



SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE, DIANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Natália Cristina da Silva

Orientador (a): Márcio Lobosque

RESUMO: Diante da pandemia do coronavírus, os profissionais de saúde se viram diante de uma nova realidade de trabalho. O vírus SARS-CoV-2, causador da doença covid-19, mudou a rotina de trabalho desses profissionais, afetando sua carga horária, seus hábitos de vida e diversos outros aspectos do seu dia-a-dia. Surge, portanto, uma maior preocupação quanto à saúde mental dos profissionais que atuam na linha de frente ao combate do coronavírus. Sendo assim, o objetivo do presente artigo é compreender o impacto da pandemia na saúde mental dos trabalhadores da área da saúde, analisando o nível de *burnout* nos profissionais estudados. O foco se concentra na compreensão de tal síndrome e a forma como a pandemia pode contribuir para desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* ou Síndrome do Esgotamento Profissional. Para isso, será feita uma análise dos sinais e sintomas da síndrome e as formas de tratamento, caso ela venha a se manifestar. A pesquisa se dará a partir da abordagem quantitativa de caráter descritivo, dessa forma, a coleta de dados virá diante da aplicação de um questionário. O questionário utilizado foi uma adaptação da versão criada por Chafic Jbeili, inspirada no MBI (Maslach Burnout Inventory). Esse estudo é de suma importância, visto que, a covid-19 ainda está fortemente presente e, os profissionais de saúde são figuras essenciais nessa nova realidade mundial.

Palavras-chave: Burnout. Pandemia. Coronavírus. Profissionais da saúde. Jbeili.

1. INTRODUÇÃO

A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2 potencialmente grave e de elevada transmissibilidade. Essa doença trouxe como consequência uma nova condição mundial, uma pandemia sem precedentes vistos antes. Tal condição mundial colocou em pauta uma preocupação ainda maior quanto à saúde física e emocional dos profissionais de saúde. Sem sombras de dúvida, um cenário pandêmico traz alarde por parte dos cidadãos e uma cobrança muito grande aos profissionais que estão atuando na linha frente ao combate da covid-19. Não é de hoje que se estuda a maneira como o trabalho afeta a vida do trabalhador e, diante de um cenário como esse, vem à tona a Síndrome de *Burnout* ou Síndrome do Esgotamento Profissional.

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), a Síndrome de *Burnout* “é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade”. Sendo assim, ela é conhecida como uma doença que causa desgaste emocional devido ao estresse no trabalho.

Considerando a relevância do tema e a progressão da pandemia no nosso país, faz-se necessário compreender até que ponto uma situação pandêmica afeta física e emocionalmente profissionais da área da saúde e, quais fatores contribuem para isso. Além disso, é necessário destacar quais sinais e sintomas um profissional apresenta quando possui a Síndrome de *Burnout*. E por fim, elencar quais ações podem influenciar na prevenção dessa doença ocupacional, bem como qual deve ser o tratamento para a mesma. Dessa forma, busca-se saber: qual o nível de *burnout* nos profissionais da área da saúde que estão atuando na linha de frente ao combate à Covid-19?

Esse estudo se justifica pela importância de se discutir essa temática, visto que, os profissionais da saúde são uma das figuras principais para extinguir essa doença que assola o mundo. Sendo assim, é necessário entender de que maneira uma situação estressante de trabalho, tendo como cenário a pandemia que vivemos, pode afetar as áreas profissionais e pessoais dos trabalhadores que atuam na linha de frente da luta contra a Covid-19.

O objetivo geral dessa pesquisa, sustentada pelas bibliografias pertinentes por meio de estudo de caso, é compreender a Síndrome de *Burnout* e a maneira como ela atinge os profissionais de saúde em tempos tão difíceis quanto o atual. Tomar-se-á como objetos de estudo profissionais da área da saúde que trabalham efetivamente no combate da covid-19.

Para realização desse estudo foi utilizada a abordagem quantitativa de caráter descritivo, através da aplicação de um questionário. Tal questionário foi inspirado na adaptação feita por Chafic Jbeili do MBI (Maslach Burnout Inventory). Dessa forma, para a presente pesquisa fez-se uma adequação do questionário supracitado para melhor compreensão da Síndrome de *Burnout*, tendo como contexto o cenário de pandemia que o mundo vive desde o ano de 2020. A partir daí, será possível coletar informações de interesse, que darão importância e relevância ao assunto abordado nesse trabalho. Os profissionais participantes da pesquisa atuam nas cidades de São João Del Rei e Tiradentes, ambas localizadas em Minas Gerais. Devido às medidas de isolamento social vigentes, a pesquisa foi feita de forma online, através do Google Forms.

Esse artigo está estruturado em tópicos que abrangem: a Síndrome de *Burnout*: conceitos e definições; Sinais e sintomas da síndrome de *burnout*; e por fim, Síndrome de *Burnout* e os profissionais de saúde.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 SÍNDROME DE *BURNOUT*: CONCEITO E DEFINIÇÕES

A Síndrome de *Burnout* é um distúrbio psíquico que vem sendo estudado desde o século XX. Ele é caracterizado pelo estado de tensão emocional e estresse, provocados por condições de trabalho desgastantes. O início do estudo dessa síndrome é atribuído ao psiquiatra nova-iorquino Herbert Freudenberg (1974), ele observou um esgotamento emocional gradual, levando a perda de motivação e redução do comprometimento com o trabalho. Esse estudo foi feito numa clínica de dependentes químicos em Nova York. O pesquisador descreve o *burnout* como uma síndrome psicológica que decorre da gradativa diminuição de energia, da perda de motivação e comprometimento profissional, acompanhadas de sintomas tanto físicos, quanto emocionais. Dessa forma, diz-se que “... a síndrome é decorrente da exaustão emocional humana, ou seja, uma condição em que o sujeito tem suas energias consumidas” (FERRARI, 2008).

Antes do termo técnico, Síndrome de *Burnout*, a patologia possuiu outras nomenclaturas, como: Síndrome do Assistente Desassistido e Síndrome do Cuidador Descuidado. Nos dois casos, o nome revela a falta de atenção que o profissional tem consigo próprio. Evidencia um cuidar do outro e não de si próprio. Muitos psicólogos utilizam-se, inclusive, da metáfora da brasa que virou cinza para mostrar, de maneira figurada, o sentimento que seus pacientes possuem ao pensar no próprio trabalho (SANTOS, 2009).

Historicamente, muitos autores buscaram compreender a relação do *burnout* com o estresse. França *et al.* (2010), através de suas pesquisas, observou que o avanço nos estudos sobre o estresse no ambiente organizacional evidenciou a Síndrome de *Burnout*, que é caracterizada pela perda de sentido do labor e todo o esforço necessário para realizá-lo. Para esse autor, o *burnout* é uma consequência do estresse no trabalho. Nesse sentido, a rotina trabalhista passa a ser um fardo desnecessário para o profissional. Portanto, pode-se enfatizar que a Síndrome de *Burnout* apresenta um conjunto de sinais e sintomas físicos e psicológicos que aparecem em virtude da má adaptação do trabalhador ao ambiente de trabalho, visto que, tal ambiente pode ser bastante estressante e com grande carga tensional (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Mesmo que alguns estudiosos apontem uma relação direta entre o *burnout* e o estresse, outros não concordam com esse posicionamento. Pereira (2002) e Campos (2005) diferem o *burnout* do estresse alegando que este ainda pode ser positivo ou negativo. Segundo Seaward (2009), o estresse positivo é chamado de eustresse e o estresse negativo é conhecido como distresse. Os dois são reações diante das adversidades do dia-a-dia no ambiente de trabalho. O eustresse e o distresse são antagônicos, visto que, o primeiro tipo é motivador e o segundo desmotivador. Portanto, se tratando de Síndrome de *Burnout* ela é sempre negativa, já que ela é prejudicial tanto para o profissional, quanto para a organização. Dessa forma, o *burnout* tem como característica a presença de atitudes negativas que prejudicam o profissional no seu ambiente de trabalho, enquanto o estresse “aparece como um desfalecimento pessoal que interfere na vida do indivíduo e não necessariamente na sua relação com o trabalho” (MENDES, 2002, p.37).

Apesar da literatura apontar diversas definições para a palavra *burnout*, Maslach e Jackson (1981) destacam que o termo refere-se a um estado de esgotamento, tanto físico quanto mental, causado, principalmente, pela rotina profissional. Sendo assim, tal conceito pode ser utilizado para definir aquele profissional que chegou ao seu limite e por falta de energia, não tem mais condições físicas e mentais de desenvolver suas atividades laborais. E consequentemente, é consumido pela própria rotina de trabalho (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

A síndrome de burnout corresponde à resposta emocional às situações de estresse crônico em razão de relações intensas de trabalho com outras pessoas, ou de profissionais que apresentem grandes expectativas com relação a seu desenvolvimento profissional e dedicação à profissão e não alcançam o retorno

esperado. Decorre de um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhado de sintomas físicos e psíquicos. (JODAS; HADDAD, 2009, p. 193).

