

# UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE

## A SYSTEMATIC REVIEW OF BURNOUT SYNDROME IN HEALTH PROFESSIONALS

MARIA CLÁUDIA GONÇALVES PIRES<sup>1</sup>, MARCELA CRISTINA BUENO NEIVA ALMEIDA<sup>2\*</sup>, GUILHERME TADEU CAMPOS HAUCK<sup>3</sup>

1. Médica Residente do Programa de Residência Médica em Medicina do Trabalho do Hospital Márcio Cunha; 2. Médica Residente do Programa de Residência Médica em Medicina do Trabalho do Hospital Márcio Cunha; 3. Médico, Preceptor do Programa de Residência Médica em Medicina do Trabalho do Hospital Márcio Cunha.

\* Rua Gáspar de Lemos, 151, Bom Retiro, Ipatinga, Minas Gerais, Brasil. CEP 35160-227. [marcelacbnalmeida@gmail.com](mailto:marcelacbnalmeida@gmail.com)

Recebido em 31/07/2023. Aceito para publicação em 27/08/2023

### RESUMO

A Síndrome de Burnout é determinada pela exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, resultando do envolvimento crônico em situações de trabalho emocionalmente exigentes, sendo bastante prevalente entre os profissionais da saúde. **Objetivo:** Analisar a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde, bem como examinar as estratégias de prevenção e tratamento, explorando diferentes perspectivas e abordagens. **Material e Métodos:** Foi realizada uma pesquisa abrangente nas bases de dados eletrônicas, incluindo *National Library of Medicine, Science Direct, Wiley Online Library, Springer Link, Elsevier's Health Sciences, British Medical Journal*, com os seguintes descritores: “Síndrome de Burnout”, “trabalho”, “qualidade de vida”, “saúde mental”, “estresse ocupacional”, “prevenção e tratamento”. **Resultados e Discussão:** Foram analisados 25 estudos de diferentes abordagens sobre a Síndrome Burnout e a relação com os profissionais da saúde, abrangendo as principais características, aspectos, fatores e prevalência. As amostras tiveram como critério de inclusão pesquisas com mais de 10 amostras na literatura nacional e internacional. **Conclusão:** A Síndrome de Burnout é muito prevalente entre os profissionais da saúde, e as causas incluem uma combinação de fatores pessoais e profissionais. O tratamento inclui intervenções psicológicas e mudanças na rotina e no ambiente de trabalho.

**PALAVRAS-CHAVE:** Síndrome de Burnout; Trabalho; Qualidade de Vida; Saúde Mental; Estresse Ocupacional; Prevenção; Tratamento.

### ABSTRACT

Burnout Syndrome is determined by emotional exhaustion, depersonalization, and low professional achievement, resulting from intense involvement in emotionally demanding work situations, which is quite prevalent among health professionals. **Objective:** To analyze the prevalence of Burnout Syndrome in health professionals, as well as to examine prevention and treatment strategies, exploring different perspectives and approaches. **Material and Methods:** A comprehensive search was carried out in electronic databases, including the National Library of Medicine, Science

Direct, Wiley Online Library, Springer Link, Elsevier's Health Sciences, British Medical Journal, with the following descriptors: “Burnout Syndrome”, ‘work’, ‘quality of life’, ‘mental health’, ‘occupational stress’, ‘prevention and treatment’. **Results and Discussion:** 25 studies of different approaches on the Burnout Syndrome and the relationship with health professionals were analyzed, covering the main characteristics, aspects, factors, and prevalence. The samples included research with more than 10 copies in national and international literature. **Conclusion:** The Burnout Syndrome is very prevalent among health professionals, as the causes include a combination of personal and professional factors. Treatment includes psychological interventions and changes in routine and work environment.

**KEYWORDS:** Burnout Syndrome; Work; Quality of life; Mental health; Occupational Stress; Prevention; Treatment.

### 1. INTRODUÇÃO

O trabalho é visto como razão de realizações pessoais, consolidação dos relacionamentos interpessoais e concretização das necessidades essenciais e de sobrevivência dos seres humanos<sup>1</sup>.

No âmbito da saúde, o trabalho realizado é peculiar, devido às particularidades da prestação de serviços nesse contexto, pois os profissionais de saúde além de estarem expostos ao sofrimento alheio, também têm que lidar com os seus próprios sofrimentos. Somando-se a isso, é preciso ter gestão eficiente dos mecanismos técnicos, éticos e políticos que envolvem sua profissão<sup>2</sup>.

A Síndrome de Burnout (SB) é um fenômeno amplamente discutido no contexto profissional, especialmente entre os trabalhadores de áreas de alto estresse, como profissionais da saúde e de outras áreas assistenciais. Essa síndrome está relacionada a altos níveis de esgotamento emocional, exaustão física, despersonalização e diminuição da realização pessoal. Além disso, a SB pode afetar negativamente a qualidade de vida dos indivíduos, tanto no âmbito profissional quanto no pessoal<sup>3</sup>.

A SB é caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A prevalência da síndrome tem aumentado nos últimos

anos, o que tem gerado preocupação em relação ao bem-estar dos trabalhadores e à qualidade dos serviços prestados<sup>4</sup>.

Identifica-se que o estresse em consequência das atividades laborais acarreta um desgaste físico e emocional em muitos profissionais, principalmente entre aqueles que atuam no âmbito da saúde. Esse assunto tem sido bastante discutido em diversos e diferentes estudos científicos, apresentando-se como um sério problema de saúde pública que tem acometido a população contemporânea<sup>3</sup>.

Pode-se afirmar que a SB é uma resposta interpessoal duradoura, estressante e crônica desenvolvida no ambiente de trabalho. Essa síndrome é determinada por três dimensões interdependentes, sendo estas: a exaustão emocional, a despersonalização e a redução do sentimento de realização pessoal<sup>2</sup>.

Cabe ressaltar que o estresse decorrente do ambiente de trabalho definido com o termo SB pode ser desenvolvido devido à percepção que o trabalhador tem do ambiente de trabalho, tal como um ambiente ameaçador à saúde física e mental, seja por se tratar de um contexto com altas demandas ou até mesmo pela falta de recursos por parte do profissional para lidar com elas<sup>3</sup>.

A existência da SB na área da medicina apresenta-se como um cenário preocupante e delicado. Mundialmente, essa síndrome afeta de um a cada dois médicos, sendo que um terço deles são acometidos de modo significativo, e um décimo de modo sério e com condições insuperáveis. Ainda em seu estudo, os autores apontaram que o Conselho Federal de Medicina verificou, em uma amostra de 7,7 mil médicos de diferentes estados brasileiros, que 23.1% deles apresentam a SB em nível elevado, com características críticas e graves<sup>5</sup>.

