SÍNDROME DE BURNOUT E SOFRIMENTO PSÍQUICO NA ENFERMAGEM: DESAFIOS PARA A SAÚDE OCUPACIONAL

Autor(res)

Douglas De Oliveira Espíndola
Mariana Gonçalves Mendes
Izabela Gomes Fernandes
Sabrina Rodrigues De Albuquerque

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA UNIDERP - CEARÁ

Introdução

A enfermagem representa o núcleo essencial do cuidado em saúde, exercendo papel central na gestão do cuidado, na coordenação de equipes multiprofissionais e na mediação da comunicação entre pacientes, familiares e serviços de saúde. Por ser a categoria profissional mais numerosa e presente em instituições públicas, privadas, civis e militares em todo o Brasil, o enfermeiro enfrenta elevadas demandas físicas e emocionais. Essa realidade o torna mais vulnerável a distúrbios psíquicos e ocupacionais, como a Síndrome de Burnout (SB), caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional.

Objetivo

Diante da relevância do tema e da crescente incidência desse transtorno relacionado à saúde ocupacional, o estudo traz como objetivo principal analisar a forma a qual um ambiente de trabalho disfuncional pode impactar negativamente na saúde mental dos profissionais de enfermagem, destacando as patologias mais prevalentes e seus efeitos sobre a qualidade de vida ocupacional.

Material e Métodos

A metodologia adotada consistiu em revisão de literatura nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), LILACS e PubMed, abrangendo publicações de 2020 a 2025. Utilizaram-se os descritores “enfermagem”, “saúde mental” e “burnout”. Foram selecionados seis artigos completos, em português ou inglês, que abordaram a saúde mental de profissionais de enfermagem e a Síndrome de Burnout. As informações foram analisadas de forma descritiva e analítica, sintetizando fatores de risco, consequências e estratégias preventivas.

Resultados e Discussão

Os achados evidenciaram que os profissionais de enfermagem estão expostos à sobrecarga de trabalho, à elevada cobrança por resultados e a condições adversas no ambiente laboral, como jornadas extensas, escassez de recursos e falta de reconhecimento. Esses fatores comprometem a saúde física e psicológica da categoria, favorecendo o sofrimento mental e o desenvolvimento de transtornos ocupacionais. As consequências incluem

exaustão emocional, despersonalização, baixa autoestima e reduzida realização profissional, impactando diretamente a qualidade e a segurança da assistência de enfermagem.

Conclusão

Conclui-se que as estratégias de prevenção e enfrentamento devem incluir intervenções individuais, como suporte psicoterápico, manejo do estresse e tratamento farmacológico, além de medidas organizacionais, como adequação da carga horária, valorização profissional e melhoria das condições de trabalho. A ação conjunta de gestores e políticas públicas é essencial para prevenir transtornos mentais em enfermeiros.

Referências

ALDRIGHI, L. B.; JARDIM, V. M. R. Risco de suicídio em profissionais de enfermagem: um estudo transversal em hospitais universitários. Rev. Bras. Saúde Ocup., v. 50, p. e16, 2025.
FAUSTINO, A. et al. Impactos do ambiente de trabalho na saúde mental da enfermagem. Research, Society and Development, v. 14, e7514448691, 2025.
FAUSTINO, W. R. et al. Síndrome de Burnout em enfermeiros dos serviços de urgência e emergência. Nursing (Ed. Bras.), v. 29, n. 321, p. 10587-10594, 2025.
JESUS, T.; DUCCA, M. Impactos da Síndrome de Burnout na saúde mental de enfermeiros. Scientia Generalis, v. 6, p. 193-203, 2025.
LEITE, M. Z. et al. Burnout na enfermagem: fatores de risco, impactos e estratégias de enfrentamento. Nursing (Ed. Bras.), v. 29, n. 320, p. 10461-10468, 2025.
SANTANA, J. et al. Sofrimento mental entre profissionais de enfermagem em hospital público. Rev. Bras. Med. Trab., v. 22, e20231157, 2024.