A Síndrome de *Burnout* é um adoecimento já regulamentado pela legislação trabalhista brasileira, a partir do decreto nº 3048 de 06/05/1999. O profissional acometido com essa síndrome pode, inclusive, se afastar temporariamente do trabalho. Benevides - Pereira (2002) destaca que ela compõe o grupo V da CID-10 (Classificação Internacional de Doenças), composto por transtornos mentais e do comportamento relacionado ao trabalho. O decreto citado acima regulamenta a Previdência Social e aponta a Síndrome de *Burnout* como agente patogênico, ou seja, capaz de causar doenças ocupacionais, conforme o artigo 20 da Lei nº 8213/91. Para melhor compreender o termo *burnout*, é importante destacar que ele vem da língua inglesa *to burn out*, e designa algo que deixou de funcionar por falta de energia. O uso de tal palavra tem como função definir as pessoas que se sentem consumidas física e emocionalmente pelo próprio trabalho (TAMAYO, 2008).

Segundo os autores Sala Nova e Llorens (2008), a Síndrome de *Burnout* vem sendo definida como problema de saúde pública, devido às consequências que gera para a saúde física e mental do trabalhador, comprometendo a qualidade de vida no ambiente de trabalho e, até mesmo, sua vida pessoal. Portanto, pode-se entender que o *burnout* não se restringe apenas a vida profissional do trabalhador. Isso porque o indivíduo que possui essa síndrome perde o interesse por suas obrigações diárias, lazer e a motivação para conviver com outras pessoas. Consequentemente, o profissional com *burnout* pode vir até mesmo a se afastar de seus familiares e amigos (LOUREIRO, 2008).

Observa-se que a Síndrome de *Burnout*, atinge, na maioria das vezes, profissionais que atuam diretamente com outras pessoas. Entram nesse grupo, vendedores, professores, policiais e profissionais de saúde, visto que, as condições de trabalho, contribuem para a propensão de desenvolver a síndrome de esgotamento profissional. “Os baixos salários, as expectativas frustradas, as horas incessantes de trabalho e os plantões infundáveis, justamente com a multiciplidade de atividades, não poderia deixar os médicos imunes” (BARBOSA G., 2007. p. 146)”.

Os fatores que contribuem para o aparecimento do *burnout* estão diretamente associados às relações interpessoais, especialmente, nos profissionais da saúde, onde estão lidando, frequentemente, com doentes em situação de fragilidade, sofrimento ou até mesmo morte. Portanto, são predispostos a desenvolver a Síndrome de *Burnout*. De acordo com

Campos (2005) “o desgaste provocado pelo contato direto com pacientes, maior atenção do trabalhador em relação ao usuário, contato constante com sofrimento, dor e muitas vezes a morte” são fatores que colocam os profissionais de saúde frente a frente com uma doença mental. Caso tais profissionais não estejam preparados psicologicamente para suportar as adversidades do dia-a-dia no trabalho, eles estarão ainda mais sujeitos à sobrecarga física e mental das atividades laborais. Podendo levar a insatisfação no meio profissional e, conseqüentemente, prejudicando o processo de trabalho (GOMES, *et al.*, 2006).

Para Lemos e Brasileiro (2012), a falta de proteção adequada, as condições inadequadas de trabalho, as atividades cansativas, as longas jornadas de trabalho, os superiores, o ambiente físico de trabalho, dentre muitos outros fatores, contribuem diretamente para o aparecimento da Síndrome de *Burnout*. Nesse cenário, diante de tantas adversidades no trabalho que favorecem o aparecimento dessa síndrome, nota-se que ela compromete, diretamente e, de forma gradual a motivação. (POTTER, 1980).

Maslach e Leiter (1997) destacam, através de seus estudos, que o ambiente organizacional tende a criar, naturalmente, um cenário de tensão entre o trabalhador e o trabalho. Dessa forma, é provável que se desenvolva uma condição propícia para o aparecimento da Síndrome de *Burnout*, visto que ela se deriva da elevada exaustão física, emocional e mental, devido ao excessivo envolvimento, a longo prazo, em situações emocionalmente desgastantes (STATEN, 2019).

Para melhor compreensão da Síndrome de *Burnout* é possível dividi-la em três dimensões: *burnout* pessoal, *burnout* relacionado ao trabalho e *burnout* relacionado com o cliente/paciente. O *burnout* pessoal corresponde ao grau de exaustão física e mental. É experienciada pela pessoa e aplica-se a todos os trabalhadores. Essa dimensão apresenta-se com sintomas gerais de exaustão física e emocional e nem sempre estão relacionadas com determinada situação no ambiente de trabalho. O *burnout* relacionado ao trabalho refere-se ao grau de cansaço físico e psicológico. É a exaustão percebida pela pessoa em relação ao seu trabalho e aplica-se também a todos os profissionais. Essa dimensão corresponde a sintomas de exaustão que estão relacionadas, especificamente, com o trabalho da pessoa. E por último, o *burnout* relacionado com o cliente/paciente, avalia o grau de exaustão física e emocional que é percebido pelo indivíduo com relação aos seus clientes/pacientes. Essa dimensão aplica-se, exclusivamente, aos trabalhadores de serviços humanos, ou seja, profissionais que lidam diretamente com pessoas no seu dia-a-dia (BORRITZ *et al*, 2004).

Quanto à idade dos profissionais que tendem a desenvolver a Síndrome de *Burnout*, de acordo com Santos e Cardoso (2010), ela acomete mais facilmente os profissionais bastante motivados e jovens, uma vez que os mesmos ainda não sabem lidar com as adversidades que o ambiente de trabalho pode apresentar. Além disso, eles podem não saber lidar com as decepções e a tensão causada pelo trabalho. O fato de querer trabalhar excessivamente até atingir o ápice, ou seja, suas metas profissionais podem ser um problema. França e seus colaboradores (2012) verificaram ainda que quanto menor a experiência profissional, maior a tendência de se desenvolver a Síndrome de *Burnout*. Os autores explicam que os profissionais mais experientes adquirem confiança ao longo dos anos no seu trabalho e possuem maior habilidade de lidar com os problemas do dia-a-dia. Além disso, jovens costumam ser idealistas e tendem a se iludir, sentem-se mais facilmente despreparados em assumir responsabilidades e, podem ser mais vulneráveis diante do seu trabalho (TRINDADE; LAUTERT, 2010).

Após abordar questões referentes à conceitualização da Síndrome de *Burnout*, pode-se notar que ela é definida, basicamente, como um transtorno psíquico causado devido à tensão no ambiente de trabalho. No tópico seguinte serão abordados os sinais e sintomas da síndrome de esgotamento profissional, sendo assim, busca-se compreender de que quais formas o *burnout* pode se apresentar. É importante mencionar que serão considerados sinais e sintomas tanto físicos, quanto emocionais.

2.2 SINAIS E SINTOMAS DA SÍNDROME DE BURNOUT

Saber reconhecer os sinais e sintomas da Síndrome de *Burnout* é de suma importância para compreender a forma como ela se desenvolve e como combatê-la, caso ela venha acometer um profissional. Porém, segundo Benevides – Pereira (2002), alguns estudos, mostram que muitos profissionais desconhecem a doença, sendo incapaz de fornecer um possível diagnóstico para a Síndrome de *Burnout*. É necessário salientar que se trata de uma doença multidimensional, ou seja, capaz de abranger múltiplos aspectos. Sendo assim, ela é constituída por: exaustão emocional (EE), despersonalização ou descrença (DE) e a reduzida eficácia profissional.

A exaustão emocional é caracterizada pelo sentimento de esgotamento emotivo, diminuição da eficiência e a insatisfação dos trabalhadores. Para Barbosa (2007, p. 39-40), “uma vez exaustos, os trabalhadores tendem a sentirem-se sobrecarregados física e emocionalmente, mesmo quando acordam pela manhã”. A despersonalização é definida como a ausência de sensibilidade emocional e a frieza perante a equipe de trabalho. Logo, os

profissionais são vistos trabalhando de forma desumanizada e negativa. E a reduzida eficácia ocorre devido à baixa sensação de realização profissional (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Em um curto período de tempo, segundo Yong Yue (2007), a Síndrome de *Burnout*, pode acarretar prejuízos à saúde física e mental do profissional. Entre tais prejuízos pode-se destacar: menor autocontrole e respeito consigo mesmo, diminuição da eficiência profissional, alta irritabilidade, depressão, risco de úlcera gástrica, hipertensão arterial (pressão alta) e alcoolismo. Consequentemente, a Síndrome de *Burnout* acarretará num profissional infeliz, com baixo rendimento profissional, tendência a faltar ao trabalho e com baixo desempenho pessoal (CARVALHO; SANTOS, 2016).

