

## DESENVOLVIMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM MÉDICOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

**Laura Maria Santos Magalhães**<sup>1</sup>  
**Kemyly Andrade Silva Nogueira**<sup>1</sup>  
**Aléxhia Lara de Oliveira Miranda**<sup>2</sup>  
**Maria Paula da Silva Daud**<sup>3</sup>  
**Lucas Rafael dos Santos Moura**<sup>4</sup>  
**Tomaz Henrique Oliveira Pinheiro**<sup>5</sup>  
**Vítor Guimarães Lage**<sup>6</sup>  
[alexhialom@gmail.com](mailto:alexhialom@gmail.com)

**ÁREA DE CONCENTRAÇÃO:** Ciências da Saúde

### RESUMO:

A Síndrome de Burnout (SB) é causada por agentes estressores físicos, cognitivos ou emocionais que interferem na homeostasia do organismo. Nesse sentido, fatores sociodemográficos, uso de álcool, além de fatores relacionados ao ambiente laboral ou ao próprio indivíduo como condições de trabalho, são alguns agentes estressores e recorrentes na rotina de profissionais da saúde. Já no Brasil, uma amostra composta por 7,7 mil médicos de todos os Estados revelou que a maioria (57%) possui algum grau preocupante de esgotamento profissional. O objetivo consiste em analisar o desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais da saúde e responder à pergunta norteadora: Por que a síndrome de burnout acomete profissionais da saúde? Trata-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo descritiva. Para isto, adotou-se a pesquisa em forma de revisão de literatura, em virtude dos referenciais teóricos já descritos e relatos de casos analisados. Sendo analisados 160 artigos, foram selecionados 11 artigos, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Idade, gênero, tempo de dedicação ao trabalho, experiência profissional, interações sociais, traços de personalidade, crenças individuais, estado civil e nível de educação são alguns fatores de risco relacionados à síndrome de burnout. Assim, fica notório que há uma elevada frequência de síndrome de burnout grave nos profissionais em cuidados intensivos. O estudo mostrou que o burnout é um grande problema entre os profissionais de saúde. Para mitigar os efeitos do burnout, é necessária uma abordagem holística que inclua aspectos coletivos e organizacionais, além dos sintomas individuais.

---

<sup>1</sup> Graduando do 4º Período do Curso de Medicina, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>2</sup> Graduando do 6º Período do Curso de Medicina, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>3</sup> Graduando do 8º Período do Curso de Medicina, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>4</sup> Graduando do 4º Período do Curso de Psicologia, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>5</sup> Graduando do 8º Período do Curso de Psicologia, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

<sup>6</sup> Graduado em Medicina pela Universidade Federal de Juiz de Fora. Especialista em Medicina de Família e Comunidade pela SMS-GV. Docente do curso de Medicina da UNIVÉRTIX – Matipó

**PALAVRAS-CHAVES:** Síndrome de burnout; profissionais da saúde; condições de trabalho; fatores; burnout, profissional; prevalência.

## INTRODUÇÃO

Em 1970, o psicólogo germânico Herbert Freudenberg definiu Burnout como exaustão após excessiva exigência de energia, força ou recurso (BOND *et al.*, 2018). Na atualidade, o Burnout é classificado como uma síndrome psicológica, também considerado um transtorno adaptativo ao estresse crônico do ambiente de trabalho, resultando em um estado de exaustão física e emocional (MONTANDON *et al.*, 2021). As autoras Carlotto M. S. *et al.*, completam que essa síndrome se fundamenta em 4 aspectos: no entusiasmo pelo trabalho, na exaustão psicológica, na indolência e na culpa.

A Síndrome de Burnout (SB) é causada por agentes estressores físicos, cognitivos ou emocionais que interferem na homeostasia do organismo (JARRUCHE, 2021). Nesse sentido, fatores sociodemográficos, como idade, sexo, número de filhos, uso de álcool ou tabaco e outros, somado a fatores relacionados ao ambiente laboral ou ao próprio indivíduo, como condições de trabalho, carga horária, tipo de ocupação, satisfação com o trabalho, nível de estresse do profissional etc, são alguns agentes estressores e recorrentes na rotina de profissionais da saúde (MONTANDON *et al.*, 2021).

