

Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem que Atuam em Unidades de Terapia Intensiva

Burnout Syndrome in Nursing Professionals Working in Intensive Care Units

Síndrome de Burnout en Profesionales de Enfermería que Actúan en Unidades de Terapia Intensiva

RESUMO:

Objetivo: Avaliar o conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout em Terapia Intensiva. **Método:** Estudo quantitativo, transversal e descritivo, realizado com 29 profissionais de enfermagem de um hospital filantrópico do sul de Minas Gerais, utilizando questionário estruturado. **Resultados:** Identificou-se elevada frequência de exaustão física e mental, irritabilidade, sobrecarga emocional e alterações do sono entre os participantes. **Conclusão:** O ambiente intensivo favorece o desgaste ocupacional, evidenciando a necessidade de estratégias preventivas e promoção da saúde mental dos profissionais de enfermagem.

DESCRIPTORES: Burnout; Unidade de terapia intensiva; Enfermagem; Saúde do Trabalhador.

ABSTRACT

Objective: To evaluate nursing professionals' knowledge about the signs and symptoms of Burnout Syndrome in Intensive Care. **Method:** A quantitative, cross-sectional, and descriptive study conducted with 29 nursing professionals from a philanthropic hospital in southern Minas Gerais, using a structured questionnaire. **Results:** A high frequency of physical and mental exhaustion, irritability, emotional overload, and sleep disturbances was identified among the participants. **Conclusion:** The intensive care environment favors occupational exhaustion, highlighting the need for preventive strategies and mental health promotion for nursing professionals.

DESCRIPTORS: Burnout; Intensive Care Units; Nursing; Occupational Health.

RESUMEN

Objetivo: Evaluar el conocimiento de los profesionales de enfermería sobre los signos y síntomas del Síndrome de Burnout en Terapia Intensiva. **Método:** Estudio cuantitativo, transversal y descriptivo, realizado con 29 profesionales de enfermería de un hospital filantrópico del sur de Minas Gerais, utilizando un cuestionario estructurado. **Resultados:** Se identificó una elevada frecuencia de agotamiento físico y mental, irritabilidad, sobrecarga emocional y alteraciones del sueño entre los participantes. **Conclusión:** El ambiente intensivo favorece el desgaste ocupacional, evidenciando la necesidad de estrategias preventivas y promoción de la salud mental de los profesionales de enfermería.

DESCRIPTORES: Burnout; Unidades de Cuidados Intensivos; Enfermería; Salud Laboral.

RECEBIDO EM: 02/06/2026 APROVADO EM: 08/07/2026

Como citar este artigo: Jesus M, Theodorio LM, Fonseca JPS, Viana LGL, Oliveira AM, Silva RS, Lima ERV, Rosa SVA. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem que Atuam em Unidades de Terapia Intensiva. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2026 [acesso ano mês dia]; 18 (111):20590-20605. Disponível em: DOI: 10.36489/saudecoletiva.2026v18i111p20590-20605

ID Marllon de Jesus
Graduando em Enfermagem. Centro Universitário UninCor - UNINCOR
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-6193-3477>

ID Laiane de Moura Theodorio
Graduando em Fonoaudiologia. Centro Universitário UniFatecie - UNIFATECIE
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-0566-9617>

ID João Paulo Soares Fonseca
Doutor em Enfermagem. Centro Universitário UninCor - UNINCOR
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4886-1718>

ID Laurirrane Guido Lopes Viana
Especialista em Atenção Primária. Centro Universitário UninCor - UNINCOR
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1936-8350>

ID Alessandra Mara de Oliveira
Doutora em Enfermagem. Centro Universitário UninCor - UNINCOR
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2157-5631>

ID Ranile Santos Silva
Doutora em Enfermagem. Fundação Hospitalar Educacional São Sebastião - FHESS
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5844-4224>

ID Elenita Reis Veiga Lima
Especialista Medicina do Trabalho. Faculdade de Medicina de Itajubá
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-4006-2804>

ID Susinaia Vilela Avelar Rosa
Mestre em Saúde Coletiva. Centro Universitário UninCor - UNINCOR
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9665-3134>

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico relacionado ao estresse ocupacional crônico, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da sensação de realização profissional ¹.

