

Data de aceite: 24/07/2025

BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: DESAFIOS ENFRENTADOS PELO ENFERMEIRO NA GESTÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL

Ana Paula de Figueiredo

Docente no Centro Universitário das
Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) –
São Paulo – SP -
<http://lattes.cnpq.br/6664874089844626>

Adriana Soares Gama

Graduanda em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
Unidas (FMU)

Ana Rita Siqueira Rodrigues

Graduanda em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
Unidas (FMU)

Ivania Aparecida De Oliveira Passos

Graduanda em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
Unidas (FMU)

Jeniffer Pereira De Sousa

Graduanda em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
(FMU)

Kaike Henrique Alves Da Silva

Graduando em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
(FMU)

Thaissa Oliveira Guimarães Coelho

Graduanda em Enfermagem no Centro
Universitário das Faculdades Metropolitanas
(FMU)

Todo o conteúdo desta revista está
licenciado sob a Licença Creative
Commons Atribuição 4.0 Interna-
cional (CC BY 4.0).



RESUMO: Introdução: De acordo com dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT), cerca de 30% da população do território nacional sofre com a doença de ordem mental, sendo a Síndrome de Burnout uma das doenças mais comuns atualmente. Estima-se que cerca de 40% dos trabalhadores brasileiros sofram de Burnout, embora nem todos os casos sejam identificados oficialmente. Objetivo: Identificar, por meio de revisão bibliográfica, os desafios enfrentados pelo enfermeiro na gestão do estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem com diagnóstico de Burnout. Metodologia: Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, descritiva, construída a partir de materiais publicados entre 2020 e 2025. Para seleção dos textos foi realizada uma busca online nas Base de Dados da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Consideraram-se 22 publicações que atenderam a temática do estudo, publicadas na íntegra, com textos completos disponíveis, no idioma português. As palavras-chave investigadas foram: Enfermagem; Burnout; Estresse Ocupacional. Resultados: Para apresentação dos resultados sobre desafios enfrentados pelo enfermeiro na gestão do estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem com diagnóstico de Burnout utilizou-se 4 categorias temáticas, sendo: (1) Fatores Contribuintes para o Burnout; (2) Prevalência e Impacto do Burnout; (3) Estratégias de Prevenção e Intervenção; (4) Consequências Profissionais e Pessoais. Considerações finais: Este estudo sublinha a relevância da síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem, destacando que a sobrecarga de trabalho, as condições laborais inadequadas e a falta de reconhecimento profissional são fatores cruciais para o seu desenvolvimento. Descritores: 1. Enfermagem 2. Burnout 3. Estresse Ocupacional

INTRODUÇÃO

De acordo com dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT), cerca de 30% da população do território nacional sofre com a doença de ordem mental, sendo a Síndrome de Burnout uma das doenças mais comuns atualmente. Estima-se que cerca de 40% dos trabalhadores brasileiros sofram de Burnout, embora nem todos os casos sejam identificados oficialmente. O número de afastamentos por Burnout no Brasil aumentou significativamente, passando de 178 em 2019 para 421 em 2023, um aumento de 136%. A síndrome causa sintomas como esgotamento físico e mental em decorrência de situações relativas ao trabalho. Desde janeiro de 2025, o Brasil adotou a CID-11, que inclui a Síndrome de Burnout como uma condição específica, facilitando diagnósticos e tratamentos. A adoção desta classificação da Organização Mundial da Saúde consolida e reconhece o burnout como uma questão de saúde pública no país. (LACERDA ; PASSOS, 2025).

A síndrome de burnout ou síndrome de esgotamento profissional é uma das consequências do estresse profissional na equipe de enfermagem. O termo em inglês “Burnout” significa “consumir-se”. O indivíduo que é acometido pela síndrome chega a um estágio de colapso, a ponto de não desempenhar suas funções laborais de modo satisfatório. Dissera ainda, sobre a importância de saber que apesar da sintomatologia ser similar à depressão, a síndrome de Burnout está relacionada ao ambiente de trabalho. (CAJUEIRO; SANTOS; FREITAS, 2020).

