

SAÚDE MENTAL E SÍNDROME BURNOUT NA ENFERMAGEM

Ruth dos Santos ⁽¹⁾; Janaina Daniel Ouchi ⁽²⁾; Jacqueline Sardela Covos⁽³⁾; Renato Vasques Andrade ⁽⁴⁾;
Raquel Machado Vieira Sapanhós ⁽⁵⁾

RESUMO

A enfermagem é tida como uma atividade fatigante e tensa, com jornadas prolongadas e ritmo de trabalho intenso, a qual lida com a vida ou com a morte. Sendo que, grande parte destes profissionais desenvolvem ao longo do tempo a síndrome de Burnout, a qual também é conhecida como síndrome do esgotamento profissional, sendo caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Podemos dizer que na enfermagem, os fatores que contribuem para o burnout incluem, carga horária extensa, falta de recursos adequados, pressão por resultados, lidar com situações emocionalmente intensas e lidar com pacientes e familiares em momentos difíceis. A constante exposição a esses desafios pode levar os enfermeiros ao esgotamento físico e mental. Os sintomas do burnout também podem incluir cansaço persistente, irritabilidade, falta de concentração, dificuldades de sono, sentimentos de desesperança e isolamento social. Esses sintomas não só afetam o bem-estar dos profissionais de enfermagem, mas também podem comprometer a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. Diante deste grave problema que afeta os profissionais de enfermagem, levantou-se o seguinte questionamento: Quais os problemas na saúde mental causados aos profissionais de enfermagem, e como criar meios de enfrentamento para melhorar a qualidade de vida? Desta maneira o objetivo geral desse trabalho foi compreender acerca da saúde mental e a síndrome de Burnout na Enfermagem. Os objetivos específicos: Conhecer o panorama geral do trabalho da saúde mental da enfermagem, riscos ocupacionais; agentes estressores, explanar acerca da síndrome de Burnout; abordar as dificuldades enfrentadas pelos trabalhadores da saúde no período da pandemia e quais foram as consequências, e porque as taxas aumentaram neste período, e também será discutido as formas utilizadas para enfrentamento da síndrome de Burnout de maneira humanizada.

Palavras - chaves: Saúde Mental, Burnout, Enfermagem.

Metodologia

Este estudo foi realizado por meio de uma Revisão de Literatura, onde foram pesquisados livros, dissertações e artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde) e BDENF (Base de Dados de Enfermagem) no portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). O período dos artigos pesquisados foram os trabalhos publicados nos últimos “10” anos. As palavras-chave utilizadas na busca foram: “Saúde mental, burnout e enfermagem”. Os critérios de inclusão foram materiais que estivessem relacionado ao tema, disponíveis no idioma português; sendo estes artigos que foram publicados no período de janeiro de 2014 à setembro de 2024; método qualitativo que na leitura demonstrasse semelhanças, utilizando como fonte periódicos da área de enfermagem; os critérios de exclusão foram estudos fora do período delimitado.

A pesquisa em base de dados resultou em 26 artigos. Após a leitura, foram selecionados 14 trabalhos, os quais constituíram para amostra deste estudo.

- 1- Bacharel em Enfermagem- Faculdade Anhanguera de Sorocaba, SP
- 2- Coorientadores- Dra. Docente na Faculdade Anhanguera de Sorocaba, SP
- 3- Coorientadores- Ms. Docente na Faculdade Anhanguera de Sorocaba, SP
- 4- Coorientadores- Ms. Docente na Faculdade Anhanguera de Sorocaba, SP
- 5- Coorientadores- Docente na Faculdade Anhanguera de Sorocaba, SP

Introdução

Notadamente, podemos dizer que o hospital é uma das empresas mais complexas; pois este apresenta-se como um local que tem a responsabilidade de receber o ser humano, que muitas vezes se encontra doente, e necessita de um cuidado para trata-lo.

É de fato que, grande parte dos trabalhadores apresentam doença nomeadas como estresse no trabalho e burnout. Sendo assim, se faz necessário alertar aos prejuízos e custos que acarretam na saúde do trabalhador e na produtividade deste dentro da organização.

Por conseguinte, altos níveis de estresse e ansiedade nos trabalhadores de enfermagem quando pressionados devido à sobrecarga, ao fato de lidar com a vida e a morte, estes apresentam maior tendência ao risco de adoecimento, podendo consequentemente desencadear problemas de saúde mental, depressão e estresse associados ao ambiente ocupacional.