Os profissionais de saúde, especialmente enfermeiros e técnicos de enfermagem que atuam em ambientes de alta complexidade, como Unidade de Terapia Intensiva, estão sujeitos a intensas pressões emocionais e constantes demandas decisórias, fatores que contribuem para o surgimento desse distúrbio e podem comprometer a qualidade da assistência prestada aos pacientes ¹. Sintomas como esgotamento emocional, caracterizados por cansaço, perda de energia e motivação, despersonalização e sentimentos de baixa realização profissional, foram relatados em cerca de 25,5% dos técnicos de enfermagem atuantes em Unidade de Terapia Intensiva ².

Para compreender e diagnosticar a síndrome, o Maslach Burnout Inventory tem sido amplamente utilizado em pesquisas brasileiras, pois fornece uma avaliação sistemática dos níveis de Burnout e facilita o desenvolvimento de

estratégias de prevenção e intervenção; o uso dessa ferramenta é fundamental para identificar os efeitos da Síndrome de Burnout na saúde dos trabalhadores e subsidiar ações que promovam um ambiente de trabalho mais seguro e saudável ³.

A condição é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um fenômeno ocupacional, classificada na CID-11 e considerada um risco à saúde do trabalhador; no Brasil, normas do Ministério da Saúde destacam a responsabilidade das instituições em garantir condições de trabalho seguras e saudáveis, incluindo ações preventivas, capacitação e suporte psicológico aos profissionais da enfermagem ⁴.

Nesse contexto, profissionais de enfermagem em Unidades de Terapia Intensiva frequentemente enfrentam impactos severos da síndrome; sua identificação tardia agrava as consequências físicas e emocionais, comprometendo tanto a saúde dos trabalhadores quanto a qualidade da atenção prestada aos pacientes ⁵.

A escolha deste tema surgiu da vivência e percepção da rotina intensa de profissionais de enfermagem em setores de alta complexidade, como Unidade de Terapia Intensiva, onde a pressão

emocional e física é constante. Nesses ambientes, é possível observar sinais de cansaço, estresse e até afastamento relacionados a problemas de saúde ocupacional. Essa realidade desperta o interesse em compreender melhor como a Síndrome de Burnout afeta esses trabalhadores e de que forma o conhecimento sobre seus sinais e sintomas pode contribuir para a prevenção e promoção da saúde mental.

A temática é socialmente relevante, pois o esgotamento físico e emocional dos profissionais de enfermagem afeta tanto a qualidade do cuidado ao paciente crítico quanto sua saúde mental e pessoal ⁶. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como fenômeno ocupacional na CID-11, a Síndrome de Burnout representa um importante problema de saúde pública devido à sua associação com o estresse crônico no trabalho ⁷.

Do ponto de vista acadêmico, este estudo contribui para ampliar a compreensão sobre a saúde do trabalhador na enfermagem, evidenciando a necessidade de aprofundar o conhecimento sobre os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout ⁸.

Na dimensão profissional, a pesquisa identifica deficiências no conhecimen-

to de enfermeiros e técnicos de enfermagem. Ela contribui para a literatura sobre a Síndrome de Burnout em Unidade de Terapia Intensiva, fortalecendo o desenvolvimento de pesquisas futuras e a criação de protocolos institucionais.

Diante disso, questiona-se: qual é o nível de conhecimento dos profissionais de enfermagem que atuam em Unidade de Terapia Intensiva acerca dos sinais e sintomas da Síndrome de Burnout, e de que forma esse conhecimento pode subsidiar estratégias de prevenção e promoção da saúde ocupacional?

A pesquisa objetivou avaliar o conhecimento dos profissionais de enfermagem quanto aos sinais e sintomas da Síndrome de Burnout, com o propósito de identificar lacunas no entendimento desses profissionais e subsidiar estratégias de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente de Terapia Intensiva.

MÉTODO

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e descritivo, envolvendo seres humanos com aplicação de questionário, por meio de entrevista estruturada.