O Ministério da Saúde adverte que o quadro evolutivo da Síndrome de *Burnout* apresenta-se em quatro níveis de manifestação. O primeiro deles é a falta de ânimo ou prazer de ir trabalhar. O profissional pode apresentar dores nas costas, pescoço e coluna. O segundo nível é a sensação de perseguição, o convívio com a equipe de trabalho é evitado, há aumento das faltas no trabalho e a rotatividade no emprego é alta. O terceiro nível de manifestação se dá através da diminuição da habilidade ocupacional, podendo surgir doenças psicossomáticas, ou seja, desordens emocionais ou psiquiátricas. E por fim, a última etapa é caracterizada pelo aparecimento do alcoolismo, uso de drogas, ideias suicidas, podendo apresentar também outras doenças mais graves como câncer e acidente vascular cerebral (BRASIL, 2001).

Freudenberger (1974) corrobora que a Síndrome de *Burnout* apresenta sintomas como: impaciência, irritabilidade, sensação de onipotência, paranóia, fadiga emocional e desorientação. Porém, pode-se compreender melhor os sintomas dividindo-os em quatro grupos de sinais de *burnout*. São eles: ordem fisiológica (perda de apetite, fadiga, insônia, dor no pescoço, úlceras); psicológica (irritabilidade ocasional ou instantânea, gritos, ansiedade, depressão, frustração, respostas ríspidas e inflexíveis); de conduta (hostilidade, incapacidade de concentrar-se no trabalho, aumento dos conflitos com a equipe de trabalho, atrasos, longas pausas para descanso) e; outros (absenteísmo, isolamento, perda da qualidade do trabalho, atitude cínica, fadiga emocional, aumento do consumo de café, álcool, cigarros e drogas em geral) (CABALLERO; MILLÁN, 1999).

Como já visto, a Síndrome de *Burnout* apresenta inúmeras definições e é abordada diante de diversas perspectivas, sendo assim, para melhor entender essa temática ressalta-se os cinco sinais comuns entre as diferentes conceitualizações do termo *burnout*: predominância de sintomas relacionados à exaustão emocional e mental, cansaço e depressão; ênfase em sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos; os sintomas do *burnout* são

sempre relacionados ao trabalho; os sintomas se manifestam em pessoas que não sofriam de distúrbios anteriormente e; a diminuição da efetividade e no desempenho no trabalho ocorre por causa de atitudes e comportamentos negativos (MASLASH; SCHAUFELI; LEITER, 2001).

A Síndrome de *Burnout* manifesta-se de quatro formas: física, quando o trabalhador apresenta fadiga, insônia, falta de apetite e dores musculares; psíquica, identificada pela falta de atenção, alterações da memória, ansiedade e sentimento de frustração; comportamental, apresenta-se quando o profissional é negligente no trabalho, com irritabilidade ocasional ou instantânea, incapacidade para concentrar-se, aumento dos conflitos com os colegas de trabalho, longas pausas para descanso, cumprimento irregular do horário de trabalho (atrasos); e defensiva, quando o trabalhador tem tendência de se isolar, sentimento de impotência, baixa qualidade do trabalho e atitude cínica (CARLOTTO E CÂMARA, 2008).

Quando se fala de uma doença é importante salientar também os métodos de tratamento. De acordo com Benevides-Pereira (2002), para um tratamento eficaz, é necessário um diagnóstico feito de maneira competente, para que não se cometa erros, como confundir *burnout* com depressão, por exemplo. Devido à similaridade entre as doenças é bastante comum esse erro nos estágios iniciais da Síndrome de *Burnout*. O ideal é procurar um médico especialista no tema e fazer exames psicológicos. Devem-se analisar os problemas enfrentados e compreender se eles estão relacionados com o trabalho ou não. Os sintomas da Síndrome de *Burnout* podem ser notados de forma gradual, começando por pequenos sinais como: frustração, estagnação emocional, abstinência, problemas de saúde, alienação, desempenho abaixo do esperado, e, em alguns casos específicos, uso de álcool e até mesmo drogas (POTTER, 1980).

Bibeau *apud* Maslach (1993) propõe um diagnóstico objetivo e subjetivo para Síndrome de *Burnout*, com critérios específicos para determinar seu grau. Dessa forma, o principal sintoma seria o cansaço ou esgotamento emocional, seguido de sentimento de incompetência profissional e insatisfação com o próprio trabalho, irritabilidade, dificuldade para se concentrar e negativismo. O principal seria o estado emocional, pois é nessa fase que “anuncia o primeiro sinal da Síndrome do *Burnout*, porém seu surgimento é progressivo e cumulativo, podendo levar até mesmo décadas para seu aparecimento” (COSTA, *et.al*, 2003).

Depois de compreender os principais sinais e sintomas da Síndrome de *Burnout*, o tópico seguinte abordará de que forma a pandemia da covid-19 afeta a saúde emocional e

física dos trabalhadores, principalmente, daqueles que atuam na linha de frente ao combate do coronavírus. A partir dos conhecimentos adquiridos até aqui, é possível compreender de que forma a pandemia do coronavírus impacta à saúde do profissional que luta diariamente para extinguir esse vírus que já atingiu proporções mundiais.

2.3 SÍNDROME DE *BURNOUT* E A PANDEMIA DA COVID-19

A covid-19 surgiu em dezembro de 2019, numa cidade chamada Wuhan, na China. Após essa data o vírus se espalhou rapidamente por todos os continentes e hoje é responsável por uma pandemia global sem precedentes. Ela é uma doença infecciosa causada por um coronavírus recém-descoberto, com alto teor de contágio. De acordo com dados recentes da OMS – Organização Mundial da Saúde - em março de 2021, o número de contaminados eram de 121.382.067 e o número de mortos chegou a 2.683.209. Diante da alta taxa de infecções e mortes, o coronavírus pode levar até mesmo a muitos problemas psicológicos, incluindo, estresse, *burnout*, ansiedade, depressão e medo (ASLAN; YILDIRIM; TANHAN, 2020).

Os estudos sobre a Síndrome de *Burnout* relacionado à doença covid-19 foram realizados, principalmente, em profissionais da área da saúde. Segundo Morgantini *et. al.* (2020), um estudo com esses profissionais mostrou uma relação significativa entre o estresse e o *burnout*. Já Sung *et. al.* (2020) mostra que outro estudo investigou a forma como o coronavírus afeta a saúde mental dos profissionais da saúde, tal estudo indicou que médicos e enfermeiras apresentaram altos níveis de problemas de saúde, tais como ansiedade, *burnout* e transtornos de estresse. Pesquisas recentes mostram a importância de cuidar da saúde emocional dos profissionais de saúde durante a pandemia, a fim de aumentar a produtividade e reduzir o esgotamento derivado do estresse, diante da incerteza gerada pela pandemia (BRADLEY; CHAHAR, 2020).

De acordo com Liang T (2020) a pandemia da covid-19 trouxe consequências a nível global e representa um grande desafio no cenário mundial atual. É uma situação de calamidade generalizada no sistema de saúde. Nessa perspectiva, aumenta-se a preocupação com os profissionais que estão atuando no combate ao coronavírus. Eles enfrentando diariamente inúmeros riscos de infecção, sofrendo ainda com a falta de equipamentos e com os escassos materiais, para garantir uma assistência de qualidade, diante da alta demanda de pacientes infectados. Tal realidade impacta de forma direta na saúde mental e física desses profissionais. Dessa forma, pode-se destacar ainda que a pandemia da covid-1 fez com que os níveis de *burnout* em trabalhadores subissem consideravelmente (KELLY; HEARLD, 2020).

É notório que a pandemia do novo coronavírus está afetando diretamente o nosso dia-a-dia, vivemos num cenário de incerteza, onde o desconhecido impacta também o local de trabalho. A sobrecarga de trabalho (devido à elevada procura por cuidados médicos), controle (os profissionais da saúde estão tendo que lidar com algo que desconhecem), recompensa e reconhecimento (a ausência de tratamento tem impacto na recompensa intrínseca dos profissionais da saúde), comunidade (ter de tratar de colegas sem ter meios eficazes para fazê-lo), ausência de justiça (ter que fazer a seleção dos doentes que vão tratar primeiro) e conflito de valores (não ter se preparado os sistemas de saúde para essa pandemia que parecia inevitável). Esses fatores, entre outros, podem conduzir os profissionais de saúde ao *burnout*. (LEITER; MASLACH, 2020).