Desta forma, surge a necessidade de voltar o olhar para a saúde mental desses profissionais que atuam na linha de frente do cuidado com a saúde e com a doença, mas que nem sempre se preocupam com o autocuidado para consigo.

Neste sentido, este estudo busca responder à seguinte questão norteadora: “Quais os problemas na saúde mental causados aos profissionais de enfermagem, e como criar meios de enfrentamento para melhorar a qualidade de vida?”.

Este estudo tem por princípio analisar a saúde mental dos enfermeiros que nos últimos anos teve um crescimento no nível de doenças psicossociais. Muitas instituições empregadoras preferem ignorar o sofrimento de seus colaboradores ou preferem não enxergar a realidade, e também vale ressaltar que os profissionais que atuam na linha da assistência ao paciente, não tem voltado o olhar para com sua saúde. Esta temática possui relevância, pois contribui de forma eficiente e efetiva, diante do cenário atual, em que as Instituições precisam voltar o seu olhar para a saúde mental dos trabalhadores.

Nesse sentido, a área da saúde é designada como estressante, em função da sobrecarga de trabalho, e por se ter a responsabilidade de cuidar de “vidas”. Este estudo se trata de um tema importante,

sendo assim, será de grande contribuição para a comunidade acadêmica e para estudos futuros, para que busquem como objetivo a qualidade de vida dos trabalhadores de saúde.

- **Características da área de enfermagem e os riscos ocupacionais**

De acordo com Soares (1992, *apud* FERNANDES, *et al*, 2023, p.101), ressalta que o trabalho tem vários significados para a vida do trabalhador. Por um lado, é visto como uma forma de obter renda; por outro, como uma atividade que proporciona realização pessoal, status social e possibilidade de estabelecer e manter contatos interpessoais.

Sendo assim, o trabalho precisa ter um significado a vida, sendo que demanda uma qualidade na mão de obra para que se obtenha qualidade e êxito em seu desenvolvimento. Portanto se faz necessário um apoio das instituições de saúde para que os profissionais de enfermagem possam desenvolver o cuidado, porém, para que este cuidado seja de qualidade, o profissional também precisa ser cuidado para estar bem fisicamente e mentalmente.

Vale lembrar que, para ser mantido o nível de qualidade nas empresas é extremamente importante os profissionais serem tratados com uma visão mais humanizada, pois estes são extrema importância para as instituições seguirem com o seu objetivo no mercado de trabalho.

Também vale lembrar, que os recursos devem estar disponíveis para que o serviço de enfermagem possa ser efetuado. Pois existem vários fatores que podem provocam estresse e ansiedade na equipe, sendo que alguns destes fatores são: tomada de decisão imediata com alto grau de dificuldade e responsabilidade, insuficiência de recursos humanos e de materiais, falta de reconhecimento por parte dos gestores, restrição da autonomia profissional, sobrecarga de trabalho, alta rotatividade, superlotação, espaço físico inadequado, assistência direta e indireta a pacientes e familiares, sendo que alguns destes pacientes se encontram gravemente feridos e em risco de morte iminente.

Conforme ressalta, Seligmann (2011, *apud*, Pereira, *et al.*, 2020, p.2), as novas técnicas de gerenciamento e o discurso da excelência reforçam o individualismo, aumentam o cansaço e se constituem como motor central da produção de danos à saúde mental dos trabalhadores.

Segundo as análise de Trettene, *et al.* (2016), existem diversos fatores de estresse que podem produzir uma insatisfação profissional, o qual influencia na saúde física e emocional deste trabalhador.

Segundo Pousa e Lucca (2021), os profissionais de saúde são constantemente expostos a diversos tipos de violência que são sofridas no ambiente do trabalho, como exemplo a violência física e

psicológica, sendo que esta acarreta a um impacto negativo que compromete a saúde mental, levando consequentemente muitos enfermeiros há afirmarem que, existe o pensamento de abandonar a profissão devido a esses fatores.

Ainda de acordo com Ilic IM, et al. (2017, *apud* POUSA, LUCCA, 2021, P. 5), ressalta, que os turnos de trabalho, também interferem na vida familiar, e a impossibilidade de ajustes adequados afeta diretamente os profissionais de enfermagem, cuja categoria é constituída predominantemente por mulheres que, frequentemente, fazem dupla jornada.

Soares (2021), destaca que as duplas jornadas de trabalho reduzem o tempo livre do trabalhador, o que pode afetar a sua vida pessoal, familiar e social. Essa situação tende a ser agravada entre as mulheres, pois as mesmas são destinadas culturalmente a cuidar do lar, e também a trabalhar fora para contribuir com a renda familiar.