Os enfermeiros que desempenham funções de gestão de equipes de saúde enfrentam desafios complexos relacionados ao controle do estresse dos profissionais sob sua liderança. Fatores como sobrecarga de trabalho, longas jornadas, alta demanda emocional e a pressão por decisões rápidas influenciam o

bem-estar da equipe de enfermagem, impactando diretamente a qualidade da assistência prestada ao paciente. Além disso, analisa-se o papel do enfermeiro gestor no equilíbrio entre a promoção de um ambiente de trabalho saudável e a manutenção da produtividade e eficiência nos serviços de saúde. (SCHMOELLER. et al., 2011).

Algumas estratégias como comunicação eficaz, suporte emocional, incentivo ao autocuidado e a implementação de programas de bem-estar são exploradas como medidas essenciais para mitigar os efeitos do estresse, contribuindo para a criação de um ambiente laboral mais seguro, colaborativo e sustentável para os profissionais de enfermagem. Esse interesse tem recebido atenção significativa nos estudos da área da saúde, especialmente entre os profissionais de enfermagem, que se encontram mais suscetíveis devido às demandas intensas à natureza estressante de suas atividades. (NUNES; RIBEIRO; CARDOSO, 2022).

Os enfermeiros enfrentam rotineiramente elevadas exigências físicas e emocionais, jornadas de trabalho extenuantes, condições laborais frequentemente precárias e, em muitos casos, a ausência de valorização profissional. Esses elementos desempenham um papel crucial no florescimento da síndrome, com potencial de afetar não apenas o bem-estar físico e mental desses trabalhadores, mas também a qualidade do serviço de cuidado oferecido aos pacientes. (RODRIGUES B. et al., 2024).

Diante do exposto, torna-se fundamental investigar os fatores que contribuem para o aparecimento da síndrome entre os profissionais de enfermagem, seus reflexos na prática profissional e as abordagens para sua prevenção e manejo. Identificando suas principais causas, sintomas e impactos, bem como explorar o papel das instituições de saúde na promoção da qualidade de vida desses trabalhadores.

A importância na urgência de desenvolver estratégias para reduzir os efeitos do Burnout na enfermagem, promovendo condições de trabalho e iniciativas que protejam a saúde mental desses profissionais. Ampliando a conscientização sobre o tema e proporcionando ações que viabilizem um ambiente laboral mais equilibrado e sustentável.

Entretanto, quais são os principais fatores que contribuem para o surgimento da Síndrome de Burnout entre enfermeiros? De que modo essa condição influencia a qualidade da assistência prestada aos pacientes e o bem-estar desses profissionais? Qual é o papel do enfermeiro gestor na prevenção e no manejo do Burnout nas equipes de enfermagem? E, ainda, quais estratégias institucionais podem ser adotadas para minimizar os impactos do estresse ocupacional e fomentar um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável? Tais questionamentos não permitem respostas imediatas, demandando reflexões e pesquisa, para quem sabe, encontrar alguma resposta.

Assim, esta pesquisa teve como objetivo identificar, por meio da revisão bibliográfica, os desafios enfrentados pelo profissional de enfermagem na gestão do estresse ocupacional.

OBJETIVO

Identificar, por meio de revisão bibliográfica, os desafios enfrentados pelo enfermeiro na gestão do estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem com diagnóstico de Burnout.

METODOLOGIA

Tratou-se de uma pesquisa bibliográfica, descritiva, realizada eletronicamente, procurando identificar, por meio de revisão bibliográfica, os desafios enfrentados pelo enfermeiro na gestão do estresse ocupacional dos profissionais de enfermagem com diagnóstico de Burnout. A pesquisa eletrônica se deu no período de fevereiro a abril de 2025.

A pesquisa bibliográfica é especialmente utilizada no meio acadêmico e, tem a finalidade de aprimoramento e atualização do conhecimento, através de uma investigação científica de obras relevantes já publicadas, possibilitando ao pesquisador a construção, a compreensão e a análise do tema e do problema da pesquisa científica a ser realizada (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021).

Para a elaboração dessa pesquisa, no primeiro momento identificou-se o tema e selecionou-se a hipótese de pesquisa. Depois, foram estabelecidos os critérios de inclusão e exclusão das publicações, definição das informações a serem extraídas dos estudos, como por exemplo o nome da publicação, nome do autor, local e ano de publicação, objetivo do estudo, tipo de estudo, principais resultados e informações importantes dos estudos incluídos e finalmente, fez-se a apresentação da revisão realizada, ou seja, a síntese do conhecimento.