Conforme França (2020), a Síndrome de *Burnout* tem preferência por trabalhadores que cuidam de outras pessoas, esse é o caso dos profissionais de saúde. O cuidador tem certa relação com os familiares e o paciente enfermo. Além disso, ter que lidar frequentemente com a dor, sofrimento e morte, e vários outros agentes estressores como: o racionamento dos equipamentos de proteção individual, a pressão, o medo de contágio e dilemas éticos poderão afetar ainda mais a saúde mental desses profissionais (DALLACOSTA, 2019).

A saúde mental dos profissionais da saúde (incluindo motoristas, seguranças e trabalhadores da limpeza) é motivo de grande preocupação devido aos riscos causados pela pressão no ambiente de trabalho, podendo levar ao estresse e a Síndrome de *Burnout*, ligados às longas jornadas de trabalho, ao cuidado de pacientes em estado grave e ao medo de contaminação e mortes. Além disso, tais profissionais sofrem ainda com o preconceito, por serem potenciais transmissores do vírus. Todo esse cenário contribui diretamente para o aparecimento e evolução de doenças mentais (OMS, 2015; WHO, 2020; IASC, 2020).

É importante ressaltar que os profissionais de saúde, além de suas funções de cuidado com o paciente, possuem ainda diversas outras atividades, como: preencher protocolos, evoluções, encaminhamentos, ou seja, cumprir toda a burocracia exigida no seu trabalho. Tudo isso acaba sobrecarregando o profissional. Dessa forma, o excesso de atividades predispõe os profissionais de saúde a desenvolver a Síndrome de *Burnout* (MENECHINI, PAZ, LAUTERT, 2011).

Em um estudo realizado pela Escola Nacional de Saúde Pública, em abril de 2020, evidenciou que cerca de 72% dos profissionais de saúde pesquisados apresentavam sinais moderados ou elevados de exaustão emocional e *burnout*. Esse estudo foi realizado em três

momentos distintos da pandemia, revelando assim que a tendência a desenvolver *burnout* nos profissionais envolvidos foi crescente. Outro estudo realizado no Brasil, um dos países mais afetados pela pandemia da covid-19, no final de junho de 2020, mostra a prevalência do *burnout* em 79% dos médicos e 74% em enfermeiros (BARRETO, 2020).

De acordo com Fernandes e Pereira (2020), o surto do novo coronavírus criou desafios nunca vistos antes. Enquanto a maioria dos trabalhadores foi solicitada a trabalhar em casa para ajudar a achatar a curva de evolução da doença, os profissionais de saúde foram solicitados a permanecer na linha de frente, trabalhando longas jornadas de trabalho, a fim de combater essa ameaça global. Muitas vezes, tais profissionais trabalham sem ter até mesmo equipamento de proteção individual e treinamento para enfrentar uma pandemia como essa. Dessa forma, além dos profissionais de saúde se arriscarem a exposição do vírus, eles também enfrentam o risco de desenvolver uma doença mental, como a Síndrome de *Burnout*, uma doença relacionada ao estresse no trabalho, no qual os trabalhadores se sentem emocionalmente cansados em relação ao seu trabalho (HALBESLEBEN; BUCKLEY, 2004).

Após finalizar as pesquisas a respeito do termo *burnout*, compreender os sinais e sintomas da síndrome de esgotamento profissional e a relação dela com a pandemia da covid-19, busca-se estudar de que forma ela afeta os profissionais da saúde em duas cidades mineiras.

3. METODOLOGIA

Para identificar o nível de *burnout* encontrado nos profissionais de saúde que estão atuando, diretamente, no combate a pandemia da covid-19, faz-se necessário utilizar métodos de pesquisa que busquem nortear a construção do conhecimento. Sendo assim, foi adotada, como metodologia, a pesquisa quantitativa de caráter descritivo, através de um estudo de caso. Sendo assim, a coleta de dados se dará a partir da aplicação de um questionário.

A escolha pela abordagem quantitativa se justifica pela sua objetividade. De acordo com Fonseca (2002, p. 20), “... a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros”. Dessa forma, a pesquisa quantitativa busca enfatizar o raciocínio dedutivo, as regras da lógica e os atributos mensuráveis do grupo de estudo (POLIT, BECKER E HUNGLER, 2004).

Em relação ao caráter descritivo da pesquisa, de acordo com Vergara (2000), esse tipo de pesquisa expõe às características de determinada população ou fenômeno, a fim de

estabelecer correlações entre as variáveis e definir a sua natureza. A pesquisa descritiva exige que o pesquisador colete uma série de informações sobre o objeto de estudo (TRIVIÑOS, 1987).

Quanto à modalidade da pesquisa optou-se pelo estudo de caso. De acordo com Yin (2015, p.4), “o estudo de caso é usado em muitas situações, para contribuir ao nosso conhecimento dos fenômenos individuais, grupais, organizacionais, sociais, políticos e relacionados”. Além disso, essa modalidade de pesquisa é mais flexível e permite o desenvolvimento de novas pesquisas, possibilitando ainda a construção ou rejeição de novas teorias. Além disso, o estudo de caso pode ser aplicado em distintos enfoques teóricos e metodológicos (GIL, 2009).

Como já mencionado o método de pesquisa utilizado é o questionário. Segundo Vergara (2002, p.39), ele é caracterizado como uma forma de coletar dados no campo, estudar a interação de tais dados, através de uma série ordenada de perguntas a respeito de variáveis que o pesquisador deseja investigar. Na presente pesquisa foi utilizado o questionário de Chafic Jbeili, que é inspirado no Maslach Burnout Inventory (MBI). Para o presente estudo, a fim de melhor compreender a Síndrome de *Burnout* dentro do cenário de pandemia que o mundo vivencia, ocorreu uma adequação do questionário citado anteriormente. Além disso, ao final do mesmo, os profissionais estudados foram indagados com perguntas como idade, sexo, formação acadêmica e cargo que ocupam dentro do hospital onde trabalham. É necessário mencionar que os profissionais envolvidos nessa pesquisa atuam nas cidades de São João Del Rei e Tiradentes, ambas localizadas em Minas Gerais. Sendo assim, diante das medidas de isolamento vigentes nas referidas cidades, o questionário foi aplicado de forma online, através da plataforma Google Forms.

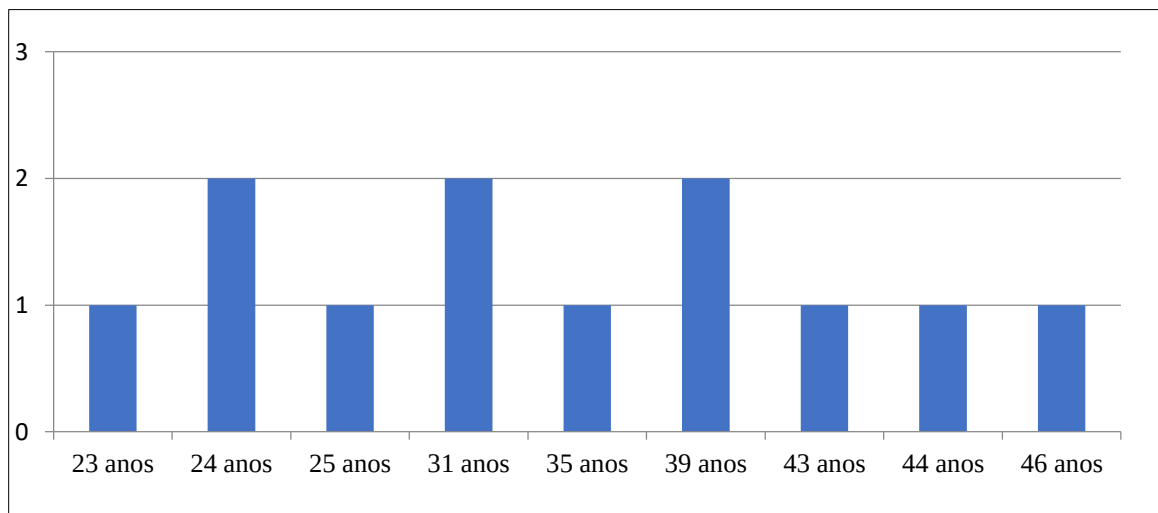
O questionário contém 20 perguntas com cinco opções de respostas que podem ser assinaladas da seguinte forma: 1 nunca; 2 anualmente; 3 semestralmente; 4 mensalmente; e 5 diariamente. Benevides-Pereira (2009) afirma que a confiabilidade do instrumento validado em versão nacional é confiável, satisfatório e, possibilita analisar o nível de *burnout*, de acordo com a pontuação obtida. Dessa forma, tem-se cinco variáveis ou escores de classificação: de 0 a 20 pontos – nenhum indício de *burnout*; 21 a 40 pontos – possibilidade de desenvolver *burnout*; 41 a 60 pontos – fase inicial do *burnout*; 61 a 80 pontos – o *burnout* começa a se instalar; 81 a 100 pontos – você pode estar em uma fase considerável da Síndrome de *Burnout*, mas esse quadro pode ser revertido.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