- **Síndrome de burnout: uma doença ocupacional**

Em relação a enfermagem, podemos afirmar que esta é uma profissão que passa horas do dia ofertando o cuidado ao enfermo, o qual necessita de atenção e um cuidado humanizado e de qualidade. Porém, vale lembrar que nem sempre este profissional tem suporte adequado e estruturado para que o processo de trabalho aconteça, e isto, acarreta muitas das vezes uma exaustão mental, provocando consequentemente um desgaste profissional.

A síndrome de Burnout somente foi reconhecida como doença ocupacional pela legislação trabalhista brasileira a partir do Decreto no 3.048, de 6.5.1996, que regulamenta a Previdência Social e aponta a síndrome como agente patogênico que causam doenças ocupacionais, conforme previsto no artigo 20 da Lei no 8.213/91. (SANTOS, et al. 2018, p. 22)

De acordo com Leão (2014, *apud* PEREIRA, SOUZA E MORAES, 2021), afirma que o Burnout tem como sinônimo a “Síndrome de Esgotamento Profissional” e observa-se a participação de três variáveis multidimensional que caracterizam o processo de adoecimento e desenvolvimento dessa síndrome, sendo elas: a exaustão emocional, a despersonalização e a diminuição da realização pessoal.

Conforme salienta Silveira; *et al.* (2016), reforça que a Síndrome de Burnout acarreta inúmeras consequências aos profissionais de saúde nos âmbitos físico, psicológico e mental, ocasionando sequelas secundárias aos ambientes profissional e social.

A síndrome de burnout se inicia com prolongados e excessivos níveis de estresse, nervosismo e tensão no ambiente ocupacional, outros sintomas incluem: baixa qualidade de vida, insatisfação com o equilíbrio entre vida pessoal e trabalho, depressão e tendências suicidas, tendo características de ordem

física, como fadiga constante, distúrbio do sono, falta de apetite e dores musculares; na parte psíquica, o trabalhador demonstra negligência com irritabilidade ocasional ou instantânea, falta de concentração, aumento de conflitos nas relações interpessoais, longa pausa para descanso, cumprimento irregular do horário de trabalho, a falta de atenção, alterações da memória, ansiedade e frustração, comportamental e defensiva como isolamento, sentimento de incapacidade e diminuição da qualidade no serviço.

Segundo Gomes (2023, p. 14), desta que:

“Os profissionais de enfermagem, também são submetidos a situações estressantes constantes no contexto de trabalho, situações estas, agravadas com a pandemia de COVID 19. Assim, concluiu-se que a saúde mental dos profissionais de enfermagem, foi afetada diretamente pela sobrecarga de tarefas com o afastamento dos colegas, preocupações, jornada de trabalho dobrada e risco de contrair a doença”.

Conforme Rissardo; *et al.* (2013, *apud*, FERNANDES, 2022, p. 8), a área da saúde, a ressaltar a enfermagem, foi classificada, pela Health Education Authority como a quarta profissão mais estressante no setor público por todo desgaste emocional e físico está sujeita a uma série de problemas físicos e emocionais.

Essa ocorrência pode se explicar pelo fato da profissão de enfermeiro(a), demandar uma série de responsabilidades, atenção e cuidado, além destes mesmos profissionais serem expostos a plantões ampliados justamente por não conseguirem uma qualidade de vida sem o cumprimento da carga horária ampliada, uma vez que seu salário na maioria das vezes está abaixo da média dos demais colegas da área da saúde, gerando um tipo de estresse. (FERNANDES, 2022, p. 8)

No mesmo sentido, podemos também ressaltar os fatores causais para a SB: sobrecarga de trabalho, extensas jornadas, medo de contaminação e perda repentina de pacientes são os mais citados pelos trabalhadores de enfermagem.

A síndrome de Burnout é o ápice dos desgastes enfrentados no cotidiano dos profissionais de enfermagem durante a pandemia. O estresse, ansiedade, medo de contaminação própria e de familiares, perda de pacientes em tempo curto, desconhecimento da doença, alta jornada de trabalho, falta de recursos materiais, são alguns dos fatores apontados por artigos científicos acerca dos problemas enfrentados pelos profissionais durante a pandemia. Tais condições levam a depressão, adoecimento mental e a síndrome do esgotamento devido ao trabalho, ou síndrome de Burnout. (ALVES, 2022, p.11).

