

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE GOIÁS- UNIGOIÁS
SUPERVISÃO DA ÁREA DE PESQUISA CIENTÍFICA-SAPC
CURSO DE ENFERMAGEM

**SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM
ATUANTES EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA**

ANA CLARA RODRIGUES ARAÚJO
MAYARA JORDANA ARAÚJO MARQUES
ORIENTADORA: DANYELA XAVIER LACERDA JUBÉ CASTRO

GOIÂNIA – GOIÁS
JUNHO/2025

ANA CLARA RODRIGUES ARAÚJO
MAYARA JORDANA ARAÚJO MARQUES

**SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM
ATUANTES EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS como pré-requisito para obtenção do título de bacharel. Na data de 11 de junho de 2025.

Prof^ª. Esp. Danyela Xavier Lacerda Jubé Castro
UNIGOIÁS/ Orientadora

Prof. Esp. Semi Melhem
UNIGOIÁS/ Examinadora

Prof^ª. Me. Danyelle Andrade dos Santos
UNIGOIÁS/ Examinadora

Aos nossos pais, dedicamos este trabalho com todo o amor que cabe em nossos corações. Pelo apoio incansável, pelos exemplos de força, coragem e perseverança, e por cada renúncia feita em silêncio para que este sonho se tornasse possível. Que este seja também um pedacinho da realização de vocês. Nossa eterna gratidão..

AGRADECIMENTOS

Agradecemos, primeiramente, a Deus, por nos dar forças e sabedoria para concluir esta etapa aos nossos pais, por serem nossa base, apoio e por acreditarem em nossos sonhos. Agradecemos também aos nossos professores, que compartilharam seus conhecimentos e dedicaram seu tempo ao longo dessa caminhada. Aos amigos, por todas as palavras de incentivo e pelos momentos de descontração que trouxeram leveza aos dias difíceis. A todos que, de alguma forma, contribuíram para que este trabalho se tornasse possível, deixamos nossa sincera gratidão.

“A enfermagem é uma arte; e para realizá-la como arte, requer uma devoção tão exclusiva, um preparo tão rigoroso, quanto a obra de qualquer pintor ou escultor; pois o que é tratar da tela morta ou do frio mármore comparado ao tratar do corpo vivo, o templo do espírito de Deus? É uma das belas artes; poder-se-ia dizer, a mais bela das artes!”

Florence Nightingale

SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM ATUANTES EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

Ana Clara Rodrigues Araújo¹
Mayara Jordana Araújo Marques²
Danyela Xavier Lacerda Jubé Castro³

Resumo: A Síndrome de Burnout é um distúrbio decorrente do estresse ocupacional crônico, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Profissionais de enfermagem que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) estão mais vulneráveis a essa síndrome devido à constante exposição a situações de alta pressão. O objetivo deste estudo é analisar a prevalência e os fatores associados à Síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em Unidades de Terapia Intensiva. Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, de abordagem qualitativa e exploratória. As fontes de dados foram extraídas de bases como BVS, LILACS, IBECs e MEDLINE, no período de 2015 a 2025. Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Burnout, Enfermagem e Unidade de Terapia Intensiva, cruzados com o operador booleano *AND*. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 10 artigos para compor a análise do estudo. Os resultados encontrados revelam alta prevalência de Síndrome de Burnout entre enfermeiros de UTI, com predominância dos sintomas de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Fatores como sobrecarga de trabalho, longas jornadas, múltiplos, pressão emocional, convivência com o sofrimento e a morte foram identificados como principais contribuintes para o desenvolvimento da síndrome. As discussões ressaltam a necessidade urgente de implementar ações institucionais de suporte psicológico, melhoria nas condições laborais e promoção da saúde mental. Conclui-se que os enfermeiros de UTI estão expostos a múltiplos fatores de risco para a Síndrome de Burnout, o que compromete tanto sua qualidade de vida quanto a qualidade da assistência prestada. A adoção de medidas preventivas, mostra-se essencial para minimizar os impactos da síndrome no ambiente hospitalar.