Os resultados da pesquisa quantitativa podem ser quantificados⁹. Como as amostras são grandes, torna-se um retrato bastante fiel da população estudada, centrando-se na objetividade. O autor considera que a realidade só pode ser compreendida por meio da análise de dados brutos, utilizando instrumentos padronizados e neutros, com linguagem puramente matemática para descrever as causas de um fenômeno. Ao se utilizar a pesquisa quantitativa, é possível recolher mais informações do que se conseguiria de forma isolada.

As entrevistas estruturadas ou formalizadas são aquelas em que as perguntas são fixas, ordenadas e em grande número, possibilitando um quantitativo expressivo de dados¹⁰.

O entrevistador necessita de um roteiro elaborado com embasamento te-

órico-científico, contendo perguntas bem estruturadas para que o objetivo seja alcançado^{11,12}.

A pesquisa foi conduzida por meio de um estudo de campo, realizado em um Hospital Filantrópico localizado em um município de médio porte situado no sul de Minas Gerais.

O município apresenta uma área territorial de cerca de 828 km² e uma população aproximada de 80.000 habitantes¹³. A densidade demográfica é de aproximadamente 91,16 habitantes por km². A região é composta também por municípios vizinhos de pequeno e médio porte, que mantém entre si uma relação de influência recíproca nos aspectos econômicos, sociais e de saúde pública.

A seleção do local da pesquisa ocorreu devido à sua representatividade e à facilidade de acesso para a obtenção dos dados referentes ao objeto de estudo, contando com a participação de pessoas que se dispuseram a colaborar com a pesquisa e que atuavam no município.

O critério de inclusão para a pesquisa, foram participantes da pesquisa os profissionais de enfermagem que atuavam nas Unidades de Terapia Intensiva e que possuíam mais de quatro meses de experiência na função.

A população estudada referiu-se a 49 profissionais de enfermagem atuantes em nas Unidades de Terapia Intensiva Neonatal e Centro de Terapia Intensiva Adulto do Hospital Filantrópico. Com um erro amostral de 5% e um nível de confiança de 95%, a amostra foi calculada em 29 pessoas que foram pesquisadas.

Na coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, aplicado individualmente aos profissionais de enfermagem que atuavam nas unidades e nos centros de Terapia Intensiva, com o objetivo de avaliar o conhecimento sobre a Síndrome de Burnout, incluindo sinais e sintomas, fatores de risco no ambiente de trabalho e estratégias de prevenção e promoção da saúde mental. O instrumento,

elaborado pelo próprio autor, continha dados sociodemográficos e questões objetivas de múltipla escolha, permitindo identificar o nível de conhecimento e possíveis lacunas sobre o tema, sendo aplicado após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A aplicação ocorreu de forma anônima e confidencial, garantindo respostas mais fidedignas, cujos resultados subsidiarão ações educativas, estratégias de promoção da saúde mental, melhoria do ambiente de trabalho, redução do estresse ocupacional, além da elaboração de uma cartilha entregue aos participantes ao final das entrevistas.

Como análise dos dados foram desenvolvidos após o término da aplicação do questionário, sendo interpretados e transcritos pelo autor da pesquisa no item de resultados e discussão. Os dados numéricos foram tabelados por meio da ferramenta Excel, sendo organizados em tabelas e gráficos, a fim de facilitar a visualização e a compilação das informações.

A pesquisa foi conduzida em conformidade com a Lei nº 14.874, de 28 de maio de 2024¹⁴, que institui o Sistema Nacional de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, bem como com as diretrizes éticas estabelecidas pela Resolução CNS nº 466/2012¹⁵, para pesquisas na área da saúde, e pela Resolução CNS nº 510/2016¹⁶, aplicável às ciências humanas e sociais, enquanto estiverem em vigor.

O projeto foi submetido à apreciação e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UninCor, sob o parecer nº 8.271.047, CAAE nº 95871926.9.0000.0295 respeitando os princípios éticos citados.

RESULTADOS

Participaram deste estudo 29 profissionais de enfermagem atuantes em Unidade de Terapia Intensiva (UTI) e Centro de Terapia Intensiva (CTI) de um município de médio porte situado no Sul de Minas Gerais. A análise

do perfil sociodemográfico evidenciou predominância do sexo feminino (82,75%), dado que reforça a feminização histórica da enfermagem brasileira e demonstra a relevância da discussão sobre saúde mental nessa categoria

profissional. Em relação à faixa etária, observou-se maior frequência de participantes entre 26 e 35 anos (41,37%), seguida por profissionais entre 36 e 45 anos, indicando predominância de trabalhadores em plena fase produtiva da

carreira.