A síndrome interfere na qualidade de vida desses profissionais, ocasionando maior impacto nos domínios de vitalidade, dor, aspecto social e saúde mental. Ademais, é possível apontar que, quanto maior a SB, menor é a qualidade de vida dos participantes.

Esses aspectos podem potencializar e/ou ocasionar sintomas físicos, como apneia do sono, cefaleia, dores no corpo, taquicardia, enxaqueca, cefaleia e náuseas, e psíquicos, como angústia, ansiedade, autocobrança, desgaste físico e mental, estresse, exaustão emocional e isolamento. Esses são os principais sinais e sintomas que os profissionais de enfermagem possuem quando apresentam o quadro patológico do Burnout. (SANTOS, et al; 2021. p.23924)

Diversos são os fatores que podem influenciar e impactar negativamente no profissional de enfermagem, principalmente nos momentos de aflição como foi na pandemia SARrs- CoV-19, é o que destaca o autor Alves (2022, p. 11):

Embora vários artigos contivessem os efeitos da pandemia do Covid-19 sobre o adoecimento mental e esgotamento laboral de profissionais da enfermagem, poucos estudos mencionaram sugestões, políticas de intervenções e possível adoção de estratégias de combate na tentativa de minimizar os impactos negativos, em aspectos físicos, mental, social experimentados pelos profissionais da enfermagem, como escalas de trabalhos humanizadas, turnos em rodízios, oferta coerente de recursos humanos e materiais para desenvolvimento do cuidado aos pacientes, descanso e alimentação adequados, bem como acompanhamento psicológico a estes profissionais.

- **Saúde mental: uma questão de segurança**

No entendimento de Gaulejac (2007 *apud*, Pereira, *et al.*, 2020, p.2), descrevem que as empresas visam, produzir cada vez mais com menos, em tempos mais curtos, é a meta dos atuais modelos de gestão. Sob o discurso de excelência, melhoria contínua e empregados cooptados como “colaboradores”, as relações de trabalho são transformadas de forma a mascarar a dominação capitalista sobre o trabalho humano, ao passo que o intensificam cada vez mais.

Contudo, o risco de um indivíduo trabalhar doente e elevar os índices de absenteísmo é grande, portanto, o mapeamento da equipe frequente é muito importante como medida preventiva. Assim, é imprescindível que os gestores e enfermeiros se atente aos sinais de estresse e busquem ações que incentive uma qualidade de vida fora da Instituição, de cuidados à saúde mental e física do profissional.

A síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem é um fenômeno preocupante que afeta o bem estar dos profissionais, em esferas trabalhistas e pessoais. (SPILARIS, *et al.*, 2023 p.147)

Alguns autores como Matos (2022), ressalta que se houver casos de burnout na empresa, faz se necessário a emissão da CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho), á fim de resguardar o trabalhador em casos de afastamento pela previdência social, e garantir o conhecimento acerca da situação de saúde do trabalhador, fazendo o acolhimento e as orientações necessárias.

No âmbito institucional, é preciso que haja uma rede de apoio e encaminhamento; no âmbito regional, deve-se mapear a rede de serviços de atenção à saúde que possuem fundamental importância no manejo e na vigilância do adoecimento laboral, assim como na adoção de medidas de prevenção. (MATOS, 2022, p.6).

Vale lembrar que, a pandemia SARs-CoV-19, acarretou um grande impacto na saúde dos profissionais de enfermagem, sendo necessárias medidas de intervenção para que o serviço de enfermagem ao paciente pudesse ser continuado.

A pandemia acabou por evidenciar a importância e o impacto que a saúde mental fragilizada pode acarretar na qualidade de vida e assistencial dos profissionais de enfermagem. Contudo, ao vivenciar uma pandemia, esse quadro se torna mais delicado aflorando assim o medo e a insegurança do profissional em exercer suas funções, que por sua vez gera elevados níveis de estresse, acarretando no provável desenvolvimento de transtornos psíquicos, constatando-se assim uma sequência lógica para o desenvolvimento de sofrimentos psíquicos, que podem ser minimizados quando recebem devida importância previamente. Desta forma, ratifica-se a relevância de proporcionar a melhora das condições e a qualidade do trabalho da enfermagem, bem como visualizar os profissionais de forma mais humanizada, com suas limitações e vulnerabilidades, ofertando o correto acolhimento e resolução não somente das demandas materiais e operacionais como também dos aspectos psicossociais em que estão envolvidos. Recomenda-se mais estudos sobre a temática para difundir o tema e proporcionar um cuidado para os profissionais de saúde em especial a equipe de enfermagem que estão na linha de frente na assistência à população. (PEREIRA, 2021, p. 25).