A predisposição dos profissionais de saúde à SB fundamenta-se em diferentes estudos, principalmente naqueles que trabalham em contextos complexos e intensos, como por exemplo os hospitais. Sendo identificada, aproximadamente, uma proporção de 25 a 60 % entre médicos de diferentes especialidades<sup>6</sup>, de 7 a 76% entre médicos residentes<sup>7</sup> e de 10 a 70% entre os enfermeiros<sup>8</sup>.

Estudos têm explorado a relação entre o trabalho e a qualidade de vida, destacando a influência da SB nesse contexto. A compreensão dessa relação é de suma importância para a implementação de estratégias de prevenção e intervenção que promovam a saúde e o bem-estar dos trabalhadores. Portanto, esta revisão sistemática busca analisar as evidências disponíveis sobre a relação entre a SB, o trabalho e a qualidade de vida, bem como examinar as estratégias de prevenção e tratamento em profissionais de saúde, explorando diferentes perspectivas e abordagens teóricas.

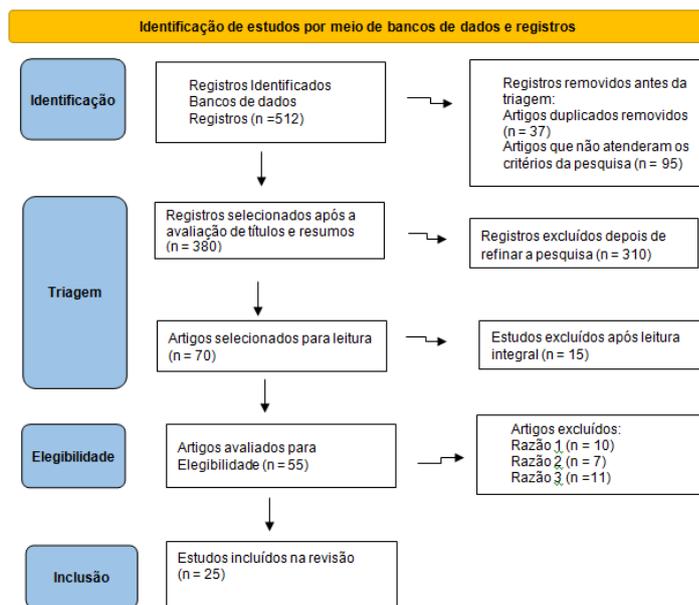
## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo foi baseado em uma revisão sistemática da literatura científica nacional e internacional sobre a relação entre a Síndrome de Burnout, trabalho e

qualidade de vida em trabalhadores da saúde, conforme a Figura 1.

Desse modo, uma pesquisa abrangente foi realizada nas bases de dados eletrônicas, incluindo *National Library of Medicina (PubMed)*, *Science Direct*, *Wiley Online Library*, *Springer Link*, *Elsevier's Health Sciences*, *British Medical Journal (BMJ)*, *Journal of the American Medical Association (JAMA Network)*, *Psychiatry Online*, *JAMA Psychiatry*, *Psychological Medicine*, *Journal of Abnormal Psychology*, *Frontiers in Psychiatry*, *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)*, entre outros.

**Figura 1:** Representação esquemática dos métodos de seleção de estudo, ajustado de acordo com o organograma PRISMA<sup>9</sup>.



Foram selecionados artigos publicados entre 2007 e 2022, em inglês, espanhol ou português, com os seguintes descritores: “Síndrome de Burnout”, “trabalho”, “qualidade de vida”, “saúde mental”, “estresse ocupacional”, “prevenção e tratamento”. Foram incluídos apenas estudos que abordavam diretamente a relação entre a Síndrome de Burnout com o trabalho e a qualidade de vida.

Os artigos excluídos da pesquisa abordavam outros tipos de estresse ocupacional, como estresse pós-traumático e estudos com populações específicas e outros profissionais que não atuam na área da saúde.

Destaca-se que os artigos selecionados para análise e desenvolvimento deste estudo foram avaliados quanto à qualidade metodológica, dados coletados e resultados apresentados, conforme as recomendações metodológicas da declaração PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para estudos de revisão sistemática<sup>9</sup>. Por outro lado, a razão número 1 para exclusão foram estudos que abordavam a síndrome em profissionais de outras áreas da saúde. A razão número 2 para exclusão foram as pesquisas que abrangeram estudantes de medicina e por último, a razão número 3 de exclusão foram estudos repetidos.

Desse modo, o presente estudo é um tipo de revisão de literatura conhecida na área da saúde como revisão sistemática. A revisão sistemática compreende um tipo de investigação que fornece um resumo das evidências relacionadas a uma estratégia de intervenção específica, utilizando a aplicação de métodos claros e sistematizados, buscando a valorização da compreensão crítica<sup>10</sup>.

### 3. RESULTADOS

Foi identificado um total de 55 estudos que preencheram os critérios de inclusão, mas apenas foram selecionados 25 artigos para o desenvolvimento dessa pesquisa. Os resultados mostraram uma associação significativa entre a Síndrome de Burnout e uma diminuição da qualidade de vida em profissionais de saúde. A exaustão emocional foi consistentemente relacionada a uma pior qualidade de vida em todas as áreas avaliadas, incluindo aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais.

O levantamento de dados para elaborar esta pesquisa teve como critério de inclusão os estudos publicados em inglês, espanhol ou português entre 2007 e 2021. Foram selecionadas pesquisas que investigaram a Síndrome de Burnout e a qualidade de vida em profissionais da saúde com amostras de tamanho igual ou superior a 10 participantes, os quais utilizaram medidas validadas para avaliar seus estudos.

Como critério de exclusão, foram eliminados os estudos publicados em outros idiomas, que não

abordaram diretamente a Síndrome de Burnout ou qualidade de vida com amostras de tamanho inferior a 10 participantes e aqueles com amostras exclusivamente de profissionais de outras áreas.

Como estratégia de busca, seleção e extração de dados, realizou-se uma leitura superficial dos resumos, sendo selecionado 380 artigos na etapa de triagem. Após essa etapa, fez-se uma releitura mais detalhada e ampliada desses estudos, definindo como legítimos para compor a pesquisa 70 artigos. A seguinte etapa foi a leitura na íntegra desses 70 estudos, sendo excluídos 15 estudos. A última etapa desse processo foi a realização da releitura mais detalhada e minuciosa dos 55 estudos definidos com elegibilidade para o desenvolvimento da pesquisa, definindo 25 trabalhos para analisar e elaborar essa revisão sistemática, por meio de uma releitura e fichamentos dos textos com os principais resultados apresentados.

