enfermagem.** Rev Bras Med Trab. 2018;16(4):493-502

SÁ.R. N. D. **A INFLUÊNCIA DA FADIGA MENTAL NO DESEMPENHO FÍSICO E TÉCNICO DE JOGADORES DE FUTEBOL EM TREINAMENTOS E JOGOS – UMA REVISÃO DE LITERATURA.** Porto, Setembro. 2017.

SOARES.C.O. PEREIRA.B.F. GOMES. M.V.P. MARCONDES.L.P GOMES. F.D.C. NETO.J.S.D.M. **Fatores de prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: revisão narrativa.** Rev Bras Med Trab. 2019;17(3):415-30.

SILVA.B. M. F. D. LIMA A.C.D. C. SANTOS.L.S.D. BRITO.A.N.M.D. **Associação da microbiota intestinal com o transtorno da ansiedade e depressão.** Research, Society and Development, v. 10, n. 4, e45210414316, 2021.

DUQUE.G. M.PECÊMILIS.I.S.VARGAS.B.C.ALMEIDA.L.B.P.D. **A INFLUÊNCIA PSICOSSOMÁTICA EM PORTADORES DA SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL.** Revista Científica da FMC. Vol. 16, nº 2, 2021.

BAEZA.F.L.C.RECH.M.R.A.OLIVEIRA.E.B.D.RADOS.D.R.V.BURIGO.L.M. **AVALIAÇÃO E MANEJO DA ISÔNIA.**VERSÃO DIGITAL 2018.

OLIVEIRA.J.M.V.REGNE.G.R.S.REINALDO.A.M.D.S.SILVEIRA.B.V.D.GOMES.N.D. M.R.**Transtornos do humor, sintomas e tratamento na perspectiva dos familiares.** SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2020 mar.-abr.;16(2):42-48

RODRIGUES.M.D.D.S.ROCHA.P.B.D.C.ARARIPE.P.F.ROCHA.H.A.L.SANDERS.L. L.O.KUBRUSLY.M. **Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas.** REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA. 43 (1) : 65-71; 2019 .

PRADO.E.P.D. **Estresse ocupacional: causas e consequências.** Rev Bras Med Trab. 2016;14(3):285-9.

KIMURA.C.S.F.D.G.MURUI.F.R.R.H.AMARAL.J.G.VIEIRA.E.C.R.MAZZIERI.M.L.FE RREIRA.R.D.S. CALVALCANTI.A.P.D.S. SILVA.M.R.**Principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.** Glob Acad Nurs. 2021;2(Spe.2):e114.

NOBRE.D.F.R.RABIAIS.I.C.M.RIBEIRO.P.C.P.S.V.SEBRA.P.R.C. **Avaliação do burnout em enfermeiros de um serviço de urgência geral.** Rev Bras Enferm. 2019;72(6):1533-9.

FRANÇA.T.L.B.D.OLIVEIRA.A.C.B.D.L.LIMA.L.F.MELO.J.K.F.D.M.SILVA.R.A.R.D. **SÍNDROME DE BURNOUT: CARACTERÍSTICAS, DIAGNÓSTICO, FATORES DE RISCO E PREVENÇÃO.** Rev enferm UFPE on line.Recife, 8(10):3539-46, out., 2014.

SOUZA.A.S.D.MIRANDA.K.L.D.S.MARBACK.R.F. **Sintomas depressivos e aspectos subjetivos associados à cefaleia do tipo primária.** INTERAÇÃO EM PSICOLOGIA | vol 23 | n 03 | 2019

JÚNIOR.J.A.M.**ENXAQUECA SEM AURA.**SOCIEDADE BRASILEIRA DE CEFALÉIA. PUBLICADO EM 18/10/2017.

GOMES.M.J.M.CONFORT.M.F. **TDH:Implicações no Relacionamento Interpessoal.** Rev. Episteme Transversalis, Volta Redonda-RJ, v.8, n.2, p.119-132, jul./dez.2017.

TOWNSEND.M.C.**ENFERMAGEM PSQUIATRICA CONCEITO DE CUIDADOS NA PRÁTICA BASEADOS EM EVIDÊNCIAS.**7ª edição. Gen. Guanabara Koogan.2014.