Porém, algumas vezes estes tipos de sintomas passam despercebidos o que dificulta ainda mais o diagnóstico precoce e conseqüentemente o tratamento. É o que define Souza, (2023), por este motivo é necessário compreender a causa da doença, a fim de evitar tratar apenas como um estresse, pois a SB é uma condição resultante de estresse crônico e prolongado que tende a levar á outras conseqüências para empregado, paciente e empresa.

Portanto, é necessário que as empresas voltem o olhar para os seus colaboradores, reconhecendo e identificando fatores de risco que podem comprometer a saúde mental destes.

De acordo com, Santos *et al.* (2021), sugere em seu estudo, que para prevenir a Síndrome de Burnout, existem métodos que podem ajudar, como exemplo: a psicoterapia, ginastica laboral, programas de conscientização nas empresas, incentivo a hábitos mais saudáveis, incentivar à leitura e lazer no período de descanso e a prática de atividade física.

Estudos comprovam que os afetos positivos e fatores sociais tiveram associação com o burnout, todavia uma rede social de apoio eficaz, dentro e fora do trabalho, contribui para o enfrentamento da síndrome, reduz os níveis de tensão, ansiedade e estresse, bem como fortalece a capacidade de resiliência dos profissionais.

As estratégias individuais de gerenciamento da estafa profissional devem estar aliadas às medidas de enfrentamento da instituição de trabalho, que deve promover medidas de intervenção, prevenção e, se preciso for, tratamento de funcionários acometidos pela doença, como por exemplo: investigação diagnóstica por meio de exames médicos, psicológicos ou por testes, conhecimento das manifestações da SB através de cartilhas e palestras, ginástica laboral,

cartilha sobre o estresse e realização de atividades físicas e prazerosas. . (SANTOS, et al; 2021. p.23924)

Conclusão

O ritmo desenfreado dos serviços de saúde, a produtividade, pressões diárias, acaba por prejudicar a saúde do trabalhador, a qualidade de vida no trabalho e influencia diretamente à assistência ao paciente. Tendo em vista, que o ambiente de trabalho possui situações estressoras no dia a dia da enfermagem.

Contudo, a estratégias de acolhimento a esses profissionais, de forma a auxiliá-los a lidar com o sofrimento no trabalho ainda é um desafio. Assim, se faz necessário investir em estratégias e implementações de ações e programas nas relações interpessoais, com melhoria da qualidade de vida laboral e humanização no ambiente de trabalho. Muito se fala a respeito da humanização dos pacientes, mas pouco se fala na humanização dos trabalhadores da saúde.

Vale ressaltar ainda que a motivação dos trabalhadores, produtividade e qualidade da assistência está diretamente relacionado ao clima organizacional, sendo essencial aos gestores organizacionais voltar o olhar aos profissionais de enfermagem e à rotina estressante, além de buscar ações mitigadoras para minimizar esse preocupante quadro que tem crescido no setor de enfermagem.

É de grande importância ainda a atenção dos profissionais enfermeiros, quanto aos sinais de estresse na equipe e possível surgimento de SB, aplicar um mapeamento da equipe frequente é muito importante como medida preventiva.

Esta temática possui relevância, pois contribui de forma eficiente e efetiva, diante do cenário atual, em que as Instituições precisarão voltar seu olhar para a saúde mental dos trabalhadores. Nesse sentido, a área da saúde é avaliada como estressante, em função da sobrecarga de trabalho e por se tratar de cuidados a outra vida. Ainda, se trata de um tema importante, sendo assim, será de grande contribuição para a comunidade acadêmica e para estudos futuros, para que busquem como objetivo a qualidade de vida dos trabalhadores de saúde.

Referência Bibliográfica

ALVES, Júlio César Silca; *et al.* **Síndrome de Burnout e saúde mental dos profissionais de enfermagem na pandemia de Covid-19.** Research, Society and Development, v. 11, n. 8, e57911831360, 2022. Disponível em : DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31360>. Acesso em 20 de fev. de 2024.

FERNANDES, Edilson Cristino Pereira; *et al.* **Os efeitos da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem durante o primeiro ano da Pandemia Covid-19.** Research, Society and Development, v. 11, n. 7, e47311730382, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30382>. Acesso em: 30 mar. de 2024.