Após a realização do fichamento dos 25 estudos incluídos no desenvolvimento dessa pesquisa, elaborou-se uma tabela contendo o nome dos autores, ano de publicação, título, objetivos, tipo de estudo e principais resultados encontrados, conforme a Tabela 1. Os achados incluídos na composição desse estudo acataram os critérios de inclusão mencionados na metodologia buscando analisar diferentes tipos de textos. Verificou-se que esse tema é bastante abordado nos trabalhos científicos, porém há evidências da necessidade de mais pesquisas.

**Tabela 1:** Resultados Principais

Autor e Ano	Título	Objetivos do Estudo	Tipo de Estudo	Amostra	Principais Resultados
AMARIZ AA, et al., 2020	Prevalência da Síndrome de Burnout em Médicos e Médicos Residentes em Montes Claros – MG no ano 2014	Identificar a prevalência da SB em médicos e médicos residentes e conhecer o perfil de acometimento da SB de acordo com dados demográficos entre outros.	Estudo transversal, qualitativo e quantitativo	104 médicos e 22 médicos residentes no Hospital Santa Casa de Montes Claros - MG	Dos 104 médicos e 22 médicos residentes entrevistados, 3,88% e 4,54% apresentaram, respectivamente, os critérios diagnósticos para a SB.
BARROS MM dos S, et al., 2016	Síndrome de Burnout em Médicos Intensivistas: estudo em UTIs de Sergipe	Investigar a presença da SB entre os médicos intensivistas, além de possíveis preditores da síndrome	Estudo Transversal	122 médicos intensivistas	Os resultados indicam altos níveis de exaustão emocional e despersonalização, além de baixos níveis de realização pessoal.
BOND MMK et al., 2018	Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário	Determinar a prevalência de Burnout e de cada uma de suas dimensões na população de médicos residentes do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)	Estudo transversal	151 médicos residentes do HCPA período de dezembro de 2015 a janeiro de 2016, por meio da aplicação do método <i>Maslach Burnout Inventory</i>	O estudo mostrou alta prevalência de SB entre os residentes, principalmente no segundo ano.
BORGES I de JM, et al.,2020	Síndrome de Burnout em Médicos Residentes do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão	Identificar fatores de risco para o desenvolvimento da SB em médicos residentes do hospital universitário da Universidade Federal do Maranhão	Estudo descritivo, quantitativo e transversal	80 residentes médicos voluntários	Identificou-se que ser médico residente no Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão no primeiro ano e ter menos de 30 anos é fator de risco para o desenvolvimento da SB.

CHEMALI Z, et al., 2019	Burnout Among Healthcare Providers in the Complex Environment of the Middle East: a systematic review.	O objetivo foi investigar a carga de Burnout entre profissionais de saúde no Oriente Médio, como foi avaliado, quais setores estavam envolvidos e quais intervenções foram utilizadas.	Revisão Sistemática	138 artigos. Estudos focados em SB no Oriente Médio entre médicos (N=54 artigos), enfermeiros (N=55), populações combinadas de profissionais de saúde (N=22) e estudantes de medicina (N=7).	A SB foi bastante comum entre médicos, enfermeiras e outros profissionais de saúde. Essa síndrome entre profissionais de saúde no Oriente Médio está associada às características de seu ambiente de trabalho, exposição à violência e ao terror, sofrimento emocional e baixo suporte social.
DANTAS HL de L., et al., 2020	Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham em unidade de terapia intensiva: revisão integrativa	Identificar fatores determinantes da SB em enfermeiros que trabalham em Unidade de Terapia Intensiva, com base na produção científica pesquisada e discutir os achados à luz da literatura pertinente.	Revisão Integrativa Sistematizada realizada no período de outubro a dezembro de 2019	13 artigos	Verificou-se que determinantes como: padrões de sono, outras perturbações mentais, recursos humanos/materiais, carga de trabalho, adaptação à morte e ao sofrimento humano, outras relações laborais, idade e experiência profissional, relações interpessoais e aspectos técnicos de complexidade científica da unidade de terapia intensiva (UTI) potencializam o acometimento da SB entre esses profissionais.
DIAS JM, 2019	A Síndrome de Burnout em enfermeiro que atua na unidade de Terapia intensiva - UTI	Identificar na literatura os fatores de riscos, prevalência, adoecimento, uso de medicamentos psicoativos e consequências relacionados a SB em enfermeiros que atuam em UTI.	Revisão Integrativa de artigos publicados em 2008 a 2018	6 artigos com delineamento quantitativo, sendo 4 do tipo estudo transversal e 2 do tipo estudo descritivo	Ficou evidenciado que as mulheres expostas a dupla jornada têm maior risco de desenvolver SB.
ERSCHENS R, et al., 2019	Professional Burnout Among Medical Students: Systematic Literature Review and Meta-Analysis.	Resumir as evidências disponíveis sobre a prevalência da SB em estudantes de medicina.	Revisão sistemática e meta-análise.	12 estudos	Verificou-se que a SB é prevalente entre estudantes de medicina.
FAVERO T et al., 2018	Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: revisão de literatura	Verificar as incidências de SB em profissionais de saúde	Revisão de Literatura. Pesquisa de caráter exploratório na base de dados eletrônicos publicados entre 2007 e 2017	10 artigos	Dependendo da especialidade, os profissionais de saúde estão diretamente expostos a diversos estressores e são acometidos pela SB.
FRANÇA TLB de, et al., 2014	Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção	Apresentar os seguintes aspectos do conhecimento científico referente a SB: características, diagnóstico, fatores de risco, consequências e prevenção.	Artigo tipo informativo	19 artigos	A SB é um fenômeno psicossocial que apresenta consequências físicas, psicológicas, comportamentais e defensivas.
FROTA SCM, et al., 2021	Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes na atenção básica: um estudo transversal	Investigar a prevalência da SB em profissionais de saúde que atuam no NASF-AB de Teresina – PI, nos anos 2018 e 2019	Estudo Transversal e quantitativo realizado através do instrumento <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI)	13 profissionais	Identificou que 10 profissionais alto nível de desgaste emocional, 11 eram realizados profissionalmente e todos os entrevistados apresentavam baixa despersonalização.
HELENO RMB, et al., 2021	Análise da Prevalência da Síndrome Burnout em Médicos atuantes na	Analisar a prevalência da SB em médicos atuantes da Estratégia de Saúde da Família em 13 Unidades Básicas de	Estudo observacional, transversal de abordagem quantitativa realizada através do instrumento MBI	29 equipes da Estratégia de Saúde da Família, sendo a participação	Os participantes mostraram-se realizados profissionalmente, porém devido a outros fatores 42% dos participantes apresentaram risco moderado

