

SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE MÉDICOS NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

BURNOUT SYNDROME AMONG PHYSICIANS IN BRAZIL: AN INTEGRATIVE REVIEW

Eixo Temático: 01

Alina Lara Oliveira Coelho Moura¹, Ana Cecília Lavor Neri Rodrigues¹, Everardo de Oliveira Júnior¹, Gabriela Alcoforado Lima²

1. Acadêmico(a) do curso de Medicina da Afya Uninovafapi. 2. Professora do curso de Medicina e membro do Núcleo de Pesquisa Científica da Afya Uninovafapi.

E-mail: gabriela.alcoforado@afya.com.br

RESUMO

Introdução: O estudo consiste em uma revisão integrativa da Síndrome de Burnout na prática médica, contextualizando-a como uma resposta prolongada a estressores ocupacionais crônicos e como um grave problema de saúde pública que compromete a qualidade assistencial e eleva o risco de erros médicos. **Objetivos:** Identificar os determinantes do esgotamento profissional na classe médica brasileira; caracterizar a produção científica recente e propor estratégias de enfrentamento e prevenção aplicáveis ao contexto laboral. **Métodos:** Foi utilizada a metodologia de revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e de caráter descritivo, a partir de buscas nas bases de dados PubMed e LILACS por artigos publicados entre 2021 e 2026. **Conclusão:** Conclui-se que o burnout apresenta elevada prevalência (60-75%) na classe médica no Brasil e é catalisado por falhas estruturais como cargas horárias superiores a 60 horas semanais, privação de sono e múltiplos vínculos empregatícios. O enfrentamento eficaz do fenômeno depende de uma reforma institucional e de intervenções organizacionais, como a redução da carga laboral e a criação de grupos de apoio – medidas que demonstraram reduzir entre 20% e 30% os casos registrados.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Prática médica; Estresse Ocupacional; Condições de Trabalho.

ABSTRACT

Introduction: This study consists of an integrative review of Burnout Syndrome in medical practice, contextualizing it as a prolonged response to chronic occupational stressors and a serious public health problem that compromises the quality of care and increases the risk of medical errors. **Objectives:** To identify the determinants of burnout among Brazilian medical professionals; to characterize recent scientific production and to propose coping and prevention strategies applicable to the work context. **Methods:** The methodology used was an integrative literature review, with a qualitative and descriptive approach, based on searches in the PubMed and LILACS databases for articles published between 2021 and 2026. **Conclusion:** It is concluded that burnout has a high prevalence (60-75%) among medical professionals in Brazil, and is catalyzed by structural flaws such as work schedules exceeding 60 hours per week, sleep deprivation, and multiple employment relationships. Effectively addressing this phenomenon depends on institutional reform and organizational interventions, such as reducing workloads and creating support groups – measures that have been shown to reduce registered cases by between 20% and 30%.

Keywords: Burnout Syndrome; Medical Practice; Occupational Stress; Working Conditions.

INTRODUÇÃO

A síndrome de burnout representa hoje um dos maiores desafios para a sustentabilidade do sistema de saúde brasileiro, afetando tanto a integridade do profissional de saúde quanto a própria segurança e qualidade das atividades assistenciais. A base conceitual da condição apoia-se no clássico modelo tridimensional desenvolvido por Maslach e Jackson (1981)¹, que caracteriza o esgotamento por meio de três pilares: a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização profissional. Esse modelo serve de referência para analisar o sofrimento psíquico em ocupações que envolvem alto desgaste emocional e contato interpessoal direto, como ocorre na medicina.

No âmbito institucional, a Organização Mundial da Saúde (2019)² oficializou o burnout na CID-11 sob o código QD85, classificando-o estritamente como um fenômeno ocupacional. Essa consolidação normativa é fundamental por deslocar o foco da responsabilidade do trabalhador individual para a organização e a gestão dos riscos psicossociais no ambiente de trabalho. No Brasil, observa-se uma prevalência bastante preocupante em unidades de alta complexidade e nos setores fechados, onde a pressão constante pela tomada de decisões rápidas e o contato direto com o risco de morte elevam o estresse a níveis nocivos (ZANIN et al., 2023)³.

Os principais elementos geradores desse quadro decorrem de uma precarização estrutural da prática médica, manifestando-se na sobrecarga de trabalho, nas extensas jornadas e no acúmulo de múltiplos vínculos de emprego, conforme analisado por Trovó et al. (2025)⁴ e por Lemos et al. (2023)⁵. Desse modo, os impactos da síndrome vão além do sofrimento individual do médico, gerando repercussões que recaem sobre a segurança do paciente e elevam substancialmente as chances de ocorrência de erros médicos (PETRINI; ANDRADE; MAGNO, 2025)⁶.

Esse panorama crítico fundamenta a necessidade deste estudo, cujo objetivo geral é identificar os determinantes do esgotamento profissional na classe médica brasileira, a fim de construir ações de enfrentamento e de melhorias organizacionais nas instituições de saúde. Para tanto, têm-se por objetivos específicos caracterizar a produção científica nacional sobre a síndrome, mapear os principais fatores de risco ocupacionais e sociais no país e sugerir estratégias de prevenção e intervenção focadas no ambiente de trabalho.