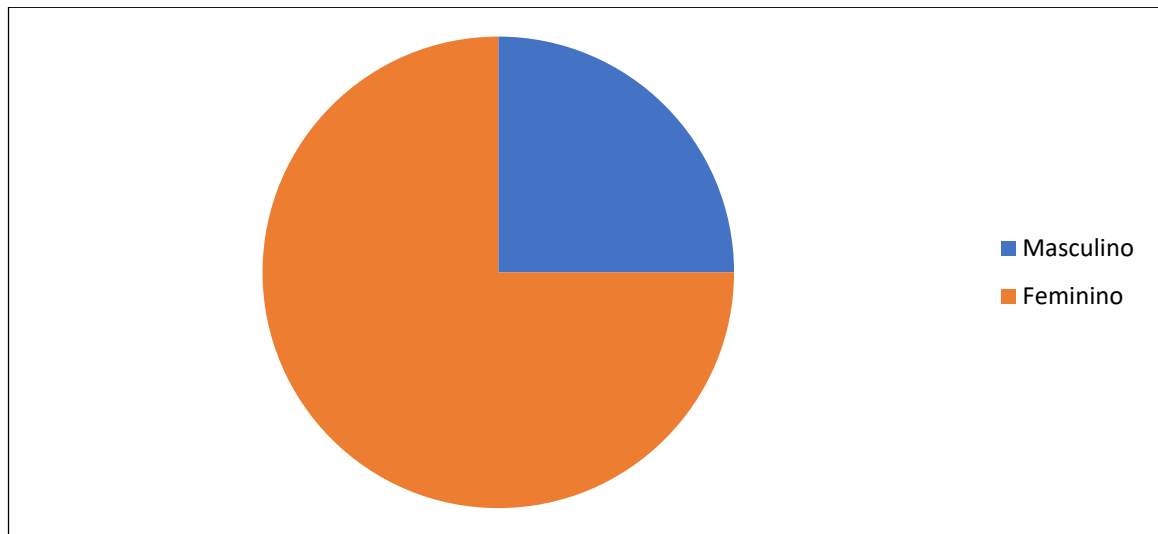
Esse estudo avaliou a presença da Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde que atuam nas cidades de São João Del Rei e Tiradentes, ambas localizadas em Minas Gerais. Levando em consideração o cenário de pandemia mundial da covid-19, buscou-se compreender de que forma tal cenário interfere na predisposição para desenvolvimento da síndrome de esgotamento profissional. Utilizando-se da pontuação obtida no questionário é possível identificar a possibilidade de desenvolvimento de *burnout* e até mesmo se ele já está presente nos profissionais envolvidos na pesquisa. Além disso, para melhor entender o grupo de estudo, foram abordados ao final do questionário, questões relevantes como: idade, sexo, formação profissional e cargo que os profissionais estudados ocupam dentro do ambiente organizacional em que atuam.

Ao todo foram analisados 12 indivíduos, todos responderam de maneira adequada todo o questionário. A partir dos dados descritos no gráfico 1 é possível constatar que os profissionais pesquisados se encontram na faixa etária de 23 a 46 anos – com média de idade entre os homens de 31 e de 39 entre as mulheres – sendo que do total de participantes, a maioria, 75% eram do sexo feminino e 25% do sexo masculino (gráfico 2).

Gráfico 1- Idade dos profissionais pesquisados



Fonte: Dados da pesquisa (2021)

Gráfico 2 - Gênero dos profissionais estudados

Fonte: Dados da pesquisa (2021)

A predominância da presença de pessoas do sexo feminino atuando na área da saúde, conforme constatado nesse estudo, tem sido evidenciada inclusive por muitos pesquisadores (Carlotto, 2005; Pires, 2006). Eles observaram que as atividades de cuidar são na maioria das vezes exercidas por mulheres. De acordo com dados da UNFPA (2020), a predominância de mulheres na força da saúde e, conseqüentemente, no combate à covid-19, em nível global é de, aproximadamente, 70% das equipes de trabalho na área da saúde são compostas por profissionais do sexo feminino. Já o Brasil, segue tal padrão mundial, visto que, as mulheres representam 65% do total de profissionais atuantes na área da saúde (CONASEMS, 2020).

Quanto à formação acadêmica dos doze profissionais pesquisados, quatro deles estão cursando o ensino superior em Enfermagem, todos eles encontram-se no 9º período; um já concluiu o curso de Enfermagem; dois são técnicos de enfermagem; dois são médicos; dois já cursaram Enfermagem e agora estão fazendo pós-graduação; e 1 tem ensino superior incompleto em Enfermagem e no momento não está estudando. Quanto ao cargo que ocupam no hospital que trabalham os quatro estudantes do 9º período de enfermagem, atualmente, são estagiários; a pessoa que concluiu o curso hoje atua como enfermeira; os dois técnicos de enfermagem também atuam como tal, assim como os dois médicos; os profissionais pesquisados que estão fazendo pós graduação, atuam como enfermeiros; e a pessoa com ensino superior incompleto no curso de Enfermagem, hoje atua como auxiliar de limpeza no hospital em que trabalha. Sendo assim, tem-se no grupo entrevistado, 4 estagiários, 3 enfermeiros, 2 técnicos de enfermagem, 2 médicos e 1 auxiliar de limpeza.

Após conhecer as características relevantes do grupo de estudo foi feita a análise da pontuação obtida no questionário MBI. É importante mencionar que cada entrevistado foi avaliado separadamente e em conjunto. Conforme a tabela 1 deve-se levar em consideração que de 0 a 20 pontos o resultado aponta que não há nenhum indício de *burnout*; de 21 a 40 pontos existe a possibilidade de desenvolver a Síndrome de *Burnout*; de 41 a 60 pontos o profissional está na fase inicial da síndrome de esgotamento profissional; de 61 a 80 pontos o *burnout* começa a se instalar; e de 81 a 100 pontos o profissional já pode estar em uma fase considerável da doença.

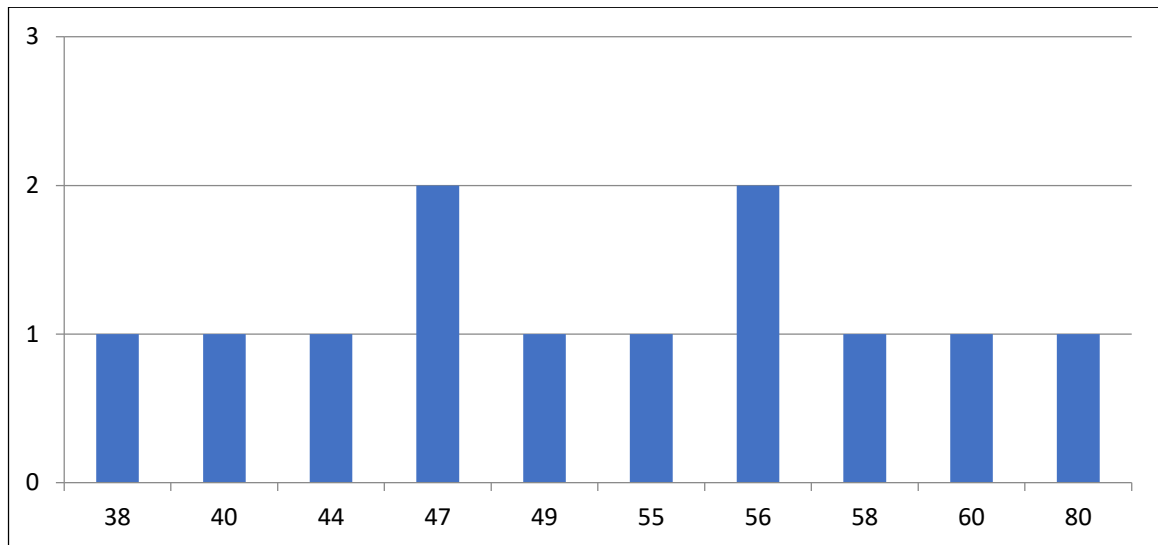
Tabela 1- Pontuação do MBI x Nivel de *Burnout*

De 0 a 20 pontos	Nenhum indício de <i>burnout</i>
De 21 a 40 pontos	Possibilidade de desenvolver <i>burnout</i>
De 41 a 60 pontos	Fase inicial da síndrome
De 61 a 80 pontos	<i>Burnout</i> começa a se instalar
De 81 a 100 pontos	<i>Burnout</i> em fase considerável

Fonte: JBEILI (2008)

Conforme mostra o gráfico 3, a partir da somatória atingida na pontuação do MBI, observa-se que houve uma oscilação entre 38 e 80 pontos como resultado total. Dessa forma, pode-se notar que 100% dos participantes obtiveram pontos no questionário acima da quantidade mínima possível, 20 pontos. Revelando, dessa forma, a possibilidade desses profissionais desenvolverem *burnout*. Observa-se que as pontuações quase não se repetiram, apenas nas pontuações 47 e 56, onde dois profissionais obtiveram os mesmos valores.