	Estratégia de Saúde da Família	Saúde da região do Noroeste do Paraná		efetiva de 24 médicos	de desenvolvimento da SB e 25% apresentaram risco elevado.
LIZOT PC e ALVES CF, 2021	A Relação entre Síndrome de Burnout, Stress, Depressão, Ansiedade e Qualidade de Vida de Médicos	Analisar a relação entre stress, Burnout, ansiedade, depressão e qualidade de vida em médicos	Pesquisa quantitativa e correlacional	43 médicos	Não foram identificados SB entre os médicos desse estudo apesar dos altos índices de estresse.
MASLACH C e LEITER MP, 2016	Understanding the Burnout experience: recent research and its implications for psychiatry.	Desenvolver um novo quadro teórico de bem-estar acompanhado de uma ferramenta para o medir permitindo assim ao indivíduo um melhor conhecimento e maior controle do seu estado de bem-estar.	Pesquisa exploratória e com técnicas qualitativas	82 estudos	Apontou a necessidade de uma maior contribuição para identificar as estratégias terapêuticas mais eficazes para o diagnóstico da síndrome.
MOREIRA H de A; SOUZA KN de; YAMAGUCHI MU, 2018	Síndrome de Burnout em médicos: uma revisão sistemática	Identificar a frequência da SB em diferentes especialidades médicas e seus possíveis fatores associados	Revisão Sistemática	28 artigos	A SB é uma disfunção multifatorial. Entre as especialidades médicas as cinco mais prevalentes são: Medicina de UTI, Medicina de Família, Emergências, Medicina Interna, Ortopedia e Infectologia.
NOBRE DFR, et al., 2017	Avaliação do Burnout em enfermeiros de um serviço de urgência geral	Avaliar o nível da SB dos enfermeiros de um serviço de urgência geral	Estudo quantitativo, descritivo, correlacional e transversal	32 enfermeiros de um serviço de urgência geral	Verificou-se que 59,4% dos enfermeiros estavam com SB, sendo este relacionado ao trabalho em sua dimensão mais elevada.
NOGUEIRA RN, et al., 2022	Síndrome de Burnout: um estudo brasileiro com médicos residentes	Avaliar a prevalência de SB em médicos residentes de um hospital público do Distrito Federal	Estudo Prospectivo no qual os médicos residentes responderam ao MBI	97 residentes de diferentes áreas da medicina	A exaustão emocional e a despersonalização foram altas entre os residentes, enquanto a realização pessoal foi baixa.
PERNICIOTTI P, et al., 2020	Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias	Revisar as principais definições, sintomas e critérios diagnósticos da SB, expondo as divergências existentes na literatura.	Revisão de Literatura	96 estudos	Mesmo com muitos estudos sobre a SB, ainda há bastante divergências em relação aos critérios de diagnóstico. Os efeitos negativos do Burnout nos profissionais de saúde requerem maior investimento em saúde mental e autocuidado no ambiente de trabalho.
RIBEIRO EK do A, et al. 2020	Influência da Síndrome de Burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo	Estimar a prevalência e fatores associados à SB e qualidade de vida entre profissionais de enfermagem	Estudo transversal e analítico	83 profissionais das unidades de pronto atendimento	Conclusão: A SB afeta diretamente a qualidade de vida dos enfermeiros.
SANTOS DL dos e ALMEIDA NN, 2018	Estresse Prolongado da Equipe de Enfermagem e a Síndrome de Burnout	Identificar quais os fatores que causam a SB nos profissionais de enfermagem; descrever os sinais e sintomas do estresse e SB; elencar quais ações pode influenciar na prevenção e conhecer o tratamento da doença.	Revisão bibliográfica de estudos sobre o estresse e SB em profissionais de enfermagem publicados entre 1991 e 2018.	Foram analisados 34 estudos	A realização de atividades durante e após o trabalho pode ser uma medida preventiva contra o estresse e a SB nos profissionais de enfermagem.
SILVEIRA ALP da, et al. 2016	Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde	Descrever as consequências e as implicações da SB nos profissionais de saúde	Revisão Sistemática da Literatura no período de 2005 a 2015	27 estudos transversais	A SB foi relatada por aproximadamente 40 a 60% dos profissionais de saúde.

SCHULTZ T, et al., 2020	Prevalência da Síndrome de Burnout em Enfermeiros da Atenção Primária à Saúde	Investigar a prevalência da SB em enfermeiros da Atenção Primária à Saúde do município de Santa Maria - RS	Estudo quantitativo	30 enfermeiras voluntárias	Dos 30 enfermeiros participantes, 33% estão na fase inicial da SB, 64% têm possibilidade de desenvolver e 3% já possuem a síndrome, concluindo que os fatores de risco para o desenvolvimento são elevados nesta população.
-------------------------	---	--	---------------------	----------------------------	---

#### 4. DISCUSSÃO

O estudo de Amariz *et al.* (2020)<sup>11</sup> examina a prevalência de Burnout entre médicos da Estratégia Saúde da Família de Montes Claros, MG em 2014. O estudo encontrou alta prevalência de Burnout entre médicos, sendo o esgotamento emocional o sintoma mais comum, indicando a necessidade de intervenções para melhorar a prevenção e o tratamento da síndrome de esgotamento médico. Além disso, o texto destaca o impacto negativo do Burnout em profissionais de saúde e pacientes e enfatiza que promover o desenvolvimento da inteligência emocional entre os profissionais de saúde pode desempenhar um papel crucial na redução do Burnout e na promoção do bem-estar no ambiente de trabalho. Por isso, é fundamental que as empresas ofereçam treinamento e apoio para aprimorar a inteligência emocional de seus funcionários, a fim de prevenir o Burnout e promover o bem-estar no trabalho.

Nesse estudo foram entrevistados 104 médicos e 22 médicos residentes no Hospital Santa Casa de Montes Claros – MG através do teste *Maslach Burnout Inventory* (MBI), um instrumento utilizado para avaliar como o indivíduo vivencia seu trabalho. Além desse teste, foi realizado um questionário sociodemográfico. Todos os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram aplicados após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa das FIP-Moc de 08 de maio de 2014, e a participação dos médicos ocorreu de forma voluntária, após o preenchimento do termo de consentimento. Entre os médicos entrevistados, 3,88% (n=4) apresentaram a SB conforme os critérios propostos, sendo estes, altos níveis de exaustão emocional ( $\geq 27$  pontos), altos níveis de despersonalização ( $\geq 10$  pontos) e baixos níveis de realização profissional ( $\leq 33$  pontos)<sup>11</sup>.

O estudo de Amariz *et al.* (2020)<sup>11</sup> indica que entre os principais estressores que causam a SB entre médicos e médicos residentes estão as demandas excessivas, que reduzem a qualidade da assistência; longas horas de trabalho; numerosos turnos; baixos salários; necessidade de lidar com sofrimento e morte; além da exposição constante a fatores de risco.

