



IMPACTOS DA SÍNDROME DE BURNOUT NAS OCUPAÇÕES SIGNIFICATIVAS DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Impact of Burnout Syndrome on the significant occupations of health professionals

RESUMO

Este estudo objetivou apresentar as repercussões da SB nas ocupações significativas dos profissionais de saúde. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. As buscas foram realizadas através do acesso aos periódicos nacionais de Terapia Ocupacional, de artigos relacionados à temática, dos últimos cinco anos. Os principais achados indicam que a SB está associado a prejuízos no desempenho ocupacional, devido ao comprometimento da saúde física e mental. Observa-se que a alta demanda de trabalho, associada à baixa autonomia, aumenta o risco de desenvolvimento da síndrome. Quando o sujeito não consegue expressar os sentimentos gerados pelo sofrimento no trabalho, acaba por suprimi-los, o que leva ao processo de "desgaste". A SB está associada a sintomas de depressão, ansiedade e outros transtornos mentais, afetando negativamente a qualidade de vida. Destaca-se ainda a falta de estudos sobre seus impactos nas ocupações significativas, reforçando a necessidade de novas pesquisas e estratégias de prevenção.

Ana Carolina Xavier da Silva

Graduanda em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife.

<https://orcid.org/0009-0008-9866-736X>

Geovanna Gabryele dos Santos Silva*

Graduanda em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife.

<https://orcid.org/0009-0003-4228-9447>

Manoela de Fatima da Silva Amaral

Graduanda em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife.

<https://orcid.org/0009-0003-3446-4380>

Ranúzia Pinto Dias

Graduanda em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife.

<https://orcid.org/0009-0006-4719-6428>

Maria de Fátima Ferrão Castelo Branco

Terapeuta Ocupacional; Doutora em Psicologia Clínica; Docente do Departamento de Terapia Ocupacional da UFPE.

<https://orcid.org/0000-0002-3204-1064>

PALAVRA-CHAVE: Esgotamento Psicológico; Estresse Ocupacional; Exaustão Emocional; Qualidade de vida; Saúde Ocupacional.

**ABSTRACT**

***Autor correspondente:**
geovanna.gabryele@ufpe.br

Recebido em: [02-05-2025]
Publicado em: [15-05-2025]

This study aimed to present the repercussions of BS in the significant occupations of health professionals. This is a narrative review of the literature. The searches were carried out by accessing national Occupational Therapy journals for articles related to the subject from the last five years. The main findings indicate that BS is associated with impairments in occupational performance, due to the impairment of physical and mental health. It is observed that high work demands, associated with low autonomy, increase the risk of developing the syndrome. When the subject is unable to express the feelings generated by suffering at work, he ends up suppressing them, which leads to the process of "burnout". BS is associated with symptoms of depression, anxiety and other mental disorders, negatively affecting quality of life. The lack of studies on its impacts on significant occupations is also noteworthy, reinforcing the need for new research and prevention strategies.

KEYWORDS: Psychological Exhaustion; Occupational Stress; Emotional Exhaustion; Quality of Life; Occupational Health



INTRODUÇÃO

Os profissionais da saúde estão frequentemente sujeitos a sobrecargas de responsabilidades e demandas físicas, emocionais e cognitivas no cuidado aos enfermos. Sendo esse um cenário desafiador e exaustivo para a saúde desses indivíduos, que os torna comumente suscetíveis ao esgotamento profissional, desencadeando os sintomas e o quadro clínico de burnout (Montandon, Pereira & Savassi, 2022).

A Síndrome de Burnout (SB), inicialmente descrita - em 1974 - por Herbert Freudenberger, como sendo um estado de exaustão emocional e física, é complementada, em 1982, por Maslach e Jackson, como resposta dos trabalhadores ao estresse excessivo do ambiente laboral (Montandon, Pereira & Savassi, 2022).