Alguns estudos apontam que médicos generalistas e médicos de família e comunidade que trabalham na Atenção Primária à Saúde apresentam a SB, pois experienciam agentes estressores ligados ao seu ambiente laboral como a sobrecarga de trabalho e os recursos limitados que incapacitam/limitam os profissionais (MONTANDON *et al.*, 2021).

Além disso, a SB também se apresenta em profissionais da saúde devido a fatores relacionados com o próprio profissional e ao convívio social, como agravos da depressão (ansiedade, alterações no sono, nervosismo e tristeza,) os quais foram identificados no cenário de trabalhadores de saúde durante a pandemia da Covid-19 (SOARES *et al.*, 2022).

Para avaliar e medir os componentes do Burnout em profissionais, foram desenvolvidos diversos instrumentos de avaliação. O mais utilizado e confiável é o Inventário de Burnout de Maslach (MBI), que foi criado durante a década de 1980 por Maslach e Jackson. Este consiste em um questionário com 22 itens, que explora os sentimentos e atitudes do profissional em relação ao trabalho, somado a frequência dos sinais e sintomas. Atualmente, é considerado o método de referência para avaliar e quantificar o Burnout, sendo validado e utilizado em vários países. Além disso, o questionário foi adaptado e ajustado para contemplar diferentes áreas de atuação profissional, incluindo o campo da saúde (Inventário de Burnout de Maslach - Levantamento de Serviços Humanos). Em todas as versões, os três elementos do Burnout são explorados: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (MONTANDON *et al.*, 2021).

Atualmente, estima-se que a prevalência da SB abrange de 3% a mais de 80% entre médicos de diferentes especialidades em âmbito global. Desse modo, a variação se deve a diferentes definições, ferramentas de avaliação e critérios utilizados para identificar essa síndrome. Nos Estados Unidos, mais de 50% dos médicos são impactados, com uma prevalência notavelmente superior à da população em geral (MONTANDON *et al.*, 2021).

Já no Brasil, uma amostra composta por 7,7 mil médicos de todos os Estados revelou que a maioria (57%) possui algum grau preocupante de esgotamento profissional. Nessa mesma amostra, 33,9% dos casos exibiram a síndrome em um grau moderado, enquanto 23,1% dos médicos manifestaram um alto grau de Burnout. Entretanto, mesmo quando as condições de trabalho são consideradas satisfatórias, até 40% dos médicos podem manifestar sintomas dessa síndrome. A SB deixa sucessível todas as especialidades ao seu desenvolvimento, sendo que as maiores taxas de prevalência são observadas naqueles que atuam na linha de frente dos serviços de saúde, onde a sobrecarga laboral e tensões interpessoais são mais frequentes (MONTANDON *et al.*, 2021).

Isso inclui os médicos da atenção primária à saúde (APS), tanto médicos de família e comunidade (MFC) quanto generalistas. As complexas responsabilidades de coordenar o cuidado em diferentes níveis de complexidade, frequentemente sem

acesso a recursos tecnológicos avançados, tornam os médicos da APS particularmente propensos à exaustão emocional. Na APS, pesquisas indicam que aproximadamente 40% dos MFC possuem algum grau de Burnout, embora as taxas de prevalência possam oscilar de 10% a mais de 80% em diferentes nações. A medicina de família e comunidade se destaca como uma das especialidades médicas com as taxas mais significativas dessa síndrome documentadas entre os profissionais, ocupando o segundo lugar em uma análise sistemática (MONTANDON *et al.*, 2021).

Além disso, outra grande prevalência são os médicos residentes. Na Universidade de Washington, foi feito um estudo no qual apontou que 76% dos residentes participantes da pesquisa apresentavam uma prevalência significativa de burnout. As médias foram de 26,4% para exaustão emocional, 12,7% para despersonalização e 36,2% para baixa realização profissional. Nesse contexto, 41% evidenciaram níveis elevados de burnout e, destes, 71% estavam insatisfeitos com o trabalho, em contraste com 23% com baixos níveis de burnout (BOND *et al.*, 2018).