Foram analisados artigos publicados em revistas científicas, utilizando as bases de dados da BVS (Biblioteca Virtual da Saúde), como: Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), considerando a palavras-chave: Enfermagem, Burnout e Estresse Ocupacional com retorno de 894 resultados.

Após análise dos resultados retornados, quanto aos critérios de escolha, consideraram-se as publicações que atenderam a temática do estudo, publicadas na íntegra, com textos completos disponíveis, sendo artigos científicos ou teses, nos idiomas português, publicadas entre 2020 e 2025, ficando 22 estudos para a pesquisa. Como critérios de exclusão foram adotados a fuga da temática e os artigos em duplicidade.

As seguintes etapas foram percorridas para a elaboração desta pesquisa: identificação do tema e seleção da hipótese de pesqui-

sa, estabelecimentos dos critérios de inclusão e exclusão das publicações, definição das informações a serem extraídas dos estudos, avaliação e interpretação dos estudos incluídos e apresentação da revisão realizada, ou seja, a síntese do conhecimento.

Elaborou-se a seguinte questão norteadora para a pesquisa: Quais são os principais fatores que contribuem para o surgimento da Síndrome de Burnout entre enfermeiros?

Na expectativa de encontrar respostas, elaborou-se um quadro de coleta de dados que permitiu obter informações como nome da publicação, nome do autor, local e ano de publicação, objetivo do estudo, tipo do estudo, principais resultados e informações importantes do estudo.

A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi realizada de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão da literatura, de forma a impactar positivamente a prática da Enfermagem, fornecendo um modo organizado de rever as evidências sobre um tema.

Para eliminar possível viés, todos os autores do presente manuscrito participaram da coleta de dados, buscando um consenso.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

No presente estudo, foram consideradas 22 publicações que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão para a pesquisa.

Para apresentação dos resultados sobre burnout em profissionais de enfermagem: desafios enfrentados pelo enfermeiro na gestão do estresse ocupacional, optou-se pelo agrupamento das publicações de acordo com a relevância do seu conteúdo. Cada grupo, representou o que se chamou de categoria temática, encontrando-se, portanto, 4 categorias, sendo: (1) Fatores Contribuintes para o Burnout; (2) Prevalência e Impacto do Burnout; (3) Estratégias de Prevenção e Intervenção; (4) Consequências Profissionais e Pessoais.

FATORES CONTRIBUINTE PARA O BURNOUT.

Para Santos et al., (2022) a Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem tem alta incidência, mostrando valores mais acentuados em serviços de atendimento móvel de urgência, mas sendo evidenciado algo distinto, uma realidade também no âmbito da atenção primária à saúde. O perfil dos profissionais mais acometidos pela síndrome foram os do sexo feminino, com um menor tempo de formação e menor tempo de atuação na unidade, duplo vínculo empregatício, altas demandas de trabalho com baixo controle e apoio social.

Para Saccomann, Oliveira e Brants (2024) que teve como objetivo avaliar os fatores geradores do estresse ocupacional dos enfermeiros e técnicos de enfermagem atuantes no cuidado direto aos pacientes acometidos pela COVID-19, e verificou-se elevado nível de estresse ocupacional em enfermeiros ($M^1 = 106,0$; $DP^2 \pm 23,1$) e técnicos de enfermagem ($M = 98,5$; $DP \pm 25,1$), com maior pontuação de enfermeiros para fatores intrínsecos ao trabalho, em comparação com técnicos de enfermagem. As relações interpessoais foram a principal fonte de estresse. As estratégias de coping³ com maiores médias foram as respostas de enfrentamento tanto para enfermeiros ($M = 43,2$; $DP \pm 8,5$) quanto para os técnicos de enfermagem ($M = 41,4$; $DP \pm 9,1$). Dentre os três fatores de estresse, as relações interpessoais representam maior pontuação, seguida pelos papéis estressores na carreira e fatores intrínsecos ao trabalho.

Para Barbosa et al., (2024) que sintetizou as principais evidências científicas disponíveis sobre os fatores associados ao workaholism⁴ na saúde mental de enfermeiros e teve

como resultado que os fatores associados ao workaholism foram burnout, estresse, ansiedade, depressão, problemas relacionados ao sono, baixa capacidade de concentração e incidentes negativos no trabalho, os quais afetaram a saúde mental dos enfermeiros, a síntese revelou que o workaholism apresentou relação com o estresse percebido no trabalho, exaustão emocional, despersonalização e sintomas ansiosos e depressivos, o que resultou em baixa eficácia profissional e má qualidade no sono entre os profissionais viciados no trabalho.