A tabela abaixo descreve as variáveis sociodemográficas dos profissionais participantes da pesquisa.

Tabela 01 – Variáveis sociodemográficas dos profissionais de enfermagem, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais. Brasil, 2026.

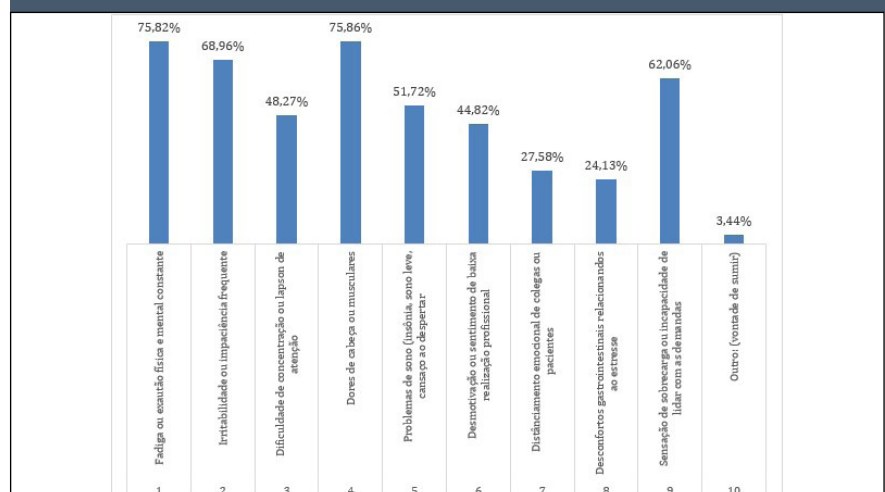
Variável do perfil	N	Valor	Valor Relativo
Idade	29		
26 a 35 anos		12	41,37%
36 a 45 anos		11	37,93%
46 a 55 anos		05	17,25%
>56anos		01	3,45%
Gênero	29		
Feminino		24	82,75%
Masculino		05	17,25%
Formação Profissional	29		
Técnico em Enfermagem	23	/	79,30%
Enfermeiro	06	/	20,70%
Enfermeiro Pós-graduado em Terapia Intensiva	04	/	/
Tempo de atuação na área	29		
01 a 05 anos		05	17,25%
06 a 10 anos		09	31,03%
11 a 20 anos		13	44,82%
>21 anos		02	6,90%

Fonte: Autores da pesquisa (2026).

Observou-se que 41,37% dos profissionais participantes apresentavam idade entre 26 e 35 anos. Houve predominância do sexo feminino (82,75%) e de técnicos em enfermagem (79,30%). Entre os enfermeiros (20,70%), verificou-se que quatro possuíam especialização em terapia intensiva (66,70%). No que se refere ao tempo de atuação profissional, 44,82% dos participantes relataram experiência entre 11 e 20 anos.

A tabela 02 demonstra a rotina de trabalho dos profissionais que atuam na terapia intensiva, nos últimos 30 dias.

Tabela 02 - Durante a rotina de trabalho dos profissionais de Terapia Intensiva, nos últimos 30 dias, relacionaram os sinais e sintomas abaixo, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais. Brasil, 2026.



Fonte: Autores da pesquisa (2026).

Conforme apresentado na Tabela 02, observou-se elevada prevalência de sinais e sintomas relacionados ao desgaste físico e mental entre os profissionais de Terapia Intensiva nos últimos 30 dias. Destacaram-se a presença de dores de cabeça ou musculares (75,86%) e fadiga ou exaustão física e mental constante (75,82%), seguidas por irritabilidade ou impaciência frequente (68,96%) e sensação de sobrecarga ou incapacidade de lidar com as demandas (62,06%).

