

# REVISÃO INTEGRATIVA OU REVISÃO SISTEMÁTICA - CIÊNCIAS HUMANAS

## **BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE**

*Vitória Blank Kreitlow (vitoriablankk@gmail.com)*

*Tatiele Fasolo Da Silva (tatielefsilva123@gmail.com)*

A Síndrome de Burnout é reconhecida como um distúrbio emocional e ocupacional decorrente da exposição prolongada ao estresse no ambiente de trabalho, caracterizado por exaustão física e mental, despersonalização e redução da realização profissional. Entre os profissionais da saúde, essa condição é mais prevalente devido ao contato constante com o sofrimento humano, sobrecarga laboral, jornadas extensas, responsabilidades éticas e escassez de recursos institucionais. Este estudo teve como objetivo analisar o perfil dos profissionais acometidos, identificar os principais fatores de risco, descrever as consequências do adoecimento e apontar estratégias de enfrentamento e prevenção, por meio de uma revisão bibliográfica. A pesquisa foi realizada entre março e maio de 2025, nas bases SciELO e Google Acadêmico, considerando publicações entre 2015 e 2025, com a seleção final de 18 artigos científicos. Os resultados apontaram que médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, psicólogos e fisioterapeutas compõem os grupos mais afetados, com maior incidência entre mulheres e profissionais em início de carreira. Os principais fatores de risco identificados foram sobrecarga de trabalho, pressão por produtividade, falta de reconhecimento institucional, baixa autonomia, conflitos interpessoais, dupla jornada e exposição contínua à dor, sofrimento e morte. As consequências mais frequentes incluem exaustão

emocional, ansiedade, depressão, distúrbios do sono, irritabilidade, distanciamento afetivo, redução do desempenho e abandono da profissão. No âmbito institucional, destacam-se absenteísmo, rotatividade elevada, falhas no atendimento e aumento de custos com afastamentos laborais. As estratégias de prevenção englobam ações individuais, como autocuidado, suporte psicológico e fortalecimento da resiliência, aliadas a medidas institucionais, como clima organizacional saudável, liderança empática, valorização profissional e políticas de saúde mental. Conclui-se que o Burnout é um fenômeno multifatorial e crescente, cuja mitigação exige intervenções integradas entre profissionais, gestores e instituições de saúde.

Palavras-chave: burnout; estresse; profissionais da saúde; saúde mental; trabalho.