Para Ferreira et al., (2024) que analisou a relação entre enfermeiros e a síndrome de Burnout diante da pandemia da COVID-19 e apontou que a pandemia da COVID-19 aumentou a sobrecarga de trabalho dos enfermeiros, que têm enfrentado condições adversas de trabalho, como falta de equipamentos de proteção individual e o medo de contaminação. Essas condições têm levado a um aumento dos níveis de estresse e ansiedade entre os enfermeiros, o que pode contribuir para o desenvolvimento da síndrome de Burnout e alega ser necessário medidas de proteção aos profissionais de saúde, como a oferta de suporte emocional e psicológico, além de uma carga de trabalho adequada.

Para Garcia et al., (2024) que estimou a prevalência de síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem oncológica, identificou fatores associados e descreveu o perfil epidemiológico, laboral e de estilo de vida desses profissionais tendo resultados que apontam que a prevalência de síndrome de burnout entre os participantes foi de 21,8%, 45,5% apresentaram exaustão emocional moderada, 67,3% alta despersonalização e 51,8% reduzida realização pessoal. Variáveis associadas à síndrome de burnout incluíram con-

¹ M = Média

² DP = Desvio Padrão

³ Estratégias de coping = recursos que as pessoas usam para lidar com situações estressantes ou desafiadoras

⁴ Workaholism = vício em trabalho

sumo de bebida alcoólica, alimentação não saudável, insatisfação com a ocupação, condições de trabalho precárias e falta de atividade física.

PREVALÊNCIA E IMPACTO DO BURNOUT.

Para Borges et al., (2021) que fez um estudo quantitativo visando identificar e comparar os níveis de burnout entre enfermeiros portugueses, espanhóis e brasileiros e teve como resultado uma grande porcentagem de enfermeiros com níveis moderados/ elevados de burnout (42%, 43% e 42%, em Portugal, Espanha e Brasil, respectivamente) além de afirmar que o enfermeiro está exposto aos inúmeros e múltiplos estressores que, combinados, têm grande probabilidade de afetar negativamente o profissional e a organização.

Para Queiroz et al., (2023) que elaborou estudo de corte transversal, descritivo com 81 profissionais de uma faculdade em município brasileiro e observou que 45% dos participantes tem uma possibilidade de desenvolvimento da síndrome, e 38% estão na fase inicial e que profissionais mais jovens são mais propensos a apresentar a síndrome de Burnout.

Para Gonçalves et al., (2024) que elaborou um estudo transversal para identificar a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem durante a pandemia por Covid-19 destacando aspectos ocupacionais e fatores associados à pandemia e identificou o indicativo da Síndrome de Burnout em 21 (36,2%) participantes, sem associação estatística com as características sociodemográficas e ocupacionais. A dimensão exaustão emocional apresentou significância estatística com os sentimentos de ansiedade, preocupação, nervosismo (p-valor=0,011), depressão e tristeza (p-valor=0,010). Os participantes

informaram que se sentiam capacitados em atender os pacientes com Covid-19, porém referiram dificuldades para efetuar a paramentação e desparamentação de forma correta.

Para Dias et al., (2023) que analisou a síndrome de Burnout e o senso de coerência em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19 e teve resultados que indicaram que o domínio com maior pontuação média foi a “Realização pessoal” (M= 3,95; DP=0,53), seguida pela “Exaustão emocional” (M=2,82; DP=0,83). Houve associação significativa entre domínios do MBI⁵ e as dimensões do SOC-13⁶, com pontuações mais altas em “Compreensão” e “Manejo” do SOC, associadas a menor “Exaustão emocional” (*r*S de - 0,447 e - 0,572) e “Despersonalização” (*r*S de - 0,339 e - 0,383). Foi observada relação significativa entre o apoio psicológico no trabalho e a redução do nível de exaustão (valor $p \leq 0,001$). Afirmando que esses achados fornecem contribuições relevantes para o desenvolvimento de ações direcionadas aos profissionais da enfermagem, destacando a importância do apoio psicológico e do fortalecimento do senso de coerência.