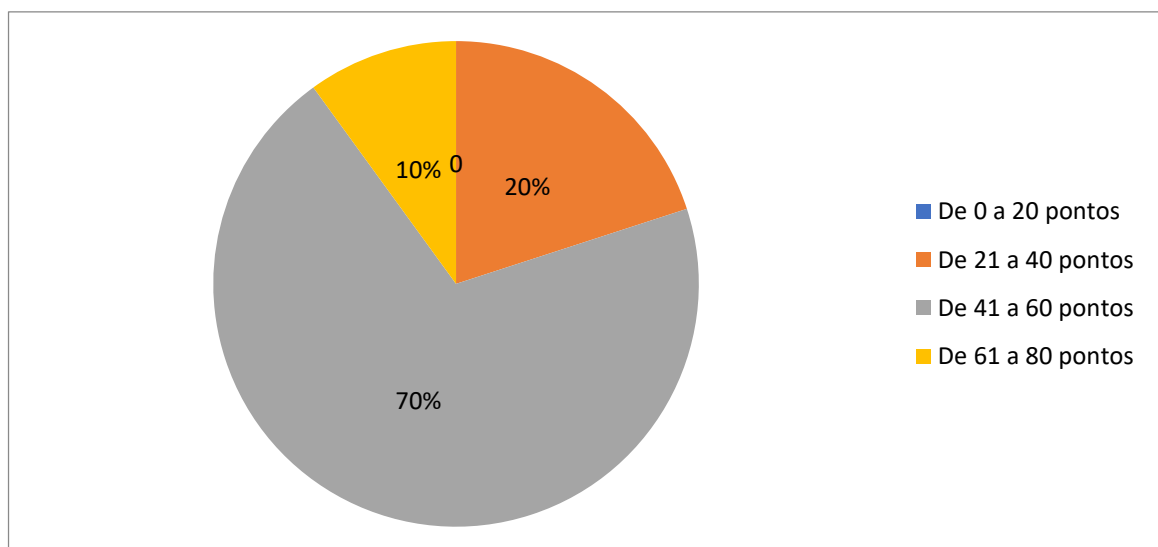
Gráfico 3- Pontuação do MBI obtida pelos profissionais de saúde estudados



Fonte: Dados da pesquisa (2021)

A maioria dos entrevistados (70%) obteve pontuação entre 41 a 60 pontos, demonstrando assim, uma fase inicial da Síndrome de *Burnout*. Por outro lado, uma pequena parcela, 1 entre o total de 12 entrevistados, tiveram resultados ainda mais preocupantes – pontuação entre 61 a 80 pontos. Nenhum dos indivíduos pesquisados obteve mais de 80 pontos como resultado final (gráfico 4). Porém, como já observado no gráfico 3, um dos entrevistados obteve uma pontuação de 80, isso significa que ele está quase na última fase da interpretação dos dados do MBI.

Gráfico 4- Pontuação geral no questionário

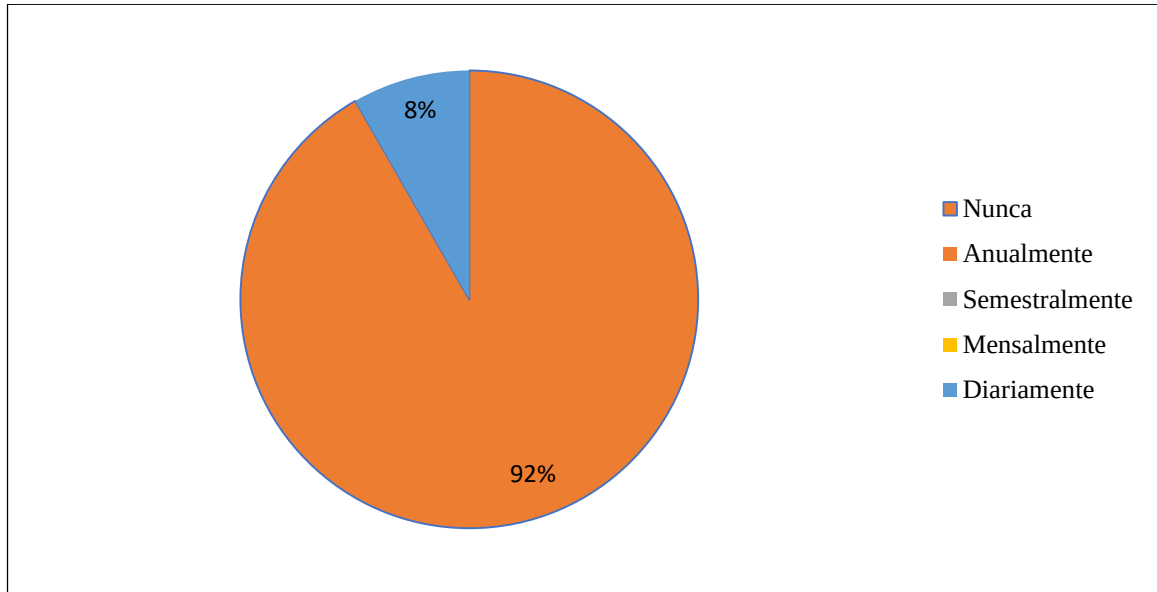


Fonte: Dados da pesquisa (2021)

A incidência da Síndrome de Burnout está ligada ao fato dos indivíduos idealizarem objetivos e depositar altas expectativas, que muitas vezes, não são realistas e acabam conduzindo para experiências negativas. Isso acaba fragilizando o profissional e o torna mais propenso a desenvolver o *burnout* (Benevides-Pereira, 2010). Os autores França (1987) apud Mazon, Carlotto e Câmara (2008), presumem que o surgimento da Síndrome de esgotamento profissional é gradativo e cumulativo e, muitas vezes, não é percebido pelo indivíduo em fase inicial, pois o mesmo tende a resistir em assumir eu existe algo de errado no seu trabalho. Dito isso, ao verificar que a maioria do grupo de estudo se encontra no estágio inicial da Síndrome de Burnout faz-se necessário mencionar os sinais e sintomas observados quando tal síndrome está nessa fase. Dito isso, ao verificar que a maioria dos profissionais pertencentes ao grupo de estudo encontra-se no estágio inicial da Síndrome de Burnout, faz-se necessário mencionar que, nessa fase, os sinais e sintomas observados são praticamente os mesmos do estresse e da depressão. Somente nos estágios mais avançados da doença é que a Síndrome de Esgotamento Profissional apresenta características que a diferencia do estresse e depressão (DEMENEK; KUROWSKI, 2011).

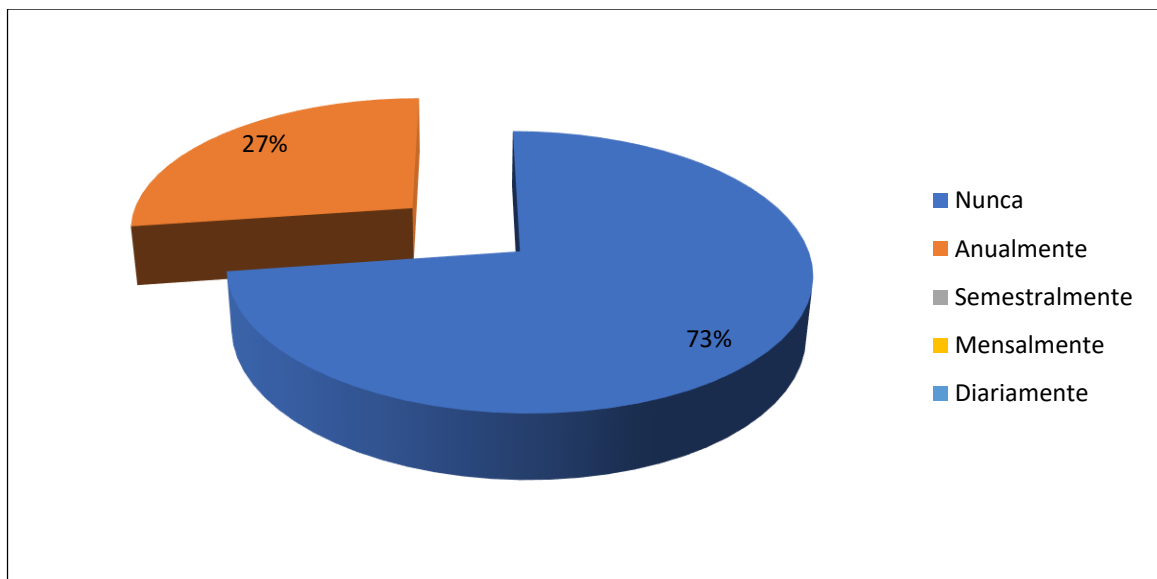
Quando questionados sobre a forma como se sentem diante da pandemia da covid-19, não houve dúvida. Todos os profissionais envolvidos na pesquisa responderam de forma concisa, eles estão tristes, cansados, inseguros, se sentindo desvalorizados e até mesmo, se dizem de mãos atadas diante dessa situação pandêmica. Uma das entrevistadas diz: “me sinto às vezes com medo de transmitir pra minha família, mais acima de tudo com toda disposição pra atender os enfermos e contaminados”. Mesmo que sentimento de preocupação e tristeza seja evidente nas respostas, tais profissionais ainda colocam o dever da profissão acima de tudo, “me sinto na necessidade de ajudar ao próximo, e realizar durante todos os plantões o melhor de mim para ajudar os pacientes”. Tal perspectiva também pode ser evidenciada no resultado da pergunta: “sinto que não acredito mais na profissão que exerço”, 91.7% dos entrevistados disseram que nunca se sentiram assim (gráfico 4). Além disso, 73% responderam que nunca perderam o amor pelo seu trabalho (gráfico 5).