Os agentes estressores modificam o equilíbrio homeostático do organismo, por pressões físicas, emocionais e cognitivas. A resposta aos estressores interpessoais no trabalho caracteriza o burnout como a cronificação do estresse ocupacional, com prejuízo na esfera biopsicossocial (Jarruche & Mucci, 2021).

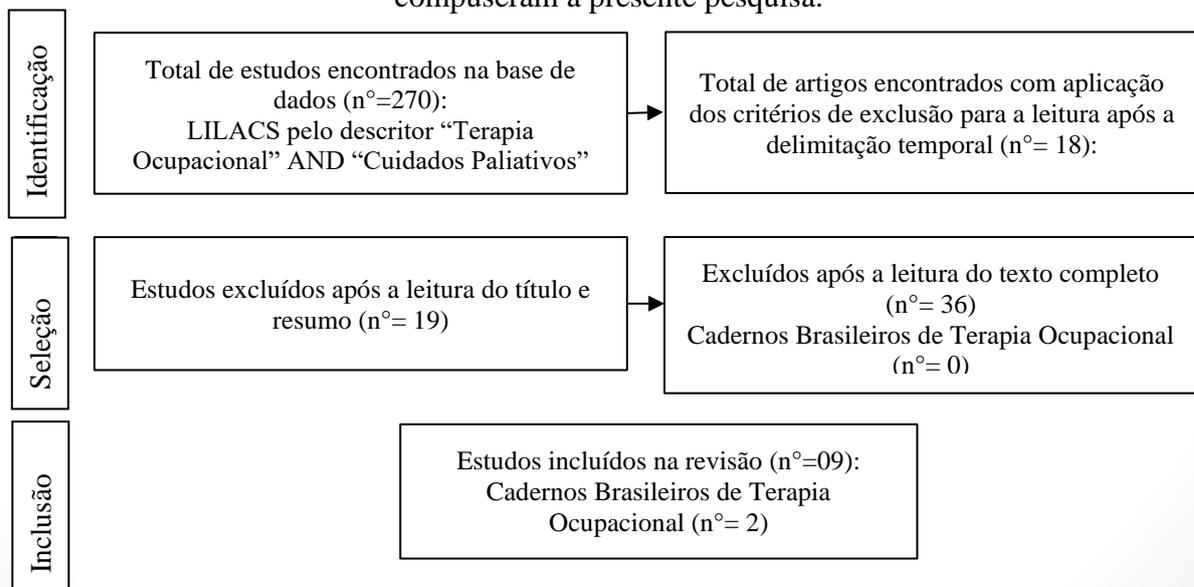
O diagnóstico e tratamento da SB, frequentemente encontram dificuldades devido a confusão dos sintomas com estresse associado às questões pessoais (Frota, Nogueira, Cavalcante, Ibiapina & Silva, 2021). Com etiologia multifatorial, relacionada ao profissional e ao ambiente laboral, e dificuldade diagnóstica, a SB está associada a prejuízos no desempenho ocupacional pelo detrimento da saúde física e mental. Dessa forma, a SB repercute negativamente na qualidade da assistência prestada, implicando na exaustão emocional, falta de sensibilidade, perda da produtividade, sentimento de insatisfação e diminuição da percepção de eficácia em relação às conquistas pessoais alcançadas no trabalho (Montandon, Pereira & Savassi, 2022; Jarruche & Mucci, 2021).

Nesse sentido, o objetivo do presente estudo é apresentar as repercussões da SB nas ocupações significativas dos profissionais de saúde, revisão a qual ao contribuir com a identificação das principais áreas ocupacionais afetadas, pode beneficiar pesquisas futuras sobre como lidar com essa problemática.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo se trata de uma revisão de narrativa de literatura, realizada a partir da busca na base de dados: Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO) e na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), usando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Burnout”; “Profissionais da Saúde”; unidos entre si, por meio do operador booleano “AND”, assim como "Saúde Mental" AND "Saúde do Trabalhador"; e "Terapia Ocupacional" AND "Saúde do Trabalhador", foram encontrados 258 artigos na LILACS, 18 na SciELO e 6 nos Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, e submetidos a uma seleção com os critérios de inclusão sendo os seguintes: ser artigo, publicado nos últimos cinco anos (2019-2024), ser escrito nos idiomas português e com delineamentos metodológicos variados. Sendo então excluídos resumos, monografias, teses e dissertações, de artigos cujo objetivos não foram determinados como relevantes para abordagem da temática, após essa análise, 9 artigos foram incluídos nesta revisão.

