

RESUMO SIMPLES - CSAU - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**SÍNDROME DE BORNOUT, FATORES DE RISCO E MEDIDAS DE
PREVENÇÃO**

Dinael Aparecida De Almeida (dinaelalmeida167@gmail.com)

Isa Doris Gerônimo (idorisgeronimo25@gmail.com)

Everton Mariano Nascimento (goliardos96@gmail.com)

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM:
FATORES DE
RISCO E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

Resumo:

Introdução: A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicossocial provocado pelo estresse ocupacional crônico, sendo especialmente prevalente entre profissionais de enfermagem devido à intensa carga de trabalho, ao contato constante com o sofrimento humano e à ausência de apoio institucional. Essa condição afeta não apenas a saúde mental e física dos trabalhadores, mas também compromete a

qualidade da assistência prestada aos pacientes, configurando-se como um importante problema de saúde pública.

Objetivo: Analisar os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento da

Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem e discutir intervenções eficazes para sua prevenção e tratamento, tanto em nível individual quanto institucional.

Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica baseada em publicações científicas dos últimos dez anos, com foco em estudos originais disponíveis nos idiomas português e inglês. A seleção dos materiais foi realizada por meio de bases

de dados como SciELO, LILACS, Google Acadêmico e BVS, seguindo critérios de

inclusão e exclusão previamente definidos.

Resultados: Os estudos analisados indicam que a sobrecarga de trabalho, a baixa

autonomia, a escassez de recursos e a falta de apoio institucional estão entre os

principais fatores que favorecem o surgimento da síndrome. As intervenções mais

eficazes envolvem ações como incentivo ao autocuidado, suporte psicológico,

gestão adequada da carga horária, valorização profissional e melhorias nas

condições de trabalho. A atuação integrada entre profissionais, gestores e políticas

públicas é essencial para a mitigação dos efeitos da síndrome.

Conclusão: A Síndrome de Burnout representa um sério risco à saúde dos

profissionais de enfermagem e à qualidade dos serviços de saúde. A implementação

de estratégias preventivas e intervenções integradas é fundamental para a promoção

de ambientes laborais mais saudáveis e para a garantia da qualidade do cuidado

prestado.

Palavras-chave: Saúde mental. Condições de trabalho. Envolvimento emocional.

Palavras-chave: saúde mental; condições de trabalho;envolvimento emocional.