Gráfico 5- Resposta para pergunta: "Sinto que não acredito mais na profissão que exerço"



Fonte: Dados da pesquisa (2021)

Gráfico 6 - Resposta para pergunta: "Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes"



Fonte: Dados da pesquisa (2021)

Emocionalmente e fisicamente, apenas 8,3% dos profissionais de saúde pesquisados disseram que se sentem diariamente esgotados em relação ao seu trabalho. Porém, 33,3% dos profissionais alega que se levantam cansados (as) e sem disposição para trabalhar. 25% disseram, inclusive, que se sentem com pouca vitalidade e desanimados. E 50% dos questionados acredita que poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por eles diariamente. Mesmo diante de tais dados, é importante mencionar que 91,7% nunca desacreditaram da sua profissão.

Apesar das preocupações apontadas pelos profissionais diante da pandemia da covid-19, pode-se observar que tais profissionais continuam atuando firmemente no desempenho de suas funções. 66,7% dos pesquisados disse, inclusive, que trata algumas pessoas como se fossem da sua família. E 91,7% deles sentem que são referência para as pessoas que cuidam diariamente. Além disso, mesmo frente a um cenário de pandemia mundial nunca visto antes, 58,3% dos profissionais de saúde estudados nunca se sentiram sem forças para seguir em frente e combater esse vírus que assola o mundo a mais de um ano. Ainda pode-se perceber, através do resultado dessa pesquisa, que 91,7% não estão no emprego apenas pelo salário, o amor pela profissão é evidente.

Tomando como base diversos estudos que buscam explicar a relação entre a Síndrome de Burnout com a idade, é interessante analisar essas duas variáveis juntamente. As três maiores pontuações do questionário - 80, 60 e 58 pontos - são, respectivamente, dos pesquisados com idades de 35, 31 e 43 anos. Em outra pesquisa sobre a Síndrome de *Burnout*, predominantemente, os funcionários acometidos com tal síndrome possuíam idade entre 30 a 58 anos (Lautert, 1997). Em outro estudo, a maioria dos pesquisados estavam na faixa etária de 35 a 49 anos (Gil-Monte, 2003), o que se assemelha aos resultados encontrados no presente estudo. Diversos estudos mostram que a média elevada de idade é um fator importante da predisposição para desenvolver doenças mentais e ocupacionais, tais como a Síndrome de *Burnout*, isso se deve a diminuição da capacidade desses profissionais a se adaptarem às condições de estresse no trabalho (FARIAS; DOMINGOS, 2004).

Após analisar os resultados obtidos, através da aplicação do questionário, fica evidente que os profissionais de saúde pesquisados sentem-se cansados diante da pandemia da covid-19. Apesar disso, a maioria ainda acredita na profissão que executa e sente amor pelo seu trabalho. Porém, tomando como base as pontuações obtidas, não se pode deixar de considerar que grande parte dos questionados encontram-se na fase inicial da Síndrome de *Burnout*. Sendo assim, é necessário que tais profissionais procurem ajuda médica para não permitir que tal transtorno evolua.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo teve como objetivo compreender o impacto da pandemia da covid-19 na saúde mental dos trabalhadores da área da saúde, analisando o nível de *burnout* nos profissionais estudados. Basicamente, a Síndrome de *Burnout* pode ser entendida como um distúrbio psíquico que se caracteriza pelo estado de tensão emocional e estresse, provocados

por condições de trabalho desgastantes. Tal síndrome vindo sendo estudada desde o século XX e se encontra presente até mesmo na legislação do nosso país.

Em consequência do estudo de caso feito com doze profissionais da área da saúde que atuam nas cidades mineiras de São João del-Rei e Tiradentes, observou-se que o grupo estudado é composto predominantemente por profissionais do sexo feminino, numa faixa etária média de 34 anos. A maior parte dos entrevistados está cursando o ensino superior em Enfermagem e se encontram, portanto, na fase de estágio. Momento este onde o estudante alinha teoria e prática. Sendo assim, pode se notar que os profissionais em questão estão no início de sua carreira profissional na área da saúde. E todos eles já vem enfrentando muitos desafios na carreira, visto que, vivemos em um cenário de pandemia mundial sem precedentes.

Tomando-se como base a pontuação obtida no questionário aplicado no grupo de estudo, foi possível identificar o nível de *burnout* presente em cada profissional. Relevantemente, todos o grupo pesquisado possui algum nível de *burnout*. Nenhum dos profissionais ficou isento, todos apresentaram algum indício da presença da síndrome em questão. Isso mostra que a predisposição para desenvolvimento do *burnout* não pode ser delimitado por sexo, idade ou nível de instrução, visto que, dentre as doze pessoas estudadas cada qual possui diversidades entre si.

Se tratando de nível de *burnout*, a maioria dos profissionais estudados se encontra na fase inicial da síndrome, porém, é importante mencionar que tal condição pode ser completamente reversível com o tratamento adequado. Conforme discorrem Demeneck e Kurowski (2011, p. 508), “Os sintomas básicos da síndrome de *Burnout* seriam, inicialmente, uma exaustão emocional em que a pessoa sente que não pode mais dar nada de si mesma; depois, desenvolve sentimentos e atitudes muito negativos e, por fim, manifesta sentimentos de falta de realização pessoal no trabalho.” Dessa forma, é interessante que seja feito um estudo aprofundado no grupo pesquisado no presente artigo, a fim de identificar os sintomas presentes e se eles se correlacionam com as teorias que tangem este assunto. Sendo assim, será possível relacionar com exatidão, a teoria e a realidade.

Em relação a realização dessa pesquisa teve-se como fator limitante a impossibilidade de se conhecer pessoalmente os profissionais envolvidos nesse estudo, em razão das medidas de isolamento social vigentes nas cidades de Tiradentes e São João del-Rei,

ambas localizadas em Minas Gerais. Para ser possível a sua realização desse estudo foi necessário utilizar de mídias online. Dessa forma, mesmo diante de uma pandemia foram concluídos os objetivos traçados no início dessa pesquisa.

Sobre a relação entre a pandemia da covid-19 e a Síndrome de Esgotamento Profissional, pode-se concluir que, apesar da tristeza e do cansaço gerado pela situação alarmante que vivemos a mais de um ano, os profissionais estudados veem seu trabalho como essencial e não se deixam abater pelos problemas que vem enfrentando. O amor pela profissão sobressai em relação ao cansaço físico e emocional vivenciados diariamente. Sendo assim, o amor pelo trabalho e pela profissão são maiores que as dificuldades encontradas no ambiente de trabalho. Como a maioria dos profissionais estudados estão atuando a pouco tempo nessa profissão seria interessante em um próximo estudo buscar compreender se esse resultado também seria encontrado em um grupo de profissionais mais experientes.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, P. S; CARDOSO, T. A. O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v.21, n.1, p.129-140, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000100013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 20 mar. de 2021.
- ARSLAN, G.; YILDIRIM, M., TANHAN, A. Estresse por coronavírus, otimismo-pessimismo, inflexibilidade psicológica e saúde psicológica: propriedades psicométricas da medida de estresse por coronavírus. **Jornal Internacional de Saúde Mental e Vício**, 4 jun. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00337-6>. Acesso em: 16 mar. 2021.
- BARBOSA, G. A. **A saúde dos médicos do Brasil**. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007.
- BARRETO, C. **Prevalência de burnout é maior em médicos que atuam na linha de frente da Covid-19**. *PebMed*, 2020. Disponível em: <https://pebmed.com.br/prevalencia-de-burnout-e-maior-em-medicos-que-atuam-na-linha-de-frente-da-covid-19/>. Acesso em: 17 mar. 2021.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- BENEVIDES-PEREIRA, A M. **O CBP-R em Português: instrumento para avaliação do burnout em professores**. Jan. 2009. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/2483923>. Acesso em: 11 abr. 2021.
- BORRITZ, M. *et al.* O Copenhagen Burnout Inventory: Uma nova ferramenta para a avaliação de burnout. **Work e Stress**, p. 192-207, jul./set. 2005. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02678370500297720>. Acesso em: 18 mar. 2021.