Figura 1: Fluxograma de informações das etapas realizadas para seleção dos artigos que compuseram a presente pesquisa.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2024).



RESULTADOS

A seguir, os artigos selecionados para esta revisão foram apresentados em formato de tabela, por ordem alfabética, contendo: autores e ano de produção, tipos das produções, base de dados e o objetivo central de cada estudo.

Tabela 1: Descrição metodológica dos estudos incluídos nesta revisão.

Autores e ano de produção	Tipos das produções	Base de dados	Objetivo central
Bruno <i>et al.</i> (2021)	Artigo de Estudo transversal	LILACS	Investigar fatores associados ao bem-estar subjetivo (BES) em profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS).
Costa; Borsa & Damásio (2020)	Artigo de Estudo Correlacional	LILACS	Investigar as relações entre variáveis sociodemográficas e traços de personalidade, segundo o modelo dos Cinco Grandes Fatores, no desfecho da síndrome.
Geraldi <i>et al.</i> (2022)	Artigo Original	SciELO	Identificar as competências profissionais para atenção à saúde do trabalhador no contexto da APS
Jarruche & Mucci (2021)	Artigo de Revisão Integrativa	LILACS	Investigar o campo de pesquisas brasileiras sobre o tema, foi realizada revisão integrativa da literatura selecionando 35 artigos publicados entre 2014 e 2019.
Julio <i>et al.</i> (2022)	Artigo Original	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	Avaliar a prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da atenção primária à saúde.
Muniz <i>et al.</i> (2023)	Artigo de Revisão Integrativa	LILACS	Identificar, a partir das evidências da literatura, os níveis de estresse e fatores relacionados em profissionais de saúde



			atuantes na Atenção Primária à Saúde.
Rodrigues (2023)	Artigo de Reflexão/ Ensaio	SciELO	Discute as possibilidades de intervenção da terapia ocupacional no campo do trabalho em período pandêmico, bem como apontar os desafios e perspectivas de atuações pós-pandemia.
Rohwedder <i>et al.</i> (2023)	Artigo de Estudo de Transversal	LILACS	Avaliar a ocorrência de comportamentos ofensivos no trabalho, suas características e associação com o sexo, estresse, burnout e depressão em trabalhadores de saúde.
Souza, Helal & Paiva (2019)	Artigo Original	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	Investigar o burnout analisando como estão configuradas a realização profissional, exaustão emocional e despersonalização no trabalho de jovens trabalhadores.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2024)

No corpo dos presentes resultados e discussões constam 9 artigos, sendo 5 da LILACS, 2 da SciELO e 2 dos Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. A partir da leitura e busca na literatura, observou-se que alguns pontos são destaque na literatura quando se fala das repercussões do Burnout na vida ocupacional dos profissionais de saúde.

DISCUSSÃO

Os dados do estudo realizado por Costa, Borsa e Damásio (2020) mostram a quantidade de horas trabalhadas como um determinante fator para o desenvolvimento da SB, enfatizando o quase inevitável adoecimento em ambientes de trabalhos que exijam maior tempo dedicado e que não busquem formas de minimizar os seus impactos na qualidade de vida de seus funcionários.



Outro fator que interfere na Saúde Mental é o impacto que a violência no trabalho traz para a qualidade de vida e para o bem-estar dentro das práticas dos Profissionais de Saúde. Essa violência acontece tanto pela equipe dos profissionais, quanto principalmente pelos próprios pacientes que em condição de vulnerabilidade, além de sofrerem com os impactos da intervenção em saúde com uma estrutura e investimento limitados, acabam cometendo violência contra os profissionais, sendo de cunho físico, psicológico ou verbal (Rohwedder *et al.*, 2023).