O estudo "Síndrome de Burnout em Médicos Intensivistas: estudo em UTIs de Sergipe", realizado por Barros MM dos S, et al. (2016)<sup>12</sup>, objetivou avaliar a prevalência da Síndrome de Burnout em médicos intensivistas que atuam em unidades de terapia intensiva (UTIs) de Sergipe. Os resultados indicaram que a Síndrome de Burnout é frequente em médicos intensivistas, com uma prevalência de 32,5%.

Além disso, com o aumento da idade e a redução do tempo gasto em terapia intensiva, os médicos

apresentaram maiores níveis de exaustão emocional e despersonalização. Esses resultados são preocupantes porque o Burnout pode ter consequências graves, incluindo redução da qualidade dos cuidados de saúde e redução da satisfação no trabalho. Portanto, é imperativo que medidas sejam tomadas para prevenir e tratar a Síndrome de Burnout entre os médicos intensivistas. Uma das ações que podem ser realizadas é o desenvolvimento da inteligência emocional<sup>12</sup>.

A inteligência emocional é uma habilidade que permite que as pessoas gerenciem efetivamente suas emoções, o que pode ajudar a prevenir o esgotamento. As organizações de saúde precisam investir em treinamento e apoio aos médicos para desenvolver suas habilidades de inteligência emocional. Além disso, é importante que a cultura organizacional mude e que seja criado um ambiente de trabalho saudável e equilibrado para os médicos intensivistas<sup>12</sup>.

Barros *et al.* (2016)<sup>12</sup> e outros examinaram a prevalência de Burnout entre médicos residentes de um hospital escola no Brasil. Para medir o Burnout, os autores usaram o *Maslach Burnout Inventory*, que avalia exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. O estudo constatou que 54,8% dos residentes relataram altos níveis de exaustão emocional, enquanto 35,2% relataram altos níveis de despersonalização. Os autores observam que o esgotamento dos residentes é um importante problema de saúde pública que requer atenção e apoio do sistema de saúde. Investir em treinamento e suporte para melhorar a inteligência emocional pode criar um ambiente de trabalho saudável e reduzir o risco de esgotamento. Observou-se que 42,6% dos participantes tiveram diagnóstico positivo de SB, e os fatores preditivos identificados foram: o trabalho exigido em terapia intensiva, a sensação de sobrecarga, as relações estressantes com os colegas e, além disso, o fato de não utilizar gratuitamente hora de assistir TV ou dormir.

Outros estudiosos como Bond *et al.* (2018)<sup>13</sup> discutem a prevalência de Burnout entre médicos residentes de um hospital universitário. O estudo encontrou alta prevalência de Burnout, com 81,5% dos participantes apresentando sintomas. A dimensão mais frequente foi o esgotamento emocional, seguida da despersonalização e da falta de realização profissional. O estudo também identificou fatores de risco para o desenvolvimento de Burnout, como ser do sexo masculino e estar no segundo ano de residência. O autor enfatiza a importância de medidas preventivas, diagnóstico precoce e tratamento para reduzir a

prevalência de Burnout entre médicos residentes e melhorar a qualidade do atendimento ao paciente.

O estudo de Bond *et al.* (2018)<sup>13</sup> acompanhou 151 residentes do HCPA no período de dezembro de 2015 a janeiro de 2016. Dos 506 residentes, 151 se voluntariaram para participar do estudo. Dos 123 participantes, 81,5% tinham SB. Em relação às dimensões, a exaustão emocional foi a mais frequente, com 53%, seguida da despersonalização, com 47,7%, e da insatisfação no trabalho, com 45%. Além disso, os alunos do segundo ano eram mais propensos a desenvolver a síndrome, indicando menor desempenho no trabalho e maior despersonalização. Residências de quarto ano foram menos associadas com despersonalização e SB em geral, e residências de especialidade cirúrgica foram menos associadas com exaustão emocional. Além disso, os residentes de psiquiatria apresentaram fator de proteção contra a despersonalização, enquanto os residentes de radiologia apresentaram maior fator de risco para esse aspecto. O estudo mostrou alta prevalência de SB entre os residentes, principalmente no segundo ano.

Identificou-se uma alta prevalência de Burnout entre médicos residentes em um hospital universitário. A exaustão emocional foi a dimensão mais frequente do Burnout, seguida da despersonalização e da falta de realização profissional. O estudo também identificou fatores de risco para Burnout, como ser do sexo masculino e estar no segundo ano de residência. O autor destaca a importância de medidas preventivas, diagnóstico precoce e tratamento para reduzir o esgotamento dos médicos residentes. Outros estudos demonstraram altos níveis de Burnout entre residentes, como um estudo na Síria, no qual 93,75% dos residentes apresentaram alto nível da SB em pelo menos um dos três domínios do questionário MBI. Um estudo com médicos residentes de um hospital universitário no Ceará demonstrou uma prevalência de Burnout global de 68,7%. Por outro lado, uma pesquisa tipo meta-análise comparando as taxas de prevalência de Burnout por especialidade médica descobriu que a prevalência geral de Burnout em residentes era alta<sup>13</sup>.

Borges, Souza & Gonçalves Filho (2020)<sup>14</sup>, em uma pesquisa realizada em 2020 com uma amostra de 80 residentes médicos voluntários, constataram que 76,25% dos entrevistados apresentavam fatores de risco moderados, 15% apresentavam fator de risco alto para a síndrome e que a maioria está nos primeiros anos de residência e tem menos de 30 anos. Identificou-se com esse estudo que ser médico residente no Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão no primeiro ano e ter menos de 30 anos é fator de risco para o desenvolvimento da SB.

Uma pesquisa apontou que o Burnout é uma síndrome caracterizada por exaustão emocional, aumento da despersonalização e diminuição do senso de realização pessoal devido ao estresse emocional crônico no trabalho. Indicaram que essa síndrome afeta a satisfação e o desempenho no trabalho, a suscetibilidade a doenças e as relações interpessoais. Há uma lacuna nos

dados sistemáticos sobre a carga de Burnout entre os profissionais de saúde em diferentes setores da saúde nos países do Oriente Médio. Foram analisados por meio de uma revisão sistemática 138 artigos com tema Burnout no Oriente Médio, sendo 54 artigos sobre a síndrome em médicos, 55 em enfermeiros, 22 em populações combinadas de profissionais de saúde e 7 de estudantes de medicina. O MBI foi o instrumento mais utilizado para medir o Burnout. Verificou-se que a SB é bastante comum entre médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, com estimativas de prevalência variando de 40% a 60%, identificando que essa síndrome entre os profissionais de saúde no Oriente Médio está associada a características de seu ambiente de trabalho, exposição à violência e terror, sofrimento emocional e baixo apoio social<sup>15</sup>.