MÉTODO

Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenhada para analisar, sintetizar e identificar as evidências científicas disponíveis sobre a síndrome de burnout na prática médica no Brasil. A formulação da pergunta de pesquisa foi estruturada a partir da estratégia PICO, na qual a População (P) foi definida como médicos intensivistas, o Interesse (I) centrou-se na síndrome de burnout, o Contexto (C) foi considerado não aplicável e o Desfecho (O) foi delimitado aos fatores de risco e às estratégias de enfrentamento. Desse modo, estabeleceu-se como questão norteadora: “Quais são as evidências científicas sobre os fatores de risco e as estratégias de enfrentamento da síndrome de Burnout em médicos no Brasil?”.

A estratégia de busca envolveu consultas sistemáticas nas bases de dados PubMed e LILACS, empregando os descritores “burnout”, “médicos” e “Brasil”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. Para a seleção dos materiais, foram adotados critérios de elegibilidade bem definidos: foram incluídos apenas trabalhos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis na íntegra e que abordassem especificamente a ocorrência de burnout na classe médica no Brasil. Em contrapartida, foram sumariamente excluídos artigos duplicados entre as bases, pesquisas que investigavam o adoecimento em outras categorias de profissionais da saúde e publicações que não respondiam diretamente à questão norteadora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados compilados revelam que o burnout na medicina brasileira não é uma falha de adaptação individual, e sim o sintoma de uma crise sistêmica que corrói as bases da assistência à saúde no país. A prevalência identificada de 60-75% na classe médica é agravada por uma crise de higiene do sono: 80% dos profissionais relatam má qualidade do sono, fator que Zanin et al. (2023)³ e Trovó et al. (2025)⁴ associam à perda progressiva da capacidade adaptativa, especialmente entre os residentes. A análise do perfil laboral revela que a fragmentação em três ou mais vínculos resulta em um aumento de 40% nos níveis de estresse emocional. O impacto produtivo é severo: Lemos et al. (2023)⁵ demonstram uma queda de 30% na proatividade e na qualidade do trabalho nesses casos, evidenciando como a sobrecarga estrutural deteriora o desempenho profissional.

Quanto à mitigação de riscos, os dados são decisivos: o burnout está associado a um risco de erro médico de 2,2% em episódios de fadiga extrema, o que aponta para a urgência de discutir mudanças organizacionais. Intervenções baseadas na redução da carga horária e na implementação de grupos de apoio demonstraram reduzir a incidência da síndrome em 20% a 30% (PETRINI; ANDRADE; MAGNO, 2025)⁶. Portanto, o suporte psicológico isolado é apenas um paliativo se não houver uma reforma na gestão das escalas e no suporte institucional.

CONCLUSÃO

Este estudo reafirma a relevância estratégica da saúde mental do profissional médico como pilar indispensável para garantir a segurança do paciente e resguardar a sustentabilidade sistêmica dos serviços de saúde. A síndrome de burnout no cenário brasileiro revela-se um fenômeno eminentemente multifatorial, alimentado tanto pelo rigor da formação acadêmica quanto pela precarização das condições laborais, pela fragmentação dos vínculos empregatícios e por jornadas de trabalho exaustivas.

Os achados indicam que o enfrentamento eficaz do esgotamento exige, necessariamente, uma transição do foco individual para o organizacional, evidenciando que iniciativas isoladas de suporte psicológico são insuficientes quando desacompanhadas de intervenções ergonômicas estruturais na organização e na carga de trabalho dos serviços de saúde. Ademais, em decorrência da escassez de investigações brasileiras de alto rigor metodológico e do número reduzido de artigos elegíveis nesta revisão, torna-se imperiosa a expansão da produção científica nacional por meio de pesquisas recentes que apresentem maior nível de evidência científica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, v. 2, n. 2, p. 99–113, 1981.
2. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Burn-out, an occupational phenomenon: International Classification of Diseases (ICD-11). Geneva: WHO, 2019. Disponível em: <https://www.who.int>.

3. ZANIN, Gabriel et al. Síndrome de burnout em médicos: fatores associados e impactos na saúde mental. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12126>.
4. TROVÓ, Marina et al. Síndrome de burnout em médicos atuantes em serviços de alta complexidade. Revista Espaço para a Saúde, 2025. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/1073>.
5. LEMOS, João Victor et al. Burnout em médicos: fatores de risco e estratégias de enfrentamento. Revista Eletrônica Multidisciplinar em Saúde, 2023. Disponível em: <https://editoraintegrar.com.br/publish/index.php/remis/article/view/3942>.
6. PETRINI, Ana Paula; ANDRADE, Lucas; MAGNO, Rafael. Impactos da síndrome de burnout na prática médica: revisão de literatura. Revista de Desenvolvimento Profissional, 2025. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/1474>.