Adicionalmente, verificou-se que

51,72% dos participantes relataram problemas relacionados ao sono, enquanto 48,27% apresentaram dificuldade de concentração ou lapsos de atenção. A desmotivação ou sentimento de baixa realização profissional foi reportada por 44,82% dos profissionais. Em menor proporção, foram identificados distanciamento emocional de colegas ou pacientes (27,58%) e desconfortos gastrointestinais relacionados ao estresse (24,13%). A categoria 'outros' apresentou baixa frequência de respostas

(3,44%).

Os achados evidenciam a presença significativa de sintomas compatíveis com sobrecarga ocupacional, sugerindo impacto relevante das condições de trabalho na saúde física e mental desses profissionais.

A Tabela 03 descreve os sintomas referente aos profissionais que participaram da pesquisa sobre síndrome de Burnout.

Tabela 03 – Descrição dos sintomas descritos pelos profissionais estudados, sendo relacionados Síndrome de Burnout, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais. Brasil, 2026.

Variável do perfil	Valor	Valor Relativo
Concordo Totalmente	13	45%
Concordo Parcialmente	14	48%
Nem concordo, nem discordo	01	3,5%
Discordo Totalmente	01	3,5%

Fonte: Autores da pesquisa (2026).

De acordo com a Tabela 03, observou-se elevada concordância dos profissionais em relação à presença de sintomas associados à Síndrome de Burnout. A maioria dos participantes declarou concordar parcialmente (48%) ou totalmente (45%) com as afirmativas relacionadas à síndrome, totalizando 93% de respostas positivas.

Por outro lado, uma pequena parcela dos profissionais manteve posição neutra (3,5%) ou discordou totalmente (3,5%), enquanto não houve registros de discordância parcial. Esses achados indicam que a maior parte dos profissionais reconhece a presença de sinais compatíveis com a Síndrome de Burnout em seu contexto de trabalho.

Os resultados reforçam a relevância

do tema no ambiente de Terapia Intensiva, sugerindo elevado nível de exposição a fatores estressores ocupacionais e possível comprometimento da saúde mental desses trabalhadores.

A tabela 04 revela opinião dos entrevistados, as ações que podem reduzir esses sintomas e prevenir a síndrome de Burnout.

Tabela 04 – Na opinião dos entrevistados, as ações que podem reduzir esses sintomas e prevenir a Síndrome de Burnout, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais. Brasil, 2026.

Variável do perfil	Valor	Valor Relativo
Momentos de descanso e lazer fora do trabalho	15	51,72%
Apoio psicológico ou terapia	22	75,86%
Alimentação equilibrada e sono adequado	15	51,72%

Fonte: Autores da pesquisa (2026).

Conforme apresentado na Tabela 04, os participantes indicaram diferentes estratégias para redução dos sintomas e prevenção da Síndrome de Burnout. O apoio psicológico ou terapia foi a alternativa mais frequentemente apontada, sendo mencionada por 75,86% dos pro-

fissionais.

Além disso, momentos de descanso e lazer fora do ambiente de trabalho, bem como a adoção de alimentação equilibrada associada a sono adequado foram citados por 51,72% dos entrevistados, respectivamente.

Os achados sugerem que os profissio-

nais reconhecem tanto a importância de intervenções voltadas à saúde mental quanto de hábitos de vida saudáveis como medidas relevantes para o enfrentamento do estresse ocupacional, evidenciando uma percepção multifatorial na prevenção da Síndrome de Burnout.

Tabela 05 – Na opinião dos entrevistados, as ações que podem reduzir esses sintomas e prevenir a Síndrome de Burnout, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais, Brasil, 2026.

Variável do perfil	Valor	Valor Relativo
Redução da carga de trabalho e pausas regulares	11	37,93%
Adequação do número de profissionais	12	41,37%
Treinamentos, palestras e educação permanente em saúde mental	13	44,82%
Ambiente de trabalho acolhedor e comunicação não violenta	11	37,93%
Suporte e reconhecimento da equipe gestora	18	62,06%
Não acredito que existam medidas eficazes	01	3,44%
Outros	02	6,89%

Fonte: Autores da pesquisa (2026).