PALAVRAS-CHAVE: EXAUSTÃO PROFISSIONAL. PROFISSIONAL DA SAÚDE. CENTRO DE CUIDADOS INTENSIVOS. SAÚDE MENTAL. ESGOTAMENTO PROFISSIONAL.

¹ Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. E-mail: anaclaraa709@gmail.com

² Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. E-mail: mayaramarques132@gmail.com.

³ Docente do Centro Universitário de Goiás – UNIGOIÁS. Especialista em Docência do Ensino Superior pela Faculdade Única; MBA em Recursos Humanos pela UniGoiás; Urgência e Emergência pelo Instituto AMG; Unidade de Terapia Intensiva pelo Instituto AMG. E-mail: danyelajube@gmail.com.

INTRODUÇÃO

A enfermagem não surgiu inicialmente como uma profissão formal, mas como uma prática realizada desde os tempos antigos, antes de Cristo, por pessoas sem formação técnica. Com o passar dos séculos, essa atividade passou a ser exercida de forma mais coordenada por instituições religiosas voltadas à caridade. Foi apenas no século XIX que a enfermagem passou a ser reconhecida como área de ensino e formação, ganhando destaque por meio do trabalho de Florence Nightingale (Silveira-Alves *et al.*, 2020).

Florence, nascida em 1820, foi uma líder visionária que permanece relevante para a enfermagem e assistência à saúde até os dias atuais. Durante a Guerra da Crimeia, ela coletou dados e implementou melhorias que reduziram significativamente a mortalidade, contribuindo para a reorganização do sistema hospitalar com práticas voltadas à higiene e ao saneamento. Seu legado destaca a importância das políticas públicas de saúde, saneamento básico, alimentação adequada e dados epidemiológicos atualizados. Esses aspectos sustentam sua teoria ambientalista, que defende que o ambiente influencia diretamente na recuperação do paciente e na qualidade do cuidado prestado (Ayello, Sibbald, 2020; Riegel *et al.*, 2021).

Florence foi a primeira mulher nomeada membro da *Royal Statistical Society* (Sociedade Real de Estatísticas), uma instituição até então exclusiva para homens das ciências, e também integrou a Associação Estadunidense de Estatística. Sua contribuição histórica aos cuidados em saúde marca o início da etapa profissional da enfermagem. Reconhecida como a pioneira da enfermagem moderna, Florence tornou-se um paradigma da profissão, com méritos que influenciam diretamente a prática dos profissionais e a forma como a enfermagem é compreendida e classificada ao longo da história (Lugo *et al.*, 2023).

Atualmente, os enfermeiros continuam sendo impulsionados pelos ideais de Florence, sendo desafiados a prestar cuidados de forma competente em um cenário de constantes mudanças. Sua influência permanece na enfermagem até os dias de hoje com destaque em suas contribuições. Seus conceitos fundamentais permanecem como grande influência para a prática profissional, com ênfase na promoção de ambientes de cuidado saudáveis. (Riegel *et al.*, 2021).

A teoria ambientalista de Florence também é aplicável ao ambiente de trabalho dos profissionais, especialmente em contextos hospitalares complexos como as Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), consideradas espaços agressivos, tensos e emocionalmente desafiadores na ala hospitalar (Cardoso *et al.*, 2021).

As UTIs são ambientes restritos que dispõe de diversos recursos para o propósito de prestar assistência a pacientes gravemente acometidos, exigindo dos profissionais um alto nível

de capacitação, atenção constante os colocando em situações de grande estresse e resistência emocional. Essa alta exigência pode favorecer o surgimento da Síndrome de *Burnout* (SB), também conhecida como Exaustão Emocional (Paes *et al.*, 2022).

O conceito de *Burnout* foi cunhado em 1974, pelo psicanalista americano Herbert Freudenberger para descrever o esgotamento físico e mental observado em alguns profissionais de saúde, principalmente os que realizavam assistência aos drogadictos. Identificada inicialmente nas áreas de cuidados e serviços, a SB apresenta três dimensões, sendo elas: exaustão, despersonalização e baixa realização pessoal (Vieira, Russo, 2019).