Os Resultados obtidos com a análise de alguns estudos analisados por Dantas *et al.* (2020)<sup>16</sup> e outros evidenciam a heterogeneidade de dados relacionados com a investigação dos determinantes e fatores que favorecem a SB entre os profissionais da enfermagem que atuam em unidades de terapias de intensivas (UTIs), identificando diferentes aspectos, os quais variam entre culturais e políticos. No entanto, existem alguns fatores frequentemente estudados que determinam a doença, nomeadamente: padrões de sono, outras perturbações mentais, recursos humanos/materiais, carga de trabalho, adaptação à morte e ao sofrimento humano, outras relações laborais, idade e experiência profissional, relações interpessoais e aspectos técnicos de complexidade científica da unidade de terapia intensiva (UTI).

Em uma Revisão Integrativa sobre a SB em enfermeiros que atuam na UTI, de artigos publicados entre o período de 2008 a 2018, os quais foram selecionados para compor o estudo, 6 possuíam delineamento quantitativo, 4 do tipo estudo transversal e 2 do tipo estudo descritivo. Evidenciou-se que as mulheres expostas a dupla jornada têm maior risco de desenvolver SB. No tocante aos principais fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome, aponta-se os seguintes determinantes: às doenças, fatores como lapsos de memória, atenção distraída, psicossomática, distúrbios musculoesqueléticos, dores de cabeça, distúrbios do sono, fadiga, dores precordiais, palpitações, ansiedade, medos, períodos de depressão, dor de estômago e perda de concentração. Para aqueles que fazem uso de drogas psiquiátricas para tratar a SB, as usadas com mais frequência foram antidepressivos, benzodiazepínicos e analgésicos<sup>17</sup>.

Em uma revisão de literatura de artigos publicados entre o período de 2007 a 2017, a partir de uma pesquisa exploratória nas bases de dados eletrônicas, dez textos foram analisados sobre a SB em profissionais de saúde, indicando que dependendo da especialidade, os profissionais de saúde enfrentam diariamente situações de sofrimento, dor e perdas ou estão diretamente expostos a diversos estressores ocupacionais. A SB afeta os profissionais de saúde, mas muitos não percebem a

magnitude dos problemas que podem levar à síndrome se não forem tratados<sup>18</sup>.

Em um artigo informativo publicado em 2014 em uma Revista de Enfermagem com o objetivo de apresentar os principais aspectos sobre o conhecimento científico relacionado à SB, entre eles há fatores de risco, diagnóstico, características, tratamento e prevenção. Foram examinados 19 artigos identificando que a SB é um fenômeno psicossocial relacionado ao ambiente de trabalho, caracterizado por desgaste emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Afeta os funcionários que trabalham diretamente com o público e pode trazer consequências físicas, psicológicas, comportamentais e defensivas além do absenteísmo e afastamento do trabalho. Estratégias individuais e organizacionais são necessárias para medidas preventivas, e a promoção da saúde é necessária para combater essa síndrome no ambiente de trabalho<sup>19</sup>.

Frota *et al.* (2021)<sup>20</sup> em um estudo transversal e quantitativo utilizando o instrumento *Maslach Burnout Inventory* (MBI) com uma amostra de 13 profissionais de saúde voluntários que atuam na atenção primária, verificaram que a maioria dos profissionais era do sexo feminino (93,3%) e tinha idade igual ou inferior a 35 anos. Na aplicação do instrumento, 7 (53,8%) apresentaram alta demanda e 6 (46,2%) baixa demanda; 8 (61,5%) alto controle; 5 (38,5%) mau controle; 9 (69,2%) alto suporte social e 4 (30,8%) baixo suporte social. Adicionalmente, identificaram que 10 profissionais (76,9%) apresentavam alto nível de desgaste emocional, 11 (84,6%) eram realizados profissionalmente e todos os entrevistados (100%) apresentavam baixa despersonalização.

Em outro estudo transversal, quantitativo e observacional que também utilizou o método MBI, analisou-se a prevalência da SB em 29 equipes de Estratégia de Saúde da Família, com a participação de 24 médicos voluntários. Identificou-se que os participantes se mostraram realizados profissionalmente, porém devido a outros fatores 42% dos participantes apresentaram risco moderado de desenvolvimento da SB e 25% apresentaram risco elevado. Os dados do estudo explicitaram a necessidade de abordagens sobre a síndrome com a finalidade de reduzir situações que exercem impacto negativo na vida dos profissionais de saúde, essencialmente no referente à exaustão emocional e despersonalização, destacando a necessidade de novos estudos sobre o tema<sup>21</sup>.

Outra pesquisa de característica quantitativa, descritiva, correlacional e transversal com o objetivo de analisar o nível da SB em enfermeiros que atuam no serviço de saúde na área de urgência, a partir de uma amostra de 32 profissionais, indicou que 59,4% dos enfermeiros foram diagnosticados com a síndrome, sendo os fatores de desenvolvimento da doença associados ao trabalho. Além disso, identificou-se que quanto mais jovens, maior é o desgaste, apontando altos níveis de falta de realização na carreira, e consideraram uma mudança de profissão ou de ambiente de trabalho<sup>1</sup>.

Nogueira, Barros & Pitta (2022)<sup>22</sup>, em um estudo prospectivo com 97 residentes médicos de diferentes áreas da medicina, verificaram que a existe alteração nas três dimensões da SB. A exaustão emocional e a despersonalização foram altas entre os residentes, enquanto a realização pessoal foi baixa. Houve piora dos índices, sugerindo piora da SB desses profissionais. Além disso, identificou-se que a SB é resultado do estresse crônico e que afeta a qualidade dos serviços prestados pelos médicos, devido ao desgaste físico e psicológico. Os resultados deste estudo mostram que os médicos têm um alto nível de Burnout, podendo causar danos irreparáveis ao sistema de assistência médica.

A partir de um estudo transversal e analítico desenvolvido com 83 profissionais de enfermagem de unidades de pronto atendimento em Campina Grande no Pernambuco por meio do instrumento MBI, onde as amostras foram analisadas estatisticamente de modo descritivo e inferencial, verificou-se que a maioria dos profissionais apresenta baixa efetividade no trabalho (78,3; n=65), média despersonalização (53,0%; n=44) e média exaustão emocional (55,4%; n=46). Houve diferença estatística entre os escores de síndrome e dor (p=0,03), vitalidade (p=0,04), saúde mental (p=0,01) e qualidade de vida geral (p=0,04), concluindo que a SB afeta diretamente a qualidade de vida dos enfermeiros<sup>2</sup>.