MAUAD.H.C.MARIM.J.PAULIN.L.F.R.D.S.RIBEIRO.A.L.N.ROCHA.M.S.SANTOS.G. S.**TRANSTORNO DE PERSONALIDADE PARANÓIDE PRÉ MÓRBIDO NO TRANSTORNO DELIRANTE: UM ESTUDO DE CASO.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo, v.7.n.10. out. 2021.ISSN -2675 – 3375.

SILVA.A.B.D.N.MAXIMINO.D.A.F.F.SOUTO.C.G.V.D.VIRGÍNIO.N.D.A. **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA.** Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança – Abr. 2016;14(1):79-86

JUNG.S.M.CAVEIÃO.C.**SINDROME DE BURNOUT: ALERTA AO TRABALHADOR.**  
Caderno saude e desenvolvimento/vol.10 n.6/jan/mar-2017.

MOURÃO. A. L. COSTA.A. C. D. C. SILVA. E. M. M. LIMA.K.J. **SÍNDROME DE BURNOUT NO CONTEXTO DA ENFERMAGEM.** Revista Baiana de Saúde Pública v. 41, n. 1, p. 131-143

jan./mar. 2017.

C.C.D. **Gastrite: o é importantesabe?** ebook.2018.

## ANEXO A

REVISTA	AUTOR	ANO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO DA PESQUISA	OBSERVAÇÕES
gov.br governo federal	Ministério da saúde	2020	Síndrome de Burnout	Características e os sintomas sentidos relacionado ao Burnout são: irritabilidade, esgotamento físico e mental.
ReBIS	SOUSA. D.L J. SOUZA F.J. SANTOS. P.E. NUNES.L.R	2020	A ocorrência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	AS CARACTERISTICAS E OS ASPECTOS DA SINDROME DE BURNOUT.
Rev enferm UFPE on line	MENEZES P.C.M, ALVES É.S.R.C, ARAÚJO NETO A.S.	2017	Síndrome de Burnout: uma análise reflexiva	ASPECTOS FISICOS E EMOCIONAL
ReBIS	BATISTA. K.O.SANTOS. J. F. D. SANTOS. S. D. AOYAMA.E. D. A. LIMA, R. N	2019	Síndrome de Burnout em enfermeiros: consequências na atividade profissional	IDENTIFICAR O QUE LEVA A SINDROME NO AMBIENTE DE TRABALHO
ReBIS	SILVA. K. S. G. D. FOGAÇA. J. A. SILVA. S. O. AOYAMA. E. D. A. LEMOS.L.R.	2020	A Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	IDENTIFICAR AS CARACTERISTICAS DA SINDROME DE BURNOUT
Rev. SBPH	PERNICIOT, P. JÚNIOR.C.V. S. GUARITA, R. V. MORALES.R.J. ROMANO. B. W.	2020	Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção.	IDENTIFICAR OS FATORES DE RISCO DA SINDROME DE BURNOUT
Revista Saúde e Ciência online	SILVA. P. M. D. C. XAVIER. P.B. SILVA. I. D. S. ALMEIDA. J.L.S. SILVA. T. L. D. A.	2019	Fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa	FATORES INICIAIS DA SINDROME DE BURNOUT
Revista Eletrônica Acervo Saúde / Electronic	BASTOS. J. C. D. S. GOMES. J. C.C. CASTRO. V.V.D. PRATA. M.M.NASCIMENTO. J. C. C.D. NOQUEIRA. A. L. F.	2021	Síndrome de Burnout e os estressores relacionados à	IDENTIFICA AS EXAUSTÃO FISICAS E PSIQUICAS