Em âmbito nacional, um estudo envolvendo 120 médicos residentes do Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia, no ano de 2004, constatou que 65% apresentavam um quadro acentuado de exaustão emocional, enquanto 61,7% manifestavam alta despersonalização e 30% vivenciavam baixa realização profissional. Além disso, observou-se que os residentes que atuavam em áreas cirúrgicas tendiam a experimentar níveis mais elevados de despersonalização em comparação aos que estavam em áreas clínicas (BOND *et al.*, 2018).

A literatura aponta que a abordagem do burnout deve levar em conta sua origem, contemplando elementos individuais, do ambiente de trabalho e organizacionais. Com isso, também é essencial intervir no contexto laboral como parte das medidas para promover a saúde. A partir disso, o tratamento deve focar não só apenas em um dos sintomas, como depressão ou ansiedade, pois seria paliativo, uma vez que o burnout é um fenômeno que envolve múltiplos aspectos coletivos e organizacionais (JARRUCHE L *et al.*, 2021).

Esse estudo se justifica uma vez que a síndrome de burnout é uma vulnerabilidade evidente para a qualidade de vida e serviço da equipe de saúde

(TOMAZ *et al.*, 2020). Além disso, a escassez de estudos brasileiros sobre a temática impossibilita mensurar o real impacto da SB (MONTANDON *et al.*, 2021).

Esse artigo tem como objetivo analisar o desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais da saúde e responder à pergunta norteadora: Por que a síndrome de burnout acomete profissionais da saúde? Uma vez que, se faz relevante compreender e analisar patologias que acometem profissionais da saúde, para que seja possível minimizar as consequências.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo descritiva, que possui com vista a analisar o contexto do estudo com mais detalhamento a partir do entorno social (RODRIGUES *et al.*, 2021). Diante disso, o artigo trata-se de uma descrição do fenômeno síndrome de burnout e os possíveis desencadeadores em profissionais da área da saúde.

Para isto, adotou-se a pesquisa em forma de revisão de literatura, em virtude dos referenciais teóricos já descritos e relatos de casos analisados. As buscas pelas bibliografias foram realizadas nas plataformas Scientific Electronic Library Online (SciElo), a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e PubMed Central (PMC), onde selecionou-se artigos científicos relacionados ao tema abordado.

Foram utilizados os seguintes descritores: “Síndrome de burnout”, “fatores”, “profissional da saúde”, “prevalência”, “burnout, profissional” e “condições de trabalho”, sendo combinados pelo operador booleano “and”. Desse modo, para a seleção dos referenciais teóricos foram aplicados os seguintes critérios de inclusão: ser relacionado ao tema abordado; responder à questão norteadora; possuir sua publicação de forma online e gratuita; período de publicação 2017-2022; e ser publicações na língua portuguesa e inglesa.

Como critério de exclusão foi ponderada sua exclusão após análise de duplicidade. Nesse sentido, foram analisados 160 artigos e foram selecionados 11 artigos diante do tema abordado.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Idade, gênero, tempo de dedicação ao trabalho, experiência profissional, interações sociais, traços de personalidade, crenças individuais, estado civil e nível de educação são alguns fatores de risco relacionados à síndrome de burnout. Um fator adicional de relevância é o desconforto moral, caracterizado como a incapacidade de um indivíduo agir de acordo com seus valores fundamentais e as obrigações percebidas, devido a pressões internas e externas, o que frequentemente é encarado como um conflito moral (CASTRO *et al.*, 2020).

A frequência da síndrome de *Burnout* tem sido um grande problema e tema atual, desse modo, a maioria dos participantes dentro da pesquisa dos artigos demonstrou um nível moderado de exaustão emocional, um nível elevado de despersonalização, e baixo nível de realização pessoal (SOARES *et al.*, 2022).