FERNANDES, Fausto Rocha Fernandes; GEDRAT, Dóris Cristina; VIEIRA, André Guirland. **O significado do trabalho: um olhar contemporâneo.** Cadernos da Fucamp, v.22, n.56, p.99-106/2023. Disponível em: <3072-Texto do Artigo-11517-1-10-20230709.pdf>. Acesso em: 15 de jul. de 2024.

GOMES, Ana Paula Sales. **Fatores associados à ocorrência da síndrome de burnout em enfermeiros no contexto da pandemia da covid-19: um estudo narrativo.** Trabalho de conclusão de curso em enfermagem, PUC/ Goiás- GO, 2023. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/6774/1/FATORES%20ASSOCIADOS%20C3%80%20OCORR%20C3%80%20ANCIA%20DA%20S%20C3%80%20DNDROME%20DE%20BURNOUT%20EM%20ENFERMEIROS%20NO%20CONTEXTO%20DA%20PANDEMIA%20DA%20COVID-19%20UM%20ESTUDO%20NARRATIVO>. Pdf. Acesso em: 16 de jul. de 2024.

MATOS, Larissa Silva de Oliveira; *et al.* **CARTILHA SAÚDE MENTAL E TRABALHO: RISCOS E PREVENÇÃO.** Disponível em: <https://unilab.edu.br/wp-content/uploads/2022/09/CARTILHA-SAUDE-MENTAL-TRABALHO-2022.pdf>. Acesso em: 15 de jul. de 2024.

PEREIRA, Leticia Rodrigues; *et al.* **Síndrome de Burnout na enfermagem no contexto da pandemia de Covid-19: Revisão da literatura.** Trabalho de conclusão de curso em m Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – UNICEPLAC, 2021. Disponível em: https://dspace.uniceplac.edu.br/bitstream/123456789/1684/1/Leticia%20Rodrigues%20Pereira_%20Sabrina%20Moreira%20de%20Souza_%20Stephany%20de%20Almeida%20Moraes.pdf%20.pdf. Acesso em: 20 de mai. de 2024.

POUSA PCP, LUCCA SR. **Psychosocial factors in nursing work and occupational risks: a systematic review.** Rev. Bras. Enferm. 74 (suppl 3) • 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0198>. Acesso em: 20 de mai. de 2024.

SANTOS, Daniel Rodrigues, *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, 2021. Acesso em: 10 de mar. de 2024.

SANTOS, Dayane. Lustre dos; ALMEIDA Nathany Nogueira. **Estresse prolongado da equipe de enfermagem e a síndrome de Burnout.** Disponível em: <https://www.inesul.edu.br/site/repositorio/enfermagem/arquivos/4.pdf>. Acesso em: 10 de mar. de 2024.

Sara Adriana Reis Faria. **Saúde psicológica dos enfermeiros: um estudo sobre burnout e engagement.** Dissertação de mestrado em psicologia, 2019. Disponível em: <http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/121004/2/341593.pdf>. Acesso em: 15 de jun. de 2024.

SILVEIRA, Ana Luiza Pereira da; *et al.* **Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde.** Rev. bras. med. trab, v. 14, n. 3, p. 275-284, 2016. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2016/12/827299/rbmt-v14n3_275-284.pdf. Acesso em: 25 de mar. de 2024.

SOARES, Samira Silva Santos; *et al.* Dupla jornada de trabalho na enfermagem: dificuldades enfrentadas no mercado de trabalho e cotidiano laboral. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0380>. Acesso em: 04 de mai. de 2024.

SOUSA, Erika Xavier; *et al.* **Síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura sobre determinantes, consequências e prevenção.** Saber Científico (1982-792X), v. 12, n. 2, p. 16-16, 2024. Disponível em: <https://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/resc/article/view/2636/1914>. Acesso em 20 de jan. de 2024.

SPILARIS, Carolayne Tinoco; *et al.* **Identificação Da Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Literária.** Cadernos Camilliani e-ISSN: 2594-9640, [S.l.], v. 20, n. 4, p. 144-160, fev. 2023. ISSN 2594-9640. Disponível em: <https://www.saocamiloes.br/revista/index.php/cadernoscamilliani/article/view/607>. Acesso em: 25 de mar. de 2024.

TRETTENE, A. dos S et al. **Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em Unidades de Pronto Atendimento.** Bol. - Acad. Paul. Psicol. São Paulo, v. 36, n. 91, p. 243-261, jul. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2016000200002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 20 de jan. de 2024.