Santos & Almeida (2018)<sup>23</sup>, em uma revisão bibliográfica de estudos sobre o estresse e a SB em profissionais de enfermagem publicados entre 1991 e 2018, analisaram 34 textos, identificando que o estresse prolongado afeta a maioria dos enfermeiros, visto que a enfermagem é considerada como a quarta profissão mais estressante do mundo. Além disso, esses autores apontaram que a SB deveria ser vista e tratada a partir de critérios organizacionais. Ou seja, as medidas preventivas e de tratamento relacionadas com essa síndrome devem ser remediadas e discutidas a partir de um enfoque coletivo e organizacional, em vez de ser abordada como um problema individual. Indica-se que a realização de atividades durante e após o trabalho pode ser uma medida preventiva contra o estresse e a SB nos profissionais de enfermagem.

Numa revisão sistemática de 27 estudos transversais sobre a SB, suas consequências e implicações em profissionais de saúde, identificou-se que essa síndrome é uma realidade cada vez mais prevalente entre os profissionais de saúde. A SB foi relatada por aproximadamente 40 a 60% dos profissionais avaliados, resultando em desgaste emocional, baixo desempenho profissional e despersonalização, o que, por sua vez, resultou em efeitos secundários no ambiente profissional e social<sup>24</sup>.

O estudo de Erschens *et al.* (2019)<sup>7</sup> realizou uma meta-análise de 12 estudos usando dados disponíveis sobre as taxas de Burnout em estudantes de medicina entre 2000 e 2017, de acordo com o Maslach Depletion Inventory (MBI-HSS), verificou altas taxas de prevalência de Burnout. As pontuações médias ponderadas das três dimensões do MBI-HSS foram M=22,93 (EE=10,25) para exaustão emocional, M=8,88

(DP=5,64) para despersonalização e M=35,11 (RP=8,03) para realização pessoal. As taxas de prevalência de Burnout variaram de 7,0% a 75,2%, dependendo de fatores específicos do país, instrumentos usados e critérios de corte de sintomas de Burnout. Destaca-se que a MBI-HSS é uma versão do MBI utilizada para o rastreamento dos sintomas da SB em profissionais de saúde, porém mesmo com as similitudes em relação ao método, diferentes autores apresentam divergências quanto aos diferentes critérios utilizados no diagnóstico da síndrome<sup>3</sup>.

Verificou-se em estudo quantitativo sobre a prevalência da SB em 30 enfermeiras participantes, apontou que 63,3% eram vinculados à Estratégia Saúde da Família (ESF) e 36,7% à Unidade Básica de Saúde (UBS), sendo que 80% indicaram realização e desenvolvimento pessoal no trabalho. Por outro lado, 56,7% dizem não haver apoio no ambiente de trabalho, 85% sentem-se felizes, 80% dizem não ter doença física ou mental. Identificou-se também que 57% já faltaram por motivos de saúde, 33% estão na fase inicial da SB, 64% têm possibilidade de desenvolver e 3% já possuem a síndrome, concluindo que os fatores de risco para o desenvolvimento são elevados nesta população<sup>25</sup>.

Em uma pesquisa quantitativa e correlacional, estudiosos investigaram a relação entre a Síndrome de Burnout, o estresse, a depressão, a ansiedade e a qualidade de vida de médicos, na qual foi utilizado como método para o diagnóstico um questionário sociodemográfico e dois instrumentos para medir o estresse, a depressão e ansiedade conhecidos como denominado Módulo Qualidade de Vida (WHOQOL-BREF) e a versão reduzida do questionário DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale). A amostra utilizada foi de 43 médicos, e apesar de o estudo não ter concluído e diagnosticado a SB entre os médicos participantes, detectou um alto nível de estresse e ansiedade entre eles<sup>26</sup>.

Um estudo apontou que a SB tem sido objeto de muitas pesquisas nas últimas décadas, sendo desenvolvidas medidas e diversos modelos teóricos em vários países, os quais têm contribuído para uma melhor compreensão das causas e consequências dessa disfunção específica. Questões atuais de particular relevância para a psiquiatria incluem as ligações entre Burnout e a doença mental, tentativas da redefinição do conceito e a relativa escassez de pesquisas avaliativas sobre possíveis intervenções para tratar ou prevenir essa síndrome. Indica-se que normalmente o objetivo do tratamento de Burnout é levar as pessoas de volta ao trabalho, buscando incentivar a realização pessoal delas. Além disso, aponta-se a necessidade de uma maior contribuição para identificar as estratégias terapêuticas mais eficazes para atingir esse objetivo<sup>4</sup>.

Moreira, Souza & Yamaguchi (2018)<sup>5</sup> em uma revisão sistemática da literatura sobre a SB entre médicos, identificou 22 especialidades médicas com maior prevalência da síndrome entre esses profissionais. Identificou-se em ordem decrescente a prevalência da doença em Medicina UTI, Medicina de Família,

Medicina de Emergência, Medicina Interna e Ortopedia. Verificou-se que essa síndrome se deve a diversos fatores os quais estão relacionados com a organização, o ambiente de trabalho e a forma como os médicos lidam com o estresse. Esse estudo identificou a síndrome em médicos de diferentes países, tais como Brasil, Argentina, Estados Unidos, Holanda, Reino Unido, Suécia, entre outros.

Além disso, os autores apontaram que na literatura nacional e internacional, não há uma congruência em relação a compreensão do MBI para determinar a SB. Uns caracterizam a síndrome a partir de três dimensões, já mencionadas, e outros consideram o diagnóstico somente a partir de um alto nível em apenas em uma dessas dimensões. Outro fator relevante que os autores indicam, é a dificuldade em determinar estudos que tratem sobre a SB exclusivamente em médicos, a maioria apresenta pesquisas em profissionais da saúde de um modo em geral<sup>5</sup>.

Os autores verificaram que cada especialidade médica apresenta os seus próprios fatores estressores relacionados com a exaustão emocional de conflitos éticos e profissionais, além dos referentes à organização do ambiente de trabalho. As principais especialidades com mais prevalência da síndrome são os médicos que atuam em: UTI, saúde da família, emergências, medicina interna, ortopédia e infectologista<sup>5</sup>.

## 5. CONCLUSÃO

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico relacionado ao trabalho. É considerada um tipo de estresse crônico que ocorre quando o indivíduo é exposto a condições de trabalho adversas por um longo período, que pode levar a alterações fisiológicas e psicológicas no corpo humano, incluindo a diminuição da capacidade de lidar com o estresse.

Pode ser caracterizada por três sintomas principais: exaustão emocional, despersonalização e redução do desempenho no trabalho. A exaustão emocional se refere a uma sensação de esgotamento emocional, físico e cognitivo, que pode levar a problemas de saúde mental. A despersonalização é caracterizada por sentimentos de cinismo e desapego em relação ao trabalho, ao empregador e aos colegas de trabalho. A redução do desempenho no trabalho se refere a uma diminuição na qualidade e eficiência do trabalho.