Na prática da enfermagem, a SB é especialmente preocupante, pois os enfermeiros são os profissionais que mantêm maior aproximação com os pacientes e familiares, enfrentando situações emocionais intensas, principalmente no âmbito da UTI. Além de alta demanda por atualizações constantes em habilidades e conhecimentos, gerando consequentemente, desgastes físicos, psíquicos e emocionais caracterizados como fatores para o surgimento da SB, agravados pela exposição frequente à morte e luto, sendo essas situações somatórias (Alves *et al.*, 2021).

O profissional que consegue reconhecer os sinais da SB, tem preparo para preservar sua saúde, bem como a qualidade do cuidado prestado, pois o seu estado físico e emocional pode impactar negativamente no cuidado com o paciente, porém requer grande sensibilidade do profissional. A SB pode muitas vezes ser confundida apenas com o cansaço ou estresse, ou seja, é necessário considerar além dos aspectos físicos também os psíquicos e emocionais. Comumente os sintomas podem surgir de uma forma leve, no início, mas tendem a piorar com o passar do tempo, mas tendem a se agravar e, em casos extremos, podem levar à morte se não forem identificados e tratados adequadamente (Perniciotti *et al.*, 2020).

Diante disso, surgiu o seguinte questionamento: Quais são as medidas mais eficazes para a prevenção da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem que atuam em Unidades de Terapia Intensiva. Tendo assim, esse estudo como objetivo, identificar os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento da SB em enfermeiros que atuantes em UTIs e descrever os sintomas e complicações decorrentes da SB entre esses profissionais.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma Revisão Integrativa da literatura que permite a síntese de várias pesquisas disponíveis sobre determinado assunto e direciona a prática fundamentando-se em reconhecimento científico (Dantas *et al.*, 2022).

Para a elaboração desta pesquisa foram realizadas buscas através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da

Saúde (LILACS); Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências de la Salud (IBECS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), no período entre agosto de 2024 a abril de 2025. Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Burnout, Enfermagem, e Unidade de Terapia Intensiva, cruzados entre si utilizando-se o operador booleano AND.

Os critérios de inclusão iniciais foram: artigos no idioma português, com texto completo disponível, publicados entre o período de 2020 a 2025, porém com a baixa literatura encontrada o período foi ampliado para 2015 a 2025. Os critérios de exclusão foram: outros idiomas, teses e dissertações, artigos duplicados nas bases de dados ou incompletos e artigos anteriores a 2015.

As buscas resultaram em um total de 506 artigos. Destes 121 foram descartados por não corresponderem ao idioma da pesquisa; 192 por serem artigos de revisão ou tese. O refinamento da pesquisa seguiu-se pela leitura de títulos e resumos, onde 115 foram descartados por não atenderem aos critérios de pesquisa, restando 78 artigos. Posteriormente foi realizada a leitura na íntegra dos artigos completos, onde 10 foram selecionados para a composição desse estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A SB é caracterizada como um distúrbio emocional resultante de estresse crônico no ambiente ocupacional, afetando negativamente o desempenho profissional e a qualidade da assistência prestada. De acordo com Novaes Neto *et al.* (2019), a enfermagem é considerada a quarta profissão mais estressante do setor público ficando atrás dos professores, policiais e operadores de telemarketing, devido à alta carga de responsabilidades, jornadas extensas e complexidade das tarefas. Esse cenário contribui diretamente para o desenvolvimento da SB, especialmente em contextos de alta exigência, como as UTIs.

