



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IESC / PIEPE

Burnout em profissionais de saúde que atuam em Unidades de Terapia Intensiva: uma abordagem na prevenção quinquenária

Linha: Pesquisa (B)

Cynara Baia Toscano Claudino¹, Juliana Cartaxo Trigueiro Delgado¹, Maria Eduarda Barbosa Carneiro¹, Raísa Nóbrega Henriques¹, Thaize Carneiro Abrantes de Oliveira¹, Alysson Kennedy Pereira de Souza¹

¹ Faculdade de Medicina Nova Esperança – Famene, João Pessoa -PB

RESUMO

Introdução: Profissionais de Unidades de Terapia Intensiva (UTI) enfrentam estressores crônicos, como alta carga de trabalho, decisões em contextos de mortalidade e contato constante com sofrimento, tornando-os vulneráveis à síndrome de burnout, definida pelas dimensões de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Prevalências superiores a 30% entre médicos e enfermeiros têm sido observadas, repercutindo negativamente na segurança do paciente e desempenho institucional, especialmente em momentos críticos como a pandemia de COVID-19. **Objetivos:** Analisar as evidências sobre fatores de risco, estratégias preventivas e intervenções efetivas para prevenção do burnout em profissionais de UTI, com enfoque na abordagem quinquenária. **Metodologia:** Revisão narrativa de publicações entre 2010 e 2025 nas bases PubMed, SciELO, LILACS e Web of Science, utilizando descritores como burnout, intensive care unit, prevention, intervention, prevenção quinquenária e healthcare workers, incluindo revisões sistemáticas, meta-análises e ensaios clínicos. Foram excluídos trabalhos secundários e focados em populações não adultas, priorizando artigos que abordam tanto estratégias individuais quanto organizacionais de prevenção. **Resultados e Discussão:** Entre os principais fatores de risco estão sobrecarga laboral, turnos noturnos, ausência de reconhecimento e falta de apoio, enquanto intervenções baseadas em mindfulness, grupos reflexivos e regulação emocional demonstram benefícios moderados, potencializados por medidas institucionais como ajuste de escalas, fortalecimento da liderança e promoção de espaços inovadores, como death cafés, favorecendo o senso de comunidade e a saúde mental dos trabalhadores. **Conclusão:** A prevenção quinquenária do burnout requer integração entre ações organizacionais, apoio psicológico e capacitação individual, promovendo bem-estar, sustentabilidade das equipes de UTI e segurança do paciente.

Palavras-chave: Burnout; Prevenção Quinquenária; Saúde Mental.