As causas incluem uma combinação de fatores pessoais e profissionais, incluindo carga excessiva de trabalho, falta de reconhecimento, conflitos com colegas e supervisores, falta de autonomia no trabalho, falta de suporte e recursos e falta de equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

O diagnóstico da SB é baseado nos sintomas clínicos e na avaliação do histórico e das condições de trabalho do paciente. O profissional de saúde pode utilizar escalas de avaliação para medir os níveis de exaustão emocional, despersonalização e redução do desempenho no trabalho.

A prevenção envolve a promoção de condições de trabalho saudáveis, incluindo o estabelecimento de uma

cultura de respeito, equilíbrio entre vida pessoal e profissional, suporte e recursos adequados, e estratégias de gerenciamento de estresse. O tratamento da SB pode incluir intervenções psicológicas, como a terapia cognitivo-comportamental e a terapia de grupo, bem como mudanças na rotina e no ambiente de trabalho.

É comum entre os profissionais de saúde, incluindo médicos, enfermeiros e técnicos de saúde. A exposição prolongada a situações de estresse crônico e a alta carga de trabalho são fatores que contribuem para a alta prevalência desta síndrome entre esses profissionais.

Esta revisão sistemática destaca a relação negativa entre a SB e a qualidade de vida em profissionais de saúde. A exaustão emocional desempenha um papel central nessa relação, afetando negativamente diferentes domínios da qualidade de vida. É essencial que medidas sejam implementadas para prevenir e tratar a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, a fim de melhorar sua qualidade de vida e garantir a prestação de cuidados de saúde eficazes.

## 6. REFERÊNCIAS

- [1] Nobre DFR, Rabiais ICM, Ribeiro PCPSV, et al. Burnout assessment in nurses from a general emergency service. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2019; 72(6):1457-63.
- [2] Ribeiro EKA, Santos RC, Araújo-Monteiro GKN, et al. Influência da Síndrome de Burnout na Qualidade de Vida de Profissionais de Enfermagem: estudo quantitativo. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2020; 74(suppl. 3):1-7.
- [3] Perniciotti P, Serrano Júnior CV, Guarita RV, et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Revista Sociedade Brasileira de Psicologia – SBPH*, 2020; 23(1):35-52.
- [4] Maslach C & Leiter MP. Understanding the Burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 2016; 15(2):103-11.
- [5] Moreira HA, Souza KN, Yamaguchi MU. Síndrome de Burnout em médicos: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2018; 43(e3):1-11.
- [6] Rotenstein LS, Torre M, Ramos MA, et al. Prevalence of Burnout Among Physicians: A Systematic Review. *Journal of the American Medical Association*, 2018; 320(11):1131-50.
- [7] Erschens R, Keifenheim KE, Herrmann-Werner A, et al. Professional Burnout Among Medical Students: Systematic Literature Review and Meta-Analysis. *Medical Teacher*, 2019; 41(2):172-83.
- [8] Bartholomew AJ, Houk AK, Pulcrano M, et al. Meta-Analysis of Surgeon Burnout Syndrome and Specialty Differences. *Journal of Surgical Education*, 2018; 75(5):1256-63.
- [9] Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 2021; 372(71):1-7.
- [10] Sampaio RF & Mancini MC. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, 2007; 11(1):77-82.
- [11] Amariz AA, Paula ACN, Rosário BCR, Gitirana BL, et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em Médicos e Médicos Residentes em Montes Claros–MG, no Ano de 2014. *Revista Unimontes Científica*, 2020; 18(2):62–75.
- [12] Barros MMS, Almeida SP, Barreto ALP, et al. Síndrome de Burnout em médicos intensivistas: estudo em UTIs de Sergipe. *Temas Psicologia*, 2016; 24(1):377-89
- [13] Bond MMK, Oliveira MS, Bressan BJ, et al. Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário. *Revista Brasileira De Educação Médica*, 2018; 42(3):97-107.
- [14] Borges IJM, Souza EEG, Gonçalves Filho A. Síndrome de Burnout em Médicos Residentes do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, 2020; 24(3):246-62.
- [15] Chemali, Z, Ezzeddine, FL, Gelaye, B, et al. Burnout Among Healthcare Providers in the Complex Environment of the Middle East: a systematic review. *BMC Public Health*, 2019; 19(1337):1-21.
- [16] Dantas HLL, Almeida LMWS, Oliveira KCPN, et al. Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham em unidade de terapia intensiva: revisão integrativa. *Revista Enfermagem Atual*, 2020; 92(30):126-37.
- [17] Dias JM. A Síndrome de Burnout em enfermeiro que atua na unidade de Terapia intensiva – UTI. Manuscrito. Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Estratégia do Cuidar em Enfermagem. Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, 2019.
- [18] Favero T, Fabbri L, Almeida MC. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: revisão de literatura. *Medicina e Saúde*, Rio Claro, 2018; 1(1):73-82.
- [19] França TLB, Oliveira ACBL, Lima LF, et al. Síndrome de Burnout: características, diagnósticas, fatores de risco e prevenção. *Revista de Enfermagem – UFPE Online*, 2014; 8(10): 3539-46.
- [20] Frota SCM, Nogueira LT, Cavalcante ALP, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes na atenção básica: um estudo transversal. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, 2021; 11(1):32-39.
- [21] Heleno RMB, Santolin L, Bolsoni LLM, et al. Análise da Prevalência da Síndrome Burnout em Médicos atuantes na Estratégia de Saúde da Família. *Brazilian Journal of Development*, 2021; 7(4):39180–92.
- [22] Nogueira RN, Barros RB, Pitta L. Síndrome de Burnout: um estudo brasileiro com médicos residentes. *Brasília Médica*, 2022; 59:1-10.
- [23] Santos DL & Almeida NN. Estresse Prolongado da Equipe de Enfermagem e a Síndrome de Burnout. Dissertação de Graduação — Curso de Pós Graduação em Enfermagem. Faculdade INESUL, Londrina, 2018. 25 p.
- [24] Silveira ALP, Colleta TCD, Ono HRB, et al. 2016 Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 2016;14(3):275-84.
- [25] Schultz, T, Fettermann FA, Jant LB. Prevalência da Síndrome de Burnout em Enfermeiros da Atenção Primária à Saúde. *Interfaces Científicas-Saúde e Ambiente*, 2020; 8(2):181-94.
- [26] Lizot, P.C & Alves, C.F. A Relação entre Síndrome de Burnout, Stress, Depressão, Ansiedade e Qualidade de Vida de Médicos. *Revista Universo Psi*, 2021; 2(1):1-16.