Diversos estudos destacam a alta prevalência da Síndrome de *Burnout* entre profissionais de saúde que atuam em UTI. Em pesquisa realizada por Moura *et al.* (2019) com 72 profissionais em quatro UTIs de hospitais de grande porte, observou-se que 70,8% apresentavam estresse em nível moderado e 18,1% em nível intenso. Da mesma forma Alvares *et al.* (2020), ao avaliarem 241 trabalhadores da saúde (enfermeiros e médicos) constataram que 28,9% demonstravam elevada exaustão emocional, 6,3% altos níveis de despersonalização e 10,9% baixos níveis de realização pessoal. Aragão *et al.* (2021) identificaram que 53,6% dos 65 enfermeiros avaliados apresentavam indícios da SB, com 41,0% apresentando alto nível de exaustão emocional, 6,5% despersonalização intensa, 17,05% baixo nível de realização pessoal e 30,5% despersonalização moderada.

Considerando que existe uma relação de esgotamento profissional e saúde mental entende-se que a UTI, por suas exigências emocionais e técnicas, representa um fator de risco adicional para a SB devido aos cuidados intensivos a pacientes críticos. Aragão *et al.* (2021) destacam que essas exigências, somadas à necessidade de atualização constante e à convivência com o sofrimento humano, geram sobrecarga e tornam os enfermeiros mais suscetíveis ao esgotamento.

Além disso, fatores como idade, sexo, estado civil, experiências profissionais, vários vínculos empregatícios, carga de trabalho e conflitos morais podem influenciar o surgimento da SB. É importante ressaltar que a sobrecarga de trabalho não está relacionada apenas ao número de horas trabalhadas, mas, à pressão psicológica gerada pelas altas demandas, que comprometem a qualidade da assistência e afetam a relação enfermeiro-paciente. Dessa forma, é essencial que sejam implementadas estratégias institucionais de prevenção e suporte à saúde mental dos profissionais (Castro *et al.*, 2020).

Entre as medidas preventivas destacam-se programas de apoio psicológico, melhoria das condições de trabalho e políticas de gestão que reduzam a carga emocional e física dos profissionais da UTI. A identificação precoce dos sintomas e a adoção de intervenções eficazes são essenciais para preservar a saúde mental dos enfermeiros e garantir um atendimento de qualidade aos pacientes (Castro *et al.*, 2020).

Possuir a consciência do que foi construído pelos nossos antecessores, nos faz ter conhecimento para o presente e não ter medo de desafiar o futuro, por isso a história da enfermagem deve despertar no enfermeiro o conhecimento sobre sua profissão, e o que se percorreu até os dias atuais (Dias; Dias, 2019).

A enfermagem moderna é o fruto do legado de Florence Nightingale, sendo uma figura que marcou um antes e um depois na história da enfermagem. Os seus feitos não pararam somente na enfermagem, atingindo outras áreas como bioestatística, epidemiologia e administração de saúde pública. Seu trabalho durante a Guerra da Crimeia inspirou a criação de unidades especializadas de cuidado intensivo, conceito que, mais tarde, evoluiu para as UTIs modernas (Lugo *et al.*, 2023).

As UTIs contemporâneas visam o cuidado contínuo de pacientes em estado grave. São estruturadas com base nos cinco pilares definidos por Nightingale, a atenção e cuidado com o ambiente focado em ventilação, calor, tranquilidade, dieta e limpeza, que aos olhos do cuidado, são os que garantem uma atenção abrangente e especial, para melhorar a condição de saúde do paciente. Esses elementos seguem sendo fundamentais para a assistência de qualidade, mas

também demandam muito dos profissionais, o que intensifica o risco de adoecimento (Lugo *et al.*, 2023).

Diante de tantas mudanças, os profissionais tornam-se suscetíveis a desgastes físicos e mentais, o que os predispõe ao desenvolvimento da SB. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), trata-se de uma síndrome caracterizada pelo esgotamento ou exaustão de energia, acompanhada de um aumento da distância mental em relação ao trabalho, sentimentos de negativismo ou cinismo e redução da eficácia profissional. Essa condição é resultado do estresse crônico no ambiente laboral, sendo os profissionais da saúde os mais propensos a desenvolvê-la, devido às diversas situações estressantes enfrentadas diariamente em sua rotina de trabalho (Valdes-Elizondo *et al.*, 2023; OMS, 2019).