Journal Collection Health	COSTA. L. P. LIMA. C. D. S.D. SOUZA. S. D. D.A. LOPES. G. D. S		exaustão emocional em enfermeiros.	
Brazilian Journal of Development	MIRANDA. A. R. D.O. AFONSO. M. L. M.	2021	Estresse ocupacional de enfermeiros: uma visão crítica em tempos de pandemia	Sobrecargas na profissão de enfermagem
Esc Anna Nery	SOARES. S. S. S. LISBOA.M T.L. QUEIROZ. A. B. A. SILVA.K.G. LEITE. J. C. R.D. SOUZA.N.V.D. SOUZA. N.V.D. D.O.	2021	Dupla jornada de trabalho na enfermagem: dificuldades enfrentadas no mercado de trabalho e cotidiano laboral	Trabalhadores de Enfermagem sobre a experiência de ter uma dupla jornada de trabalho.
REVISTA ENFERMAGEM ATUAL	DANTAS. H. L. D. L. ALMEIDA. L. M. W.S. D. OLIVEIRA. K. C. P.D.N.MACIEL. M. P.G.D.S.	2020	Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros Que trabalham em unidade de terapia intensiva: Revisão integrativa	Identificar fatores que elevaram a sobrecarga de trabalho
REME • Rev Min Enferm	BEZERRA. C. M. B. SILVA. K.K.M.D. COSTA.J.W.S.D.C. FARIA. J. D. C. MARTINO.M.M.F.D. MEDEIROS. S. M.D.	2019	Prevalência do estresse e Síndrome de Burnout em enfermeiros no Trabalho hospitalar em turnos	As prevalência de estressores em profissionais que trabalham em turnos
Cad. Saúde Colet.,	PATRÍCIO. D.F. BARBOSA. S. D. C. SILVA. R.P.D.	2020	Dimensões de burnout como preditoras da Tensão emocional e depressão em profissionais De enfermagem em um contexto hospitalar	Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão
Rev. Latino-Am. Enfermagem	VIDOTT.V. RIBEIRO.R.P. GALDINO.M. J. Q. MARTINS. J.T	<b>2018</b>	Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem	AS CARACTERÍSTICAS FÍSICAS E EMOCIONAL DOS TRABALHADORES QUE TRABALHAM EM TURNO
Revista Gaúcha De Enfermagem	VASCONCELOS. E. M.MARTINO. M. M. F. D.	2017	Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros De unidade de terapia intensiva	Fatores que levam os profissionais de enfermagem a longas jornadas de trabalho

Rev enferm UFPE on line.	MORENO. J. K. PIMENTEL. V. P. C. MOURA. M.G. B.G. PINHEIRO. S.J. OLIVEIRA. L.B.C.D. CUNHA. I. L.B.D. PENNAFORT. V.P.D.S.	2018	SÍNDROME DE BURNOUT E FATORES DE ESTRESSE EM ENFERMEIROS NEFROLOGISTAS	Identificar os riscos da Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros
Reve bras med	SOUZA R, C. SILVA, S, M. COSTA, M, L, A, D, S.	2018	Estresse ocupacional no ambiente hospitalar: revisão das estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de Enfermagem.	Estrategide de prevenção para Síndrome de Burnout.
REV U.PORTO	SÁ.R. N. D. A	2017.	Influência da fadiga mental no desempenho físico e técnico de jogadores de futebol em treinamentos e jogos – uma revisão de literatura	Identificar sintomas de fagigas nos burnot
Interação em psicologia	SOUZA.A.S.D.MIRANDA.K.L. D.S.MARBACK.R.F.	2019	Sintomas depressivos e aspectos subjetivos associados à cefaleia do tipo primária	Características de sintomas de cefaleia estresse ocupacional
Sociedade brasileira de cefaleia.	JÚNIOR.J.A.M.	2017	Enxaqueca sem aura.	Identificar sintomas de enxaqueca
Rev Bras Med Trab.	SOARES.C.O. PEREIRA.B.F. GOMES. M.V.P. MARCONDES.L.P GOMES. F.D.C. NETO.J.S.D.M.	2019	Fatores de prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: revisão	Identificar sintomas de dores musculares devido as estresse
Research, Society and Development,	SILVA.B. M. F. D. LIMA A.C.D. C. SANTOS.L.S.D. BRITO.A.N.M. D.	2021	Associação da microbiota intestinal com o transtorno da ansiedade e depressão.	Identifica os distúrbios gastrointestinal
Revista Científica da FMC.	DUQUE.G. M.PECÊMILIS.I.S.VARGAS.B. C.ALMEIDA.L.B.P.D.	2021.	a influência psicossomática em portadores da síndrome do intestino irritável.	Identificar os transtornos do intestino irritável
VERSÃO DIGITAL	BAEZA.F.L.C.RECH.M.R.A.O LIVEIRA.E.B.D.RADOS.D.R.V .BURIGO.L.M.	2018.	Avaliação e manejo da insônia.	Indentificar os aspecto da insônia