Nessa perspectiva, para Montandon, Pereira e Savassi (2022), a síndrome de burnout representa um transtorno adaptativo relacionado ao estresse crônico no ambiente de trabalho, tendo implicações significativas tanto para a saúde e qualidade de vida dos profissionais quanto para o desempenho e organização laboral. Os médicos de diversas especialidades estão suscetíveis ao desenvolvimento dessa síndrome. Especificamente, aqueles que atuam na atenção primária à saúde, como médicos generalistas e médicos de família e comunidade, pois sua exposição a múltiplos fatores estressantes no ambiente de trabalho, como alta demanda assistencial e recursos limitados dificultam seus trabalhos.

Assim, fica notório que há uma elevada frequência de síndrome de burnout grave nos profissionais em cuidados intensivos, mas que não há relação com o local de trabalho; visto que é “positiva a correlação entre depressão, ansiedade, estresse e *burnout* e há uma correlação negativa entre *burnout* e engajamento com o trabalho” (SOARES *et al.*, 2022).

Nesse sentido, Jarruche e Mucci (2021), também relatam que a proliferação de estudos na área da atenção básica possivelmente resulta do papel central que esse setor desempenha, o que frequentemente coloca os profissionais em situações de sobrecarga e os leva a assumir responsabilidades que ultrapassam as atribuições formais de seus cargos, especialmente na enfermagem. É fundamental que se amplie

a investigação da síndrome de burnout para outras esferas laborais, devido à escassez de pesquisa que contemplem ambulatórios, serviços de pronto atendimento, Centros de Atenção Psicossocial e outras unidades do Sistema Único de Saúde.

Portanto, fica explícito que fatores associados ao aumento do risco de *burnout* incluem a alta carga de trabalho, suporte falho dos envolvidos, além de que um alto nível de perfeccionismo com o resultado do seu trabalho são os que apresentam maior risco de *Burnout*; podendo citar também outros estudos relatam alguns fatores de risco associados com a síndrome de burnout, como idade, sexo etc (SOARES *et al.*, 2022).

Além disso, conforme Santos *et al.* (2017), ao comparar as dimensões do ambiente de trabalho entre profissionais de saúde em hospitais públicos e privados, identificou-se que a organização do trabalho, as condições laborais e as interações sociais eram consideravelmente menos satisfatórias na rede pública, de acordo com os participantes do estudo. Os profissionais nos hospitais públicos avaliaram negativamente o contexto de trabalho devido a vários aspectos adversos, incluindo falta de conforto, ausência de medidas de segurança para a saúde, falta de benefícios, qualidade insatisfatória de equipamentos e materiais, carga excessiva de trabalho e remuneração inadequada. Essas condições impactavam negativamente a execução de suas atividades, ocorrendo em um ambiente distante do ideal. Em algumas situações, os profissionais recorriam ao consumo excessivo de álcool para lidar com o ambiente estressante e aliviar a tensão resultante, como uma forma de escapar do sofrimento psicológico causado pelas demandas mentais do trabalho e pelas condições laborais inadequadas.

Também merece destaque o estudo conduzido por Bond *et al.* (2018) sobre a incidência de burnout entre médicos residentes de um hospital universitário, os resultados revelaram que os médicos do segundo ano de residência estavam mais propensos a adquirir burnout. Uma possível explicação para essa observação é que os residentes ingressam no primeiro ano com maior entusiasmo e energia, mas ao longo do tempo, as manifestações do burnout começam a se tornar mais proeminentes. Isso pode ser atribuído ao aumento das responsabilidades e preocupações profissionais que ocorrem conforme a residência avança.

Vale ressaltar, que a avaliação de depressão, ansiedade, estresse, nos mostram que os casos graves ou muito graves de depressão, ansiedade e estresse foi um número surpreendente, e que características dos trabalhadores com síndrome de *burnout* grave tinham escores mais altos em todos os componentes para depressão e ansiedade (SOARES *et al.*, 2022).