Conforme apresentado na Tabela 05, os participantes indicaram múltiplas ações consideradas importantes para a redução dos sintomas e prevenção da Síndrome de Burnout. O suporte e reconhecimento por parte da equipe gestora foi a estratégia mais frequentemente citada (62,06%).

Em seguida, destacaram-se a realização de treinamentos, palestras e ações

de educação permanente em saúde mental (44,82%), bem como a adequação do número de profissionais (41,37%). A redução da carga de trabalho e a implementação de pausas regulares, assim como a promoção de um ambiente de trabalho acolhedor e comunicação não violenta foram apontadas por 37,93% dos entrevistados, respectivamente.

Uma pequena parcela dos participantes (3,44%) declarou não credi-

tar na existência de medidas eficazes, enquanto 6,89% mencionaram outras ações não especificadas.

Os resultados evidenciam que os profissionais reconhecem a importância de intervenções organizacionais, educacionais e de gestão para o enfrentamento do estresse ocupacional e prevenção da Síndrome de Burnout, com destaque para o papel da liderança institucional.

Tabela 06 – Frequência os profissionais sentem exaustão emocional no trabalho, n.29, Município de Médio Porte do Sul de Minas Gerais, Brasil, 2026.

Variável do perfil	Valor	Valor Relativo
Nunca	02	6,90%
Raramente	02	6,90%
Às vezes	13	44,82%
Frequentemente	08	27,58%
Sempre	04	13,80%

Fonte: Autores da pesquisa (2026).

Conforme apresentado na Tabela 06, a maioria dos profissionais relatou vivenciar exaustão emocional em algum grau no ambiente de trabalho. Observou-se que 44,82% dos participantes referiram sentir exaustão emocional 'às vezes', enquanto 27,58% relataram esse sentimento 'frequentemente' e 13,80% 'sempre'.

Por outro lado, 6,90% dos profissionais afirmaram nunca vivenciar exaustão emocional, e a mesma proporção (6,90%) relatou ocorrência rara do sin-

toma.

Os achados indicam predominância de manifestações de exaustão emocional entre os profissionais avaliados, sugerindo presença recorrente de desgaste psíquico associado ao ambiente de trabalho em Terapia Intensiva.

DISCUSSÃO

Os achados deste estudo evidenciaram elevada frequência de sinais e sintomas relacionados à Síndrome de Burnout em profissionais de enferma-

gem atuantes em Terapia Intensiva, confirmando a relevância da temática no contexto da saúde do trabalhador. O ambiente de terapia intensiva caracteriza-se por elevada complexidade assistencial, pressão emocional constante, sobrecarga física e exposição contínua ao sofrimento humano, fatores que favorecem o adoecimento ocupacional e comprometem a qualidade de vida dos profissionais.

A predominância do sexo feminino observada em uma pesquisa que identificou a maior ocorrência de Burnout

entre mulheres na enfermagem¹⁷. Esse resultado pode estar relacionado à dupla jornada frequentemente vivenciada pelas profissionais, conciliando demandas laborais, familiares e sociais. Reforçam que as condições de trabalho da enfermagem, associadas à sobrecarga física e emocional, contribuem significativamente para o esgotamento profissional¹⁸.

Os elevados índices de fadiga física e mental constante e dores musculares identificados neste estudo confirmam os resultados encontrados em pesquisas apontando a exaustão emocional como importante preditor da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de UTI durante a pandemia da COVID-19². De forma semelhante, pesquisas destacam que jornadas prolongadas, déficit de profissionais, excesso de responsabilidades e pressão assistencial favorecem o desenvolvimento de sintomas físicos e emocionais relacionados ao Burnout⁷.

A irritabilidade e impaciência frequentes observadas entre os participantes também foram descritas em pesquisa que associaram o estresse ocupacional contínuo ao surgimento de alterações emocionais importantes, comprometendo relações interpessoais, desempenho profissional e qualidade da assistência prestada aos pacientes⁵.

A sensação de sobrecarga e incapacidade de lidar com as demandas laborais encontrada nesta pesquisa confirma os resultados já apresentados destacando o ambiente de terapia intensiva sendo um fator que expõe os profissionais a situações com elevada pressão psicológica, favorecendo sofrimento emocional, ansiedade e desgaste mental contínuo⁸.