A SB é reconhecida como “fenômeno ocupacional”, apresentando sintomas além da despersonalização, exaustão e baixa autoestima, e identificado sintomas de fadiga física, dores musculoesqueléticas, comprometimento na cognição, perturbação do sono e comprometimentos funcionais, podendo levar à depressão, ansiedade e crises de pânico. É sugerido que horas de trabalho extra, baixa qualidade de sono e longas jornadas de trabalho são as principais razões para o seu desenvolvimento (Chen *et al.*, 2024).

Christina Maslach psicóloga social e professora emérita de psicologia na Universidade da Califórnia, coautora da escala diagnóstica MBI (*Maslach Burnout Inventory*), descreve a SB como uma condição multidimensional, onde o indivíduo não consegue lidar adequadamente com o seu estresse, causando uma fadiga ou sensação de exaustão física e mental impedindo realização de tarefas pessoais e profissionais. Compromete tanto o bem-estar emocional quanto o desempenho funcional do indivíduo. A aplicação da MBI tem permitido avanços na pesquisa epidemiológica da SB em diversas áreas profissionais (Alvares *et al.*, 2020).

A escala diagnóstica MBI, é um instrumento psicométrico que avalia a presença e a intensidade dos sintomas da SB. Este instrumento foi validado no Brasil em 1997, por Álvaro Tamayo, renomado psicólogo colombiano que desempenhou um papel fundamental no desenvolvimento da Psicologia Social no Brasil. O formulário de avaliação, ilustrado pelos autores na Figura 1., pode ser aplicado individualmente ou em grupos, é constituído de 22 perguntas com as respostas em escala tipo Likert de 7 pontos (0 = “nunca” a 6 = “todos os dias”), atribuídas a três domínios: 1. Exaustão Emocional (EE), que se refere à sensação de estar emocionalmente sobrecarregado e esgotado pelo trabalho; 2. Despersonalização (DP), que se caracteriza por atitudes negativas, cínicas ou indiferentes em relação às pessoas; e 3. Realização Pessoal (RP), que mensura os sentimentos de competência e sucesso no trabalho e a baixa pontuação nesta dimensão indica diminuição da realização pessoal (Pereira, *et al.*, 2021).

Figura 1. Escala diagnóstica *Maslach Burnout Inventory* MBI-HSS traduzida.

	Item	Dimensão	Resposta (0-6)
1	Me sinto emocionalmente esgotado pelo meu trabalho.	Exaustão Emocional	
2	Me sinto exausto ao final do dia de trabalho.	Exaustão Emocional	
3	Me sinto cansado ao acordar e enfrentar mais um dia de trabalho.	Exaustão Emocional	
4	Trabalhar diretamente com pessoas me causa muito estresse.	Exaustão Emocional	
5	Me sinto esgotado por causa do meu trabalho.	Exaustão Emocional	
6	Sinto que estou no limite da minha capacidade emocional.	Exaustão Emocional	
7	Me sinto frustrado com o meu trabalho.	Exaustão Emocional	
8	Sinto que estou trabalhando demais.	Exaustão Emocional	
9	Trabalhar com pessoas o dia inteiro me exige muito esforço.	Exaustão Emocional	
10	Me tornei mais insensível com as pessoas desde que comecei este trabalho.	Despersonalização	
11	Tenho a impressão de que algumas pessoas com quem trabalho me culpam pelos seus problemas.	Despersonalização	
12	Trato alguns pacientes/clientes/usuários como objetos.	Despersonalização	
13	Me preocupo que este trabalho esteja me tornando emocionalmente insensível.	Despersonalização	
14	Não me importo realmente com o que acontece com algumas pessoas que atendo.	Despersonalização	
15	Consigo lidar de forma eficaz com os problemas das pessoas que atendo.	Realização Pessoal	
16	Me sinto cheio de energia no trabalho.	Realização Pessoal	
17	Contribuo positivamente para a vida das pessoas através do meu trabalho.	Realização Pessoal	
18	Me sinto realizado com o que faço profissionalmente.	Realização Pessoal	
19	Sou capaz de criar um ambiente relaxado com as pessoas que atendo.	Realização Pessoal	
20	Lido bem com os problemas emocionais das pessoas no meu trabalho.	Realização Pessoal	
21	Me sinto à vontade ao lidar com os problemas das pessoas.	Realização Pessoal	
22	Sinto que meu trabalho me permite fazer coisas valiosas.	Realização Pessoal	

Fonte: Elaborada pelos autores, com base em *Maslach* 1980.