ReBIS	SILVA. K. S. G. D. FOGAÇA. J. A. SILVA. S. O. AOYAMA. E. D. A. LEMOS. L. R. A	2020	Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	Identificar os aspectos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem
Rev. Episteme Transversalis,	GOMES. M. J. M. CONFORT. M. F.	2017	TDAA: Implicações no Relacionamento Interpessoal	Caracterizar os aspectos da falta de atenção
Gen. Guanabara Koogan	TOWNSEND. M. C	2014	Enfermagem psiquiátrica conceito de cuidados na prática baseados em evidências	Identificar as características das pessoas agressivas
Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação.	MAUAD. H. C. MARIM. J. PAULI N. L. F. R. D. S. RIBEIRO. A. L. N. R OCHA. M. S. SANTOS. G. S	2021	Transtorno de personalidade paranóidepré mórbido no transtorno delirante: um estudo de caso.	Observar as características dos indivíduos, com transtorno paranoico.
Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança	SILVA. A. B. D. N. MAXIMINO. D. A. F. F. SOUTO. C. G. V. D. VIRGÍ NIO. N. D. A.	2016	Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem na unidade de terapia intensiva.	Identificar os aspectos que levam os profissionais a longas jornadas
SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas.	OLIVEIRA. J. M. V. REGNE. G. R. S. REINALDO. A. M. D. S. SILVEI RA. B. V. D. GOMES. N. D. M. R.	2020	Transtornos do humor, sintomas e tratamento na perspectiva dos familiares.	Identificar o comportamento dos indivíduos com transtorno de humor.
REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA.	RODRIGUES. M. D. D. S. ROCH A. P. B. D. C. ARARIPE. P. F. ROC HA. H. A. L. SANDERS. L. L. O. KU BRUSLY. M	2019 .	Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas.	Identificar as características de pessoas com tendência a isolamento.
Rev Bras Med	PRADO. E. P. D.	2016	Estresse ocupacional: causas e consequências.	Identificar os aspectos do ambiente de trabalho
Caderno saúde desenvolvimento	JUNG. S. M. CAVEIÃO. C.	2017.	Síndrome de Burnout: alerta ao trabalhador	
glob acad nurs. 2021	. KIMURA. C. S. F. D. G. MURUI. F. R. R. H. AMARAL. J. G. VIEIRA. E . C. R. MAZZIERI. M. L. FERREIR A. R. D. S. CALVALCANTI. A. P. D. S. SILVA. M. R	2021	Principais consequências da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.	Identificar como são feitos o dimensionamento dos profissionais



Cad. Saúde Colet.,	PATRÍCIO. D.F. BARBOSA. S. D. C. SILVA. R.P.D.	2021	Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar	O baixo salário do profissionais que faz o profissional a fazer longas jornadas.
Rev Bras Enferm.	NOBRE.D.F.R.RABIAIS.I. C.M.RIBEIRO.P.C.P.S.V.S EBRA.P.R.C.	2019	Avaliação do burnout em enfermeiros de um serviço de urgência geral	Os aspecto que leva o profissional, a grande nível de estresse.
Revista Gaúcha de Enfermagem	VASCONCELOS. E. M.MARTINO. M. M. F. D.	2017	Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva.	fatores que precede a baixa realização profissional.
Rev Gaúcha Enferm. 2018;	ANTONIOLLI L. GUANILO, M, E, E. ROSSO L, H. JUNIOR P, R, B, F. PAI D, D. SCAPIN S.	2018	Estratégias de coping da equipe de enfermagem atuante em centro de tratamento ao queimado.	Identificar como a estratégia de coping pode ajudar na Síndrome de Burnout.
Rev enferm UFPE on line.	FRANÇA.T.L.B.D.OLIVEIR A.A.C.B.D.L.LIMA.L.F.MEL O.J.K.F.D.M.SILVA.R.A.R. D.	2014	Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção.	Os fatores de prevenção e fatores de risco, desses profissionais da enfermagem no âmbito laboral.