As alterações do sono relatadas pelos participantes corroboram com os achados de pesquisas, que identificaram as elevadas prevalências de distúrbios do sono, ansiedade e esgotamento emocional em profissionais de enfermagem submetidos a condições intensas de trabalho durante a pandemia da COVID-19⁷.

Além disso, os resultados relacionados à dificuldade de concentração e lapsos de atenção aproximam-se das observações de encontradas em pesquisas que associaram o estresse ocupacional, fadiga emocional e comprometimento cognitivo em profissionais de enfermagem¹⁹.

A desmotivação e o sentimento de baixa realização profissional identificados neste estudo caracteriza-se como Síndrome de Burnout pela presença de exaustão emocional, distanciamento mental do trabalho e redução da eficácia profissional decorrentes do estresse ocupacional crônico⁴.

A elevada concordância dos profissionais quanto à presença de sintomas compatíveis com Burnout demonstra importante percepção coletiva acerca do adoecimento emocional no ambiente hospitalar. A utilização do Maslach Burnout Inventory (MBI) como importante instrumento para avaliação dos níveis de exaustão emocional, despersonalização e realização profissional²⁰.

No presente estudo, o apoio psicológico foi apontado como principal estratégia preventiva, demonstrando reconhecimento da importância do cuidado em saúde mental. Esse achado está em consonância com as orientações do Ministério da Saúde, que recomenda acompanhamento psicológico, equilíbrio entre vida pessoal e profissional e melhoria das condições de trabalho como medidas fundamentais para prevenção da Síndrome de Burnout²¹.

Outro aspecto relevante refere-se à valorização do suporte institucional e reconhecimento profissional como estratégias de enfrentamento. Esse resultado reforça as discussões propostas pelo Conselho Federal de Enfermagem e por outros autores, que defendem melhores condições de trabalho, redução da jornada laboral e fortalecimento de políticas voltadas à saúde do trabalhador na enfermagem^{22, 23}.

Dessa forma, os resultados desta pesquisa evidenciam que a Síndrome de Burnout representa importante pro-

blema de saúde ocupacional entre profissionais de enfermagem de Terapia Intensiva, demonstrando a necessidade de intervenções institucionais, ações preventivas e fortalecimento das políticas de promoção da saúde mental no ambiente hospitalar.

CONCLUSÃO

Conclui-se que os profissionais de enfermagem atuantes em Unidade de Terapia Intensiva e Centro de Terapia Intensiva apresentaram elevada frequência de sinais e sintomas relacionados à Síndrome de Burnout, evidenciando importante comprometimento da saúde física, emocional e psicológica desses trabalhadores.

Os resultados demonstraram predominância de manifestações compatíveis com desgaste ocupacional, destacando-se exaustão física e mental constante, dores musculares, irritabilidade, alterações do sono, dificuldade de concentração e sensação de sobrecarga laboral. Tais achados evidenciam que o ambiente de terapia intensiva, caracterizado por elevada pressão assistencial e emocional, favorece o desenvolvimento do sofrimento psíquico e do adoecimento ocupacional.

Além disso, observou-se elevada percepção dos profissionais acerca da presença de sintomas relacionados ao Burnout, reforçando a necessidade de maior atenção à saúde mental da equipe de enfermagem e ao impacto das condições de trabalho sobre a qualidade de vida desses profissionais.

Entre as principais estratégias preventivas destacaram-se apoio psicológico, momentos de descanso, hábitos saudáveis, suporte institucional, reconhecimento profissional e ações voltadas à educação permanente em saúde mental, demonstrando que medidas individuais e organizacionais são fundamentais para prevenção do esgotamento profissional.

Dessa forma, torna-se indispensável a implementação de políticas institucio-

nais e públicas que promovam valorização profissional, adequação do quantitativo de trabalhadores, redução da sobrecarga laboral e fortalecimento do cuidado em saúde mental no ambiente hospitalar.

Por fim, este estudo contribui para ampliação das discussões científicas relacionadas à Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de Terapia Intensiva, além de reforçar a importância do desenvolvimento de novas

pesquisas voltadas à prevenção do adoecimento ocupacional e promoção da qualidade de vida dos trabalhadores da saúde.