Para Möller et al., (2021) que avaliou e comparou os ambientes de prática de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva de um hospital público e outro privado e a prevalência de burnout entre os profissionais de enfermagem e verificou ambientes favoráveis em ambas as instituições, porém, com resultados frágeis nas subescalas autonomia, controle e suporte organizacional no hospital privado. A prevalência de burnout entre enfermeiros foi de 2,5% no hospital público e 9,1% no privado, e entre técnicos de enfermagem foi de 9,5% e 8,5%, respectivamente. O controle do ambiente, a autonomia e o suporte foram considerados pontos críticos, remetendo à importância de avaliar fatores das instituições que possam melhorar as condições laborais para a equipe de enfermagem.

⁵ MBI= Inventário de Burnout de Maslach

⁶ SOC = senso de coerência

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E INTERVENÇÃO.

Para Santos et al., (2023) que procurou identificar estratégias de promoção à saúde mental dos trabalhadores de enfermagem hospitalar disponíveis na literatura e encontrou onze artigos apontam estratégias individuais focadas no treinamento de habilidades, teleassistência e programas de fortalecimento da resiliência que reduziram sintomas de depressão, ansiedade, estresse, burnout, rotatividade e elevaram satisfação no trabalho, estilos de vida saudáveis, bem-estar e saúde geral, concluindo que as estratégias para promoção da saúde mental no trabalho mantêm o seu enfoque no indivíduo, e não envolvem aspectos organizacionais e coletivos do trabalho, denotando insuficiência ao não focar causas centrais do problema. As intervenções devem ser direcionadas a sanar tal lacuna para promover ambientes de trabalho mais saudáveis.

Para Nunes, Ribeiro e Cardoso (2022) que buscou descrever estratégias para controle do estresse psicológico, identificando a relação entre o estresse psicológico e a qualidade de vida de enfermeiros. O tipo de estratégia para controle do estresse psicológico predominante identificado foi a meditação. As intervenções identificadas foram efetivas na redução do estresse e evidenciou-se que existe associação negativa entre os estressores e a qualidade de vida. Dentre os maiores benefícios advindos, encontram-se melhoria na atenção, comunicação, qualidade do sono, habilidade de estar presente, compaixão e bem-estar geral. Alegam que existem fatores inerentes e não-inerentes ao trabalho que influenciam a qualidade de vida do enfermeiro. Meditação, ioga e programas educacionais são exemplos de estratégias com as quais o profissional pode reduzir os níveis de estresse e, conseqüentemente, o burnout, e aumentar a satisfação da compaixão.

CONSEQUÊNCIAS PROFISSIONAIS E PESSOAIS.

Para Pereira et al., (2024) que buscou identificar e analisar os principais fatores que influenciam a qualidade de vida dos enfermeiros no contexto da saúde pública, considerando aspectos econômicos, psicossociais e ambientais e teve como resultado que enfermeiros de países de alta renda, como Canadá e Alemanha, possuem melhores condições de trabalho e índice menor de burnout, enquanto em países de baixa renda, como Brasil e Filipinas, prevalecem longas jornadas e altos níveis de exaustão emocional, portanto alega que a qualidade de vida dos enfermeiros é diretamente impactada por remuneração, suporte psicológico e condições de trabalho e que países de baixa renda enfrentam maiores desafios, exigindo políticas que melhorem essas condições para promover o bem-estar dos profissionais e a eficácia dos sistemas de saúde pública.

Para Garzin et al., (2024) que teve como objetivo relacionar a fadiga por compaixão com aspectos da qualidade da assistência à saúde e segurança do paciente e obteve correlações positivas entre índices elevados na dimensão de fadiga por compaixão e burnout do questionário ProQol-Br e aspectos relacionados à qualidade assistencial e segurança do paciente ($p < 0,001$). Os enfermeiros concordaram que devido à sobrecarga de trabalho e exaustão mental deixaram de cumprir integralmente protocolos de qualidade e segurança do paciente, o que pode aumentar a ocorrência de eventos adversos.

Para Sousa, Ribeiro e Valim (2023) que investigou a associação entre a síndrome de Burnout, os aspectos ocupacionais e de saúde, a ocorrência do presenteísmo e a perda de produtividade em trabalhadores de enfermagem e teve como resultado que trabalhadores com dois empregos, diagnóstico de ansiedade associada à depressão e tabagistas foram as-

sociados à síndrome de Burnout, a síndrome também apresentou perda de produtividade geral e em todos os domínios específicos.