Muniz *et al.* (2023) em seu estudo, observou as influências do ambiente no estado emocional e psicológico dos profissionais de saúde, o autor ao investigar sobre os níveis de estresse nesses profissionais, identificou a comunicação ineficaz como um dos pontos relacionados à problemática de seu estudo, pois ela impacta na vida do profissional em seu âmbito individual e coletivo podendo acarretar ainda no desalinhamento do serviço de saúde prestado.

Nessa perspectiva, devido ao esforço físico e emocional presente nesse cotidiano, o estresse se mostra como reação aos fatores estressores presentes no ambiente de trabalho dos profissionais de saúde. (Muniz *et al.*, 2023).

Ainda nesse sentido, Jarruche & Mucci (2021) afirmam que a SB está diretamente ligada ao estresse ocupacional, que, diferente do estresse comum, tem o trabalho como elemento essencial para seu desenvolvimento, ocorrendo quando não é possível para o profissional agir sobre os agentes causadores. Assim, dependendo das condições laborais, o mecanismo de adaptação é rompido, e, com o estresse, o organismo é deteriorado ou esgotado.

A alta demanda de trabalho relacionada a baixa autonomia, trazem maior risco de Burnout, o sujeito quando não pode expressar os sentimentos mobilizados pelo sofrimento no trabalho, acaba por suprimi-los, o que gera o processo de “desgaste”. Dessa forma, a SB influencia em sintomas de depressão e ansiedade, assim como a incidência de outros transtornos mentais, com impacto destrutivo na qualidade de vida do portador (Jarruche & Mucci, 2021). Julio *et. al* (2022), contribui com esse viés ao apontar que os altos índices de depressão entre profissionais da saúde são atribuídos às condições laborais desses trabalhadores, fator que envolve toda a estrutura física precária e deficitária do ambiente e a sobrecarga de trabalho, além da falta de suporte social e apoio emocional interpessoal.

O profissional é atingido de forma distinta, com desgastes multifacetados para cada categoria, de acordo com a capacidade individualista de resiliência, com maior prevalência de



profissionais com ansiedade e com depressão entre aqueles que alegam insatisfação com a profissão e entre os que já pensaram em desistir da profissão (Julio *et al.*, 2021). Os fatores citados evidenciam a necessidade de a gestão intervir no ambiente de trabalho como medida de saúde, abrangendo aspectos pessoais, laborais e de organização do trabalho (Jarruche & Mucci, 2021).

Além disso, se faz necessário evidenciar a pluralidade e diversidade cultural e ocupacional das pessoas e/ou grupos de pessoas. De acordo com os achados de Muniz *et al.* (2023) mulheres e homens muitas vezes possuem distintas obrigações e responsabilidades, diferenças que repercutem na relação entre o bem-estar e o trabalho das mulheres, uma vez que, elas em muitos casos, além das demandas de seu serviço, também precisam suprir as tarefas domésticas, exercendo também os papéis ocupacionais de cuidadoras e gestoras do lar. Assim, o desempenho nessas atividades gera altas demandas e estresse ocupacional a essas mulheres devido ao excesso de tarefas, repercutindo no estresse ocupacional, nos resultados de seu rendimento em ambos papéis e no seu afastamento em outras ocupações significativas.

Souza, Helal e Paiva (2019) apontam a falta de energia, prejuízos no sono, dores corporais, humores e sentimentos desregulados tendendo para o lado da raiva, tédio e apatia, comportamento de isolamento. Ademais associam a incidência e manifestação desses sintomas aos fatores do sujeito como no caso do gênero, idade, escolaridade, estado civil, etnia, escolaridade do pai e mãe.