A criação da escala diagnóstica MBI teve como objetivo a detecção da SB, antes descrita apenas como reação ao estresse, permitindo o avanço das pesquisas epidemiológicas e sua identificação em ocupações além das áreas da saúde e educação. Em alguns países, a síndrome é caracterizada como transtorno psiquiátrico para toda e qualquer ocupação profissional, porém em outros, como a França, sua classificação é restrita a determinadas categorias profissionais, como a de enfermeiros. No Brasil, a SB é reconhecida como doença relacionada ao trabalho desde 1999; contudo, seu conhecimento e compreensão ainda são limitados (Vieira; Russo, 2019).

Sabe-se que a enfermagem possui diversas atribuições e tarefas com grandes níveis de complexidade, o que muitas vezes ultrapassa a capacidade laboral dos profissionais, aumentando o risco de desenvolvimento da doença. Entender como trabalhar essas emoções

negativas pode ajudar com a diminuição de seu desenvolvimento, aumentando a qualidade de vida profissional e pessoal (COFEN, 2021).

Algumas medidas podem ser tomadas na prevenção da SB. Ações centradas no indivíduo, como adoção de hábitos de vida saudáveis pode influenciar de modo positivo contra a doença, suporte de suas redes sociais, além de uma psicoterapia focada na resposta individual. Ações de contexto organizacional com estratégias de adaptação para ajudar o profissional com emoções negativas e estresse, medidas como o planejamento adequado do ambiente laboral, gestão participativa, definição clara de funções e a promoção de um clima institucional saudável são fundamentais. E por fim um terceiro nível, com a combinação de estratégias individuais e organizacionais, implementadas de forma contínua e preventiva. Ressalta-se que a SB apresenta diferentes níveis de manifestação, os quais podem variar de acordo com a categoria profissional e com as exigências técnicas do ambiente de trabalho (Alvares *et al.*, 2020).

A prevenção da Síndrome de Burnout envolve o cuidado com três aspectos principais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Para combater a exaustão, recomenda-se a prática regular de atividades físicas e a manutenção de um sono de qualidade. A despersonalização pode ser amenizada por meio de atividades de lazer como o convívio com familiares e amigos. Já para melhorar a realização pessoal, é útil estabelecer pequenas metas que tragam senso de progresso. Além disso, é importante evitar o uso de substâncias psicoativas, pois elas afetam negativamente a saúde mental (Alvares *et al.*, 2020).

No Brasil, a SB é reconhecida como doença relacionada ao trabalho desde 1999, mas o conhecimento sobre o tema ainda é limitado. O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) tem promovido ações de suporte emocional, como o programa Enfermagem Solidária lançado em março de 2020 no auge da pandemia de COVID-19, promovendo práticas saudáveis e incentivando o autocuidado, proporcionando apoio emocional para enfermeiros, técnicos, auxiliares e estudantes. Em 2023, o programa foi reformulado e relançado com compromisso contínuo da saúde mental, sendo um modo de escuta para nossos profissionais em tempos difíceis. Seu acesso se dá por meio da plataforma COFEN Play (COFEN, 2021; COFEN, 2024).