Para Loureiro et al., (2022) que identificou que os estilos de liderança identificados na literatura foram a liderança transformacional e liderança autêntica que revelam um impacto positivo na redução do burnout; a liderança *laissez-faire*⁷ que, pelo contrário, promove um ambiente facilitador do desenvolvimento da síndrome em estudo; a liderança transacional, por sua vez, não demonstrou resultados significativos na diminuição e prevenção de burnout, assim como, a liderança autocrática, carismática e situacional cujos resultados não se demonstraram quantificáveis para a sua prevenção.

Para Valle et al., (2021) que verificou a relação da liderança autêntica dos enfermeiros e o empoderamento estrutural e afirma que a liderança autêntica apresentou relação positiva com o empoderamento estrutural, melhorando o engajamento e a satisfação no trabalho, diminuindo o burnout e aumentando a qualidade da assistência.

Para Ribeiro et al., (2021) que buscou estimar a prevalência e fatores associados à síndrome de burnout e qualidade de vida entre profissionais de enfermagem e obteve resultados que mostram que a maioria dos profissionais apresentou baixa eficácia profissional (78,3; n=65), média despersonalização (53,0%; n=44) e média exaustão emocional (55,4%; n=46), além de que a síndrome de burnout apresenta influência no desfecho de qualidade de vida de profissionais da enfermagem, sendo mais prevalente entre profissionais com maior idade, mulheres, sem relacionamento e que possuem filhos. A síndrome interfere na qualidade de vida desses profissionais, ocasionando maior impacto nos domínios de vitalidade, dor, aspecto social e saúde mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem é um desafio significativo que afeta não apenas o bem-estar dos enfermeiros, mas também a qualidade dos serviços prestados aos pacientes. Este estudo ressaltou a importância da gestão do estresse ocupacional e os desafios enfrentados pelos enfermeiros, evidenciando fatores contribuintes como sobrecarga de trabalho, condições laborais inadequadas e falta de reconhecimento profissional.

Os achados da pesquisa indicam que estratégias de prevenção e intervenção são essenciais para mitigar os impactos da síndrome, destacando-se medidas como suporte emocional, incentivo ao autocuidado, comunicação eficaz e programas institucionais de bem-estar. Essas ações podem reduzir os níveis de estresse e melhorar o ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem, promovendo maior equilíbrio e satisfação na rotina profissional.

Diante desse cenário, é fundamental que instituições de saúde e gestores valorizem e implementem práticas que garantam condições adequadas de trabalho, prevenindo o Burnout e preservando a saúde mental dos enfermeiros. A pesquisa reforça a necessidade de aprofundar futuras investigações sobre a eficácia de programas institucionais e estratégias de liderança na redução do estresse ocupacional.

Por fim, espera-se que este estudo contribua para a conscientização e aprimoramento das políticas voltadas ao bem-estar dos profissionais de enfermagem, garantindo um ambiente mais saudável, sustentável e propício ao exercício da profissão.

⁷ *Laissez-faire* = expressão escrita em francês que simboliza o liberalismo econômico, na versão mais pura de capitalismo de que o mercado deve funcionar livremente, sem interferência, taxas nem subsídios, apenas com regulamentos suficientes para proteger os direitos de propriedade.