Um outro aspecto destacado por Costa, Borsa e Damásio (2020) é a maior vulnerabilidade ao Burnout das pessoas com maior número de responsabilidades no trabalho, justamente pelo excesso de sobrecarga estimular a exaustão. Em complemento Bruno *et al.* (2021) direciona as origens da SB aos diversos fatores individuais que se relacionam ao estresse crônico que vai estar justamente atuando sobre os humores, sendo então um fator importante os transtornos do humor, os quais se associam com sintomas de depressão, ansiedade e pânico.

Os resultados evidenciaram que a problemática do Burnout surge impactos não só na vida ocupacional do profissional, mas também na qualidade de sua atuação profissional, repercutindo nas condições do atendimento (Muniz *et al.*, 2023).

A baixa realização no trabalho é uma problemática preocupante e que gera efeitos em todos os envolvidos por repercutir na atuação desse profissional, evidenciando a importância de que as pessoas possuam recursos psicológicos para o desenvolvimento da capacidade de lidar com as situações de insatisfação e estresse emocional (Costa; Borsa & Damásio, 2020).



A SB interfere diretamente no bem-estar dos profissionais, e atinge a assistência e/ou os atendimentos em saúde realizados por esses profissionais levando a baixa qualidade, devido a dificuldade de estabelecer uma aproximação do paciente, o nível de sobrecarga e o comprometimento do bem-estar dos profissionais acarreta em dificuldades de estabelecer um vínculo de empatia (Bruno *et al.*, 2021).

Atualmente, se compreende a necessidade e importância de promover um ambiente de trabalho saudável, tanto para o bem-estar do trabalhador quanto para beneficiar a produtividade, no entanto, ainda é percebido falhas na atenção à saúde do trabalhador. Pois como descrito no estudo de Geraldi *et al.* (2022), existe um problema intrínseco na formação dos profissionais de saúde, que faz com que a educação nessa área e suas competências específicas sejam pouco aprofundadas.

A sobrecarga laboral envolve as questões relacionadas ao cotidiano do trabalho (Muniz *et al.*, 2023), a partir desse entendimento, observa-se a importância do Terapeuta Ocupacional para a prevenção e atenção aos profissionais com a SB, uma vez que esse profissional possui em sua grade curricular a busca por saberes voltados às ocupações humanas.

Os achados de Geraldi *et al.* (2022) a respeito das disciplinas presentes nos projetos pedagógicos de 7 cursos no Brasil em 2021, nos possibilitou analisar separadamente as referentes à graduação de Terapia Ocupacional no país, cabendo evidenciar a presença do ensino dos diferentes aspectos relacionados ao trabalho, assim como a relação entre o trabalho e a vida pessoal, educando esses alunos para execução de abordagens que promovam a saúde global do sujeito, ou seja, que leve em conta o contexto de vida do indivíduo, e que preserve suas ocupações significativas.

Segundo Rodrigues (2023), outra realidade, atual, é o contexto de emergência de saúde pública, desde as marcas da pandemia e o contínuo assoberbamento de leitos, até as questões sociais, em especial a ausência de proteção de direitos, no qual urge a necessidade crescente de intervenção em saúde junto à população do país, alastrando uma sobrecarga nos profissionais. A atenção às (in)capacidades laborais e a atuação no processo de retorno ao trabalho, são elementos principais para intervenções do terapeuta ocupacional nesse ambiente, articuladas com uma equipe multifacetada, entre diferentes atores, instituições, serviços e entidades de classe, de forma a ampliar as ações e promover uma rede de atenção integrada à saúde do trabalhador (Rodrigues, 2023).



CONCLUSÃO

Foi evidenciado a ausência de estudos voltados para a análise dos impactos no SB nas ocupações significativas, assim cabe salientar que mais pesquisas como essa sejam realizadas com o intuito que esse conhecimento beneficie a intervenção e prevenção da Síndrome.