O tratamento da Síndrome de Burnout deve ser multidimensional, incluindo psicoterapia, especialmente a cognitivo-comportamental, e, em casos moderados ou graves, o uso de psicofármacos como antidepressivos e ansiolíticos. Mudanças nos hábitos de vida e no ambiente de trabalho, como melhora do sono, prática de atividades físicas e fortalecimento das relações interpessoais, são essenciais para a recuperação. Essas medidas não só favorecem a melhora clínica, como também evitam o agravamento do quadro, que pode evoluir para depressão severa, problemas físicos ou até internações. A ausência de tratamento adequado

pode levar a consequências fatais, o que destaca a importância do diagnóstico precoce e de estratégias terapêuticas integradas (Benevides-Pereira, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada ao longo deste estudo permitiu compreender a complexidade e a gravidade da SB. Evidencia-se que a UTI, por sua natureza intensa e emocionalmente exigente, configura-se como um ambiente propício ao adoecimento psíquico dos profissionais de saúde. Os dados analisados sugerem que, além de representar um dos principais estressores físicos e psicológicos no contexto hospitalar, a UTI expõe seus trabalhadores a uma rotina exaustiva, tornando-os mais suscetíveis ao desenvolvimento da SB. Trata-se, portanto, de um problema recorrente e preocupante, que compromete não apenas a qualidade de vida dos profissionais, mas também a segurança e a qualidade da assistência prestada aos pacientes.

O aumento da prevalência da Burnout nos últimos anos reforça a importância de compreender as vivências dos profissionais que lidam diariamente com pacientes críticos e seus familiares. Durante o estudo ficou evidente que enfermeiros de UTI estão submetidos a longas jornadas de trabalho e a altas demandas de responsabilidade, o que agrava sua exposição ao esgotamento físico e emocional.

Reconhecer a SB como um problema de saúde ocupacional é um passo fundamental para a implementação de estratégias eficazes de prevenção e intervenção. A promoção de um ambiente de trabalho equilibrado, respeitoso e acolhedor, com o engajamento de gestores e equipes, pode fazer grande diferença no enfrentamento desse cenário.

Por fim, espera-se que este estudo contribua para mostrar a realidade enfrentada por enfermeiros em UTIs e sirva como incentivo à melhoria das condições de trabalho nessas unidades. É fundamental que a saúde mental dos profissionais seja encarada como prioridade, não seja vista como um privilégio, mas como uma responsabilidade ética, institucional e coletiva. O tema precisa ser debatido de forma contínua nos âmbitos acadêmico, profissional e político, visando à construção de ambientes laborais dignos, saudáveis e humanizados, para os profissionais que se arriscam todos os dias para levar assistência e cuidados de qualidade a aqueles que os cercam.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARES, Maria Emília Miranda; *et al.* Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde em unidades de terapia intensiva: estudo transversal de base populacional. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva** [online]. 2020, vol. 32, n. 2, pp.251-260. Disponível em: <https://criticalcarescience.org/article/burnout-syndrome-among-healthcare-professionals-in-intensive-care-units-a-cross-sectional-population-based-study/>

ALVES, Michelle Cardoso e Cardozo *et al.* Prevalência de esgotamento profissional em técnicos em enfermagem de uma unidade de Terapia Intensiva Adulto. **Rev. Bras. Enferm.** 74 (suppl 3). 2021 Acesso em: 18 fev. 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/ZYy9vW8mPmHTRfzLQRWdBZC/?lang=pt>.

ARAGÃO, Núbia Samara Caribé de *et al.* Síndrome de *Burnout* e Fatores Associados em Enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. Bras. Enferm.** 2021. Acesso em: 20 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0535>

AYELLO, Elizabeth A.; SIBBALD, R. Gary. “Data Not Chatta:” Florence Nightingale 's Nursing and Healthcare System Contributions. 2020. Acesso em: fev. 2025. Disponível em: https://journals.lww.com/aswcjournal/fulltext/2020/05000/_data_not_chatta___florence_nightingale_s_nursing.1.aspx

CASTRO, Carolina Sant’anna Antunes Azevedo *et al.* Síndrome de *burnout* e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. 2020. Acesso em: 20 mar. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/0103-507X.20200066>

CARDOSO, Soraya Bactuli et al. Unidade de Terapia Intensiva Pediátrica: reflexão à luz da teoria ambientalista de Florence Nightingale. 2021. Acesso em: 22 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1267>

COFEN. **Burnout em profissionais de saúde é um dos efeitos da pandemia.** 2021. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/burnout-em-profissionais-de-saude-e-um-dos-efeitos-da-pandemia/> Acesso em: 15 abr. 2025.