REFERÊNCIAS

- Rodrigues DB, Silva MCF, Almeida JRS, et al. A síndrome de burnout relacionada na atuação do enfermeiro no atendimento pré-hospitalar [trabalho de conclusão de curso]. Recife: Centro Universitário Brasileiro; 2021.
- Freitas RF, Barros IM, Miranda MAF, Freitas TF, Rocha JSB, Lessa AC, et al. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. J Bras Psiquiatr. 2021;70(1):12-20.
- Campos ICM, Andrade MBB, Oliveira RS, et al. Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas brasileiras. Arq Ciênc Saúde UNIPAR. 2020;24(3):187-195.
- World Health Organization. Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases (ICD-11) [Internet]. Geneva: WHO; 2019 [cited 2025 Oct 13]. Available from: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Souza MLA, Jewur JAS. Os impactos da síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem atuantes da Unidade de Terapia Intensiva Adulto (UTI). REAL. 2024;3(2).
- Leite MZ, Souza FRS, Silva RM, et al. Burnout na enfermagem: fatores de risco, impactos e estratégias de enfrentamento. Rev Nursing. 2025;29(320):10461-10468.
- Castro JA. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID-19: uma revisão bibliográfica. Ciênc Saúde. 2024;28(139).
- Ribeiro WA, Santos LCA. Reflexões sobre o estresse e a Síndrome de Burnout vivenciados por enfermeiros do Centro de Terapia Intensiva: perspectivas para a segurança do paciente. Conexão ComCiência. 2022;2(3).
- Fonseca JJS. Metodologia da pesquisa científica [Internet]. Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará; 2002 [citado 2025 out 9]. Disponível em: <http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/15F/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>
- Gil AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6ª ed. São Paulo: Atlas; 2008.
- Triviños ANS. Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas; 1987.
- Manzini EJ. Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros [Internet]. Marília: UNESP; 2003 [citado 2025 out 9]. Disponível em: https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Manzini_2004_entrevista_semi-estruturada.pdf
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Três Corações – MG: panorama [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE; 2022 [citado 2025 out 1]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/mg/tres-coracoes.html>
- Brasil. Casa Civil. Lei nº 14.874, de 28 de maio de 2024. Dispõe sobre a constituição do Sistema Nacional de Ética em Pesquisa com Seres Humanos [Internet]. Brasília: Diário Oficial da União; 2024 [citado 2025 set 27]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/114874.htm
- Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos [Internet]. Brasília: Diário Oficial da União; 2013 [citado 2025 set 28]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html
- Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais [Internet]. Brasília: Diário Oficial da União; 2016 [citado 2025 set 30]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html
- Rodrigues LM, Ferreira APS, Costa RSM, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. Rev Bras Promoç Saúde. 2024;37.
- Bardaquim VA, Robazzi MLCC, Terra FS, Mauro MYC. Reflexão sobre as condições de trabalho da enfermagem: subsídio às 30 horas de trabalho. Rev Enferm Contemp. 2019;8(2):171-181.
- Silva FC, Almeida RGS, Pereira LMS, Costa JRM, Souza TFA, Oliveira PR, et al. Association between stress mindset, work-related stress and burnout in nursing professionals: empirical research quantitative. Nursing Open. 2025;12(7):e70268.
- Santos JD, Oliveira MCS, Souza LRM, et al. Uso do instrumento Maslach Burnout Inventory como método diagnóstico para Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. Ciênc Biol Saúde Unit. 2020;6(1):189-196.
- Brasil. Ministério da Saúde. Síndrome de Burnout [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2025 [citado 2025 nov 8]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>
- Conselho Federal de Enfermagem. Existe vida além do plantão: pela jornada de 30 horas para Enfermagem já [Internet]. Brasília: COFEN; 2025 [citado 2025 nov 24]. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/existe-vida-alem-do-plantao-pela-jornada-de-30-horas-para-enfermagem-ja/>
- Gonçalves TS. "30h Já!": a PEC 19/2024 e a trajetória de luta da enfermagem pela redução da jornada de trabalho no Brasil [monografia]. Foz do Iguaçu: Universidade Federal da Integração Latino-Americana; 2025.