Como limitação, destaca-se que este artigo se voltou especificamente à análise das condições e vivências dos profissionais da área da saúde, desse modo, os resultados não podem ser generalizados e amplamente aplicados às diferentes realidades de trabalho, no entanto, os achados clarificam aspectos relevantes referentes aos efeitos e interferências da SB na qualidade de vida global do sujeito, podendo assim contribuir para a continuidade dessa discussão em outros contextos, principalmente por possuir como centro da discussão as ocupações que são inerentes a todo ser humano.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a todos os autores envolvidos, pela parceria, dedicação e contribuições que enriqueceram e tornaram a construção desse artigo mais valiosa. À minha orientadora, pelo apoio e paciência durante todo o processo de elaboração deste trabalho, cuja experiência e ensinamentos foram essenciais para o desenvolvimento deste estudo.

E por fim, mas de enorme importância, à minha mãe, pelo suporte, palavras de encorajamentos e por acreditar em mim sempre que mais precisei.

REFERÊNCIAS

BRUNO, V. H. T. *et al.* Fatores associados ao bem-estar em profissionais da atenção primária. *Revista Brasileira de Promoção da Saúde (Impresso)*, [S. l.], p. 1–11, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1344164>. Acesso em: 28 abr. 2025.

COSTA, V. H. L. B.; BORSA, J. C.; DAMÁSIO, B. F. Relações entre Burnout, Traços de Personalidade e Variáveis Sociodemográficas em Trabalhadores Brasileiros. *Psico-USF*, v. 25, p. 439–450, 2020. DOI: 10.1590/1413-82712020250304.

ESTEVES, G. G. L. *et al.* Uma Revisão sobre Instrumentos de Avaliação do Burnout na Segurança Pública. *Psico-USF*, v. 28, n. 2, p. 281–294, 2023. DOI: 10.1590/1413-82712023280206.



GERALDI, L. *et al.* Competências profissionais para a atenção à saúde do trabalhador. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 46, 2022. DOI: 10.1590/1981-5271v46.2-20210469.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. *Revista Bioética*, v. 29, p. 162–173, 2021. DOI: 10.1590/1983-80422021291456.

JULIO, R. de S. *et al.* Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 30, p. e2997–e2997, 2022. Disponível em:

<https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/2997>.

Acesso em: 28 abr. 2025.

MONTANDON, F. A. F.; PEREIRA, R. P. A.; SAVASSI, L. C. M. Análise da produção científica sobre a síndrome de burnout em médicos da atenção primária: uma revisão narrativa com busca sistematizada. *Revista Brasileira De Medicina De Família E Comunidade*, v. 17, n. 44, p. 2937, 2022. DOI: 10.5712/rbmfc17(44)2937.

MUNIZ, S. *et al.* Níveis de estresse e fatores relacionados em profissionais de saúde da atenção primária: revisão integrativa. *Revista Científica da Saúde e do Cuidado*, v. 13, n. 1, p. 26–34, 2023. DOI: 10.21876/rcshci.v13i1.1369.

ROHWEDDER, L. S. *et al.* Association between offensive behaviors and burnout and depression risks in health workers. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 31, 2023. DOI: 10.1590/1518-8345.6683.3987.

RODRIGUES, D. da S. Terapia ocupacional e trabalho: desafios e perspectivas de uma prática emergente durante e após a pandemia da Covid-19. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 31, p. e3337, 2023. DOI: 10.1590/2526-8910.ctoEN255833371.

ROHWEDDER, L. S.; SILVA, F. L. da; ALBUQUERQUE, B. B.; SOUSA, R.; SATO, T. de O.; MININEL, V. A. Asociación entre comportamientos ofensivos y riesgo de burnout y depresión en trabajadores de la salud. *Revista Latino-Americana de Enfermagem (Online)*, p. e3986–e3986, 2023. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1515330>. Acesso em: 28 abr. 2025.

SOUZA, M. B. C. A. de; HELAL, D. H.; PAIVA, K. C. M. de. Análise descritiva das dimensões do burnout: um estudo com jovens trabalhadores. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 27, n. 4, p. 817–827, 2019. DOI: 10.4322/2526-8910.ctoao1778.