COFEN. **Enfermagem Solidária oferece escuta qualificada aos profissionais.** 2024. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/enfermagem-solidaria-oferece-escuta-qualificada-aos-profissionais/> Acesso: 15 abr. 2025.

DANTAS, H. L. de L. .; COSTA, C. R. B. .; COSTA, L. de M. C. .; LÚCIO, I. M. L. .; COMASSETTO, I. . Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. **Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem**, [S. l.], v. 12, n. 37, p. 334–345, 2022. DOI: 10.24276/rrecien2022.12.37.334-345. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/575> Acesso em: 1 fevereiro. 2025.

DIAS, Lucas de Paiva; DIAS, Marcos de Paiva. **Florence Nightingale e a História da Enfermagem.** 2019. Acesso em: 04 abr. 2025. Disponível em: <https://here.abennacional.org.br/here/v10/n2/a4.pdf>.

LUGO, Mirelys Sarduy *et al.* Florence Nightingale: precursora da prática de cuidados intensivos. 2023. Disponível em: <http://ref.scielo.org/rd4hpz> Acesso em: 05 abr. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. Maslach Burnout Inventory Manual. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1980.

MOURA, Reinaldo dos Santos et al. Estresse, burnout e depressão nos auxiliares e técnicos em enfermagem das unidades de terapia intensiva. 2019. Disponível em: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n54/pt_1695-6141-eg-18-54-79

NOVAES NETO, Eduardo Moreira et al. Fatores associados ao estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem em serviços de saúde de média complexidade. 2019. Acesso em: 20 mar. 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/zWRFNNmq8rWtWdXNSr4Q5nh/?format=pdf&lang=pt>

OMS. Burnout um "fenômeno ocupacional": Classificação Internacional de Doenças. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases> Acesso em: 16 abr. 2025.

PAES, Jéssica Loubak *et al.* Prevalence of *burnout* syndrome among nursing professionals in an emergency room and in an intensive care unit. 2022. Acesso em: 25 mar. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000386>

PEREIRA SS, FORNÉS-VIVES J, UNDA-ROJAS SG, PEREIRA-JUNIOR GA, JURUENA MF, CARDOSO L. Confirmatory factorial analysis of the Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey in health professionals in emergency services. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 2021;29:e3386. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.3320.3386>

PERNICIOTTI, Patrícia et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção: patricia perniciotti. Patrícia Perniciotti. 2020. Acesso em: 05 mar. 2025. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005

RIEGEL, Fernando et al. A teoria de Florence Nightingale e suas contribuições para o pensamento crítico holístico na enfermagem. 2021. Acesso em: 20 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0139>

SANTOS, Erick Natividade dos, *et al.* Saúde do trabalhador no ambiente hospitalar: fatores de risco para síndrome de *Burnout*. 2019. Acesso em: 22 fev. 2025. Disponível em: <https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/218/212>

SILVEIRA-ALVES, Aline *et al.* A história do cuidado desde suas origens até os tempos de pandemia. 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8077834.pdf> Acesso em: 6 abr. 2025.

TAMAYO, Álvaro. Relação entre a motivação para o trabalho e a síndrome de burnout. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 13, n. 3, p. 333-338, 1997.

VALDES-ELIZONDO, Giselle Dayana *et al.* Sintomas de *burnout* entre médicos e enfermeiros antes, durante e depois do cuidado de pacientes com COVID-19. 2023. Acesso em: 06 abr. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6820.4048>

VIEIRA, Isabela; RUSSO, Jane Araujo. Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. 2019. Acesso em: 25 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312019290206>.

YONG-HSIN, Chen et al. Burnout during the COVID-19 pandemic among nurses in Taiwan: the parental role effect on burnout. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12913-024-11159-w> Acesso em: 20 abr. 2025.