Por fim, conforme Soares *et al.* (2022), diversos elementos estão conectados ao surgimento da síndrome de burnout em profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19. Esses elementos englobam fatores relacionados ao indivíduo em si, ao ambiente de trabalho e às interações sociais. Fatores como a realização de turnos prolongados devido à falta de recursos humanos, escassos períodos de repouso, níveis elevados de pressão e um maior envolvimento com os pacientes podem contribuir para a exaustão física e emocional, manifestando-se como os sintomas distintivos do desenvolvimento da referida síndrome.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo mostrou que o burnout é um grande problema entre os profissionais de saúde. Os fatores responsáveis pelo desenvolvimento desta síndrome são diversos, incluindo indivíduos, ambientes de trabalho e elementos organizacionais. Condições de trabalho desafiadoras, responsabilidade pesada e pressão interpessoal são frequentemente aspectos relacionados ao esgotamento profissional.

A análise qualitativa dos dados revelou que profissionais de diferentes áreas da saúde, incluindo médicos e profissionais da atenção primária, sofrem com diferentes níveis de burnout. Idade, sexo, traços de personalidade e amenidades sociais também afetam o risco de desenvolver a síndrome. Além disso, a pandemia de Covid-19 exacerbou os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde e aumentou a probabilidade de exaustão física e mental.

Para mitigar os efeitos do burnout, é necessária uma abordagem holística que inclua aspectos coletivos e organizacionais, além dos sintomas individuais. As estratégias de intervenção devem visar a melhoria das condições de trabalho,

proporcionar apoio emocional adequado e promover um ambiente saudável. A compreensão completa dos fatores que causam o burnout é fundamental para o desenvolvimento de medidas preventivas e de gerenciamento eficazes, garantindo assim a qualidade de vida e o bem-estar dos profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS

Bond, Marina Macedo Kuenzer et al. Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário. **Revista Brasileira de Educação Médica** [online], v. 42, n. 3, 2018.

Carlotto, Mary Sandra et al. Burnout Syndrome and the Work Design of Education and Health Care Professionals. **Psico-USF** [online], v. 26, n. 2, 2021.

Castro, Carolina Sant'Anna Antunes Azevedo et al. Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva** [online], v. 32, n. 3, 2020.

Falce, J. L. L., Santos, C. B., Muylder, C. F. D., Verwaal, E., & Guimaraes, L. D. V. M. INFLUENCE OF BURNOUT ON THE ORGANIZATIONAL COMMITMENT OF HEALTHCARE PROFESSIONALS. **Revista De Administração De Empresas**, v. 63, n. 3, e2021-0303, 2023.

Jarruche, Layla Thamm e Mucci, Samantha. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética** [online], v. 29, n. 1, 2021.

Medeiros, Mirna Rossi Barbosa et al. Saúde Mental de Ingressantes no Curso Médico: uma Abordagem segundo o Sexo. **Revista Brasileira de Educação Médica** [online], v. 42, n. 3, 2018.

MONTANDON, Fernando Augusto Figueiredo; PEREIRA, Rodrigo Pastor Alves; SAVASSI, Leonardo Cançado Monteiro. Análise da produção científica sobre a síndrome de burnout em médicos da atenção primária: uma revisão narrativa com busca sistematizada. Ouro Preto, MG: **Rev. bras. med. fam. comunidade**, 2022.

Pinheiro, J. P., Sbicigo, J. B., & Remor, E. Associação da empatia e do estresse ocupacional com o burnout em profissionais da atenção primária à saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3635-3646, 2020.

RODRIGUES, T. D. F. F. et al. As pesquisas qualitativas e quantitativas na educação. **Revista Prisma**. Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 154-174, 2021.

Santos, Anelise Schaurich dos et al. CONTEXTO HOSPITALAR PÚBLICO E PRIVADO: IMPACTO NO ADOECIMENTO MENTAL DE TRABALHADORES DA SAÚDE. **Trabalho, Educação e Saúde** [online], v. 15, n. 2, 2017.

Soares, Juliana Pontes et al. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa. **Saúde em Debate** [online], v. 46, n. spe1, 2022.

Tomaz, Henrique Cisne et al. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação** [online], v. 24, suppl 1, 2020.