REFERÊNCIAS

1. BARBOSA, N. S. et al., Factors associated with workaholism in nurses' mental health: integrative review. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 32, e4218, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1518-8345.7046.4218>.> Acesso em 19 fev. 2025.
2. BORGES, E. M. N. et al., Burnout among nurses: a multicentric comparative study. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 29, e3432, 2021. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>.> Acesso em 19 fev. 2025.
3. CAJUEIRO, L; SANTOS, L; FREITAS, M. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de unidades de terapia intensiva adulto. **Revista Científica** . v.4. 2020. Disponível em: <<https://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes-anteriores/volume-4-edicao-3/3518-rci-sindrome-de-burnout-em-profissionais-de-enfermagem-de-unidades-de-terapia-intensiva-adulto-dez-2019/file>.> Acesso em 20 fev. 2025.
4. DIAS et al., Síndrome de burnout e o senso de coerência em profissionais de enfermagem. **Saud Pesq**. 2023. Disponível em: <<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/11266/7451>.> Acesso em 05 abr. 2025.
5. DOS SANTOS, B. L. et al., Síndrome de burnout entre profissionais de enfermagem. **Enferm Foco**, v. 13, e-202240ESP1, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2022.v13.e-202240ESP1>.> Acesso em 05 abr. 2025.
6. FERREIRA, B. E. S. et al., Os enfermeiros e a síndrome de burnout no contexto da pandemia da COVID-19. **Revista Nursing**, v. 28, n. 313, p. 9339-9350, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.36489/nursing.2024v28i313p9339-9350>.> Acesso em 16 mar. 2025.
7. GARCIA, A. DE J. et al., Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem oncológica: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 70, n. 4, 28 jan. 2024. Acesso em 16 mar. 2025.
8. GARZIN, A. C. A. et al., Burnout, satisfação e fadiga por compaixão: relação com a qualidade assistencial e segurança do paciente. **O Mundo da Saúde**, v. 48, 10 jan. 2024. Acesso em 05 abr. 2025.
9. GONÇALVES, R. E. et al., Prevalência da síndrome de burnout em profissionais de enfermagem no contexto da pandemia por COVID-19. **Enferm Foco**, v. 15, e-2024140, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2024.v15.e-2024140>.> Acesso em 05 abr. 2025..
10. LOUREIRO, R. et al., Influência dos estilos de liderança no burnout dos enfermeiros: uma scoping review. **Journal Health NPEPS**. 2022. Disponível em: <<https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/5987/4647>.> Acesso em 10 abr. 2025.
11. MÖLLER, G. et al., Nursing practice environment in intensive care unit and professional burnout. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 55, 18 ago. 2021. Acesso em 10 abr. 2025.
12. NUNES, N. H. Q.; RIBEIRO, V. R. N.; CARDOSO, Â. M. R. Driblando o estresse para melhor qualidade de vida na enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 13, n. spe1, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2022.v13.e-202238ESP1>> Acesso em 22 mar. 2025.
13. PEREIRA, E. M. et al., A influência da qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem na saúde pública. **REVISA**, v. 13, n. Esp2, p. 1134-1141, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.36239/revisa.v13.nesp2.p1134a1141>.> Acesso em 22 mar. 2025.
14. QUEIROZ et al., Síndrome de burnout entre profissionais que trabalham com atendimento ao público. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Umuarama, v. 27, n. 6, p. 2164-2176, 2023. Disponível em: <<https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/10054/4811>.> Acesso em 22 mar. 2025.
15. RIBEIRO, E. K. A. et al., Influence of burnout syndrome on the quality of life of nursing professionals: quantitative study. **Rev Bras Enferm**, v. 74, Suppl 3, e20200298, 2021. Disponível em:< <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0298>.> Acesso em 15 mar. 2025.

16. RODRIGUES, B. A. et al., Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma atualização da literatura sobre definições e fatores de risco. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 6, p. e4360, 2024. Disponível em: <<https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4360>.> Acesso em 16 mar. 2025.
17. SACOMANN, I. C. R. S. et al., Estresse ocupacional e estratégias de coping de enfermeiros e técnicos de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. **Rev. Eletr. En-ferm.**, v. 25, 75608, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.5216/ree.v26.75608>.> Acesso em 22 mar. 2025.
18. SANTOS et al., Estratégias de promoção à saúde mental no trabalho de enfermagem hospitalar: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/74722/62563>.> Acesso em 01 abr. 2025.
19. SCHMOELLER, R. et al., Cargas de trabalho e condições de trabalho da enfermagem: revisão integrativa. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 32, n. 2, p. 368–377, jun. 2011. Acesso em 01 abr. 2025.
20. SOUSA, Angélica Silva de; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de; ALVES, Laís Hilário. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da Fucamp**, v.20, n.43, p.64-83, 2021. Disponível em: <<https://www.fucamp.edu.br/editora/index.php/cadernos/article/view/2336/1441>>
>. Acesso em 19 fev. 2025.
21. SOUSA, R. M. et al., Síndrome de burnout, presenteísmo e perda de produtividade em trabalhadores de enfermagem. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 6, n. 2, p. 1–10, 2023. Disponível em: <<https://revistas.rcaap.pt/referencia/article/view/32878>.> Acesso em 01 abr. 2025.
22. VALLE, R. B. L. R. et al., The relationship between the authentic leadership of nurses and structural empowerment: a systematic review. **Rev Esc Enferm USP**, v. 55, e03667, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019029003667>.> Acesso em 01 abr. 2025.