BRADLEY M.; CHAHAR, P. Burnout de profissionais de saúde durante COVID-19. **Cleveland no Journal of Medicine**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.3949/ccjm.87a.ccc051>. Acesso em: 20 mar. 2021.

BRASIL. Decreto nº 3.048, de 06 mai. 1999. Instituto Nacional de Seguro Social. **Aprova o regulamento da Previdência Social e da outras providências**. Diário Oficial da União, 7 mai. 1999. Disponível em: <http://dataprev.gov.br/sislex/paginas/23/1999/3048.htm>. Acesso em: 20 fev. 2021.

BRASIL. **Lei 8.213/91**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8213compilado.htm. Acesso em: 20 fev. 2021.

BRASIL, Ministério da Saúde. Doenças relacionadas ao trabalho. **Manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Série A. Normas e manuais técnicos, n. 114. Brasília, 2001.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout**, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z-1/s/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 13 abr. 2021.

CABALLERO, L.; MILLAN, J. O aparecimento da síndrome de burnout ou queimadura. **Boletim bimestral de comunicação interna**. Secretário-Geral da Administração Pública, 2 abr. 1999. Disponível em: <http://www.tesco.es>. Acesso em: 12 mar. 2021.

CAMPOS, Rosângela Galindo. **Burnout: Uma revisão integrativa na enfermagem oncológica**. Dissertação de mestrado em enfermagem. Escola de enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22132/tde-11052005-112045/pt-br.php#:~:text=Burnout%3A%20uma%20revis%C3%A3o%20integrativa%20na%20enfermagem%20oncol%C3%B3gica&text=Burnout%20%C3%A9%20considerada%20uma%20s%C3%A9ndrome,despersonaliza%C3%A7%C3%A3o%20e%20baixa%20realiza%C3%A7%C3%A3o%20pessoal>. Acesso em: 20 mar. 2021.

CARLOTTO M.S.; CÂMARA S.G. **Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil**. Psico, v. 39, n. 2, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1461>. Acesso em: 10 mar. 2021.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. **Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.22, n.5, p.1017-1026, 2006. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2006.v22n5/1017-1026/pt/>. Acesso em: 10 mar. 2021.

CARVALHO, G. L.; SANTOS W. L. Síndrome de burnout em professores da faculdade de ciências educação sena aires. **Revista de divulgação científica Sena Aires**, v.5, n.2, p.150-157, 2016. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/266>. Acesso em: 26 fev. 2021.

CONASEMS – Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde. **Protagonismo feminino na saúde: mulheres são a maioria nos serviços e na gestão do SUS**. Publicado em 06/03/2020. Disponível em <https://www.conasems.org.br/o-protagonismo-feminino-na-saude-mulheres-sao-a-maioria-nos-servicos-e-na-gestao-do-sus/>. Acesso em: 10 abr. 2021.

COSTA, J. R. A. *et al.* Stress no trabalho do enfermeiro. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 63-71, set. 2003.

DALLACOSTA, F. M. Síndrome de estresse e burnout em profissionais de saúde. **Jornal Internacional de Medicina Familiar e Comunitária**, p. 179–183, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.15406/ijfcm.2019.03.00154>. Acesso em: 17 mar. 2021.

DEMENECK, V. A.; KUROWSKI, C. M. **Síndrome de Burnout: ameaça da saúde mental do trabalhador**. FAE Centro Universitário. Programa de Apoio à Iniciação Científica, 2011.

FARIA, A.C.; DOMINGOS, N. A. M. Absenteeism due to mental disorders in the nursing in the period from 1995 to 2004. **Arquivo Ciências Saúde**, 12 (1), p. 14-20, 2005.

FERNANDES, G.; PEREIRA, B. Os desafios do financiamento do sistema de saúde brasileiro no enfrentamento da pandemia COVID-19 no contexto do pacto federativo. **Revista de Administração Pública**, 2020, p. 595-613. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-76122020000400595. Acesso em: 01 mar. 2021.

FERRARI, Juliana Spinelli. **Síndrome de Burnout**. Disponível em: <http://brasilecola.uol.com.br/psicologia/sindrome-burnout.htm>. Acesso em: 20 fev. 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002.

FRANÇA, Flávia M. et al. Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Cáceres, v. 20, n. 5, p. 961-970, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692012000500019&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 23 mar. 2021.

FRANÇA, Thaís Lorena Barbosa *et al.* Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de Enfermagem UFPE**, v. 8, n. 10, p. 3539-46, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10087>. Acesso em: 21 mar. 2021.

FREUDENBERG, H. J. Esgotamento de pessoal. **Journal of Social Issues**, Malden, v. 30, n.1, p. 159-165, 1974.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. Ed. São Paulo: Atlas, 2009.

GIL-MONTE P. **El Síndrome de Quemarse por el trabajo em enfermeira**. Eletrônica Interação Psy, 1(1), p.19-33, 2003.

GOMES, G. C. *et al.* O sofrimento psíquico em trabalhadores de UTI interferindo no seu modo de viver a enfermagem. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v.14, n.1, p.93-99, jan./mar., 2006. Disponível em: <http://repositorio.furg.br/handle/1/1541>. Acesso em: 14 mar. 2021.

HALBESLEBEN, J.; BUCKLEY, M. Burnout na vida organizacional. **Journal of Management**, 2004, p. 859-879. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149206304000662>. Acesso em: 25 fev. 2021.

INTER-AGENCY STANDING COMMITTEE. **Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19**, 2020. Disponível em: <https://interagencystandingcommittee.org/system/files/202003/IASC%20Interim%20Briefing>

[%20Note%20on%20COVID19%20Outbreak%20Readiness%20and%20Response%20perAtions%20%20MHPSS%20%28Portuguese%29.pdf](#). Acesso em: 24 fev. 2021.

JODAS, D. A.; HADDAD, M. C. L. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta Paul Enfermagem*, v.22, n.2, 2009.

Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002009000200012&script=sci_arttext. Acesso em: 12 mar. 2021.

KELLY, R. J.; HEARLD, L. R. Burnout and leadership style in behavioral health care: A literature review. *Journal Of Behavioral Health Services e Research*, p. 581-600. Disponível em:

https://scholar.google.com.br/scholar?q=Burnout+and+leadership+style+in+behavioral+health+care:+A+literature+review&hl=pt-BR&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar#d=gs_qabs&u=%23p%3DJl063vBhVbgJ. Acesso em: 20 fev. 2021.

LAUTERT, L. **The professional fatigue: empirical study with hospital nurses**. Ver Gaúcha Enfermagem, 18(2), p.133-44, 1997.

LEMOES, T. C. M.; BRASILEIRO, M. E. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem quando abrimos mão da nossa saúde para cuidar da sua. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição**, 2012. Disponível em:

<http://www.cpgls.ucg.br/7mostra/Artigos/SAUDE%20E%20BIOLOGICAS/S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20em%20trabalhadores%20de%20enfermagem.pdf>. Acesso em: 02 mar. 2021.

LIANG, T. **Manual do COVID-19: Prevenção e tratamento**. Universidade de Medicina de Zhejiang, 2020. Disponível em:

<http://www.zju.edu.cn/english/2020/0323/c19573a1987520/page.htm>. Acesso em: 21 fev. 2021.

LOUREIRO, N. V. **A sobrecarga física, emocional e social dos cuidadores informais e idosos com demência**. Dissertação de mestrado. Universidade Fernando Pessoa, Faculdade de ciências humanas e sociais: Curso de Psicologia Clínica e Saúde, Universidade Fernando Pessoa, 2009. Disponível em: <https://bdigital.ufp.pt/handle/10284/1516>. Acesso em: 21 fev. 2021.

MASLACH, C; JACKSON, S. E. A medição do esgotamento experimentado. *Journal of Organizational Behavior*, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 20 fev. 2021.

MENDES, F. M. P. **Incidência de Burnout em Professores Universitários**. [Dissertação de Mestrado em engenharia de produção]. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/84000>.

Acesso em: 17 fev. 2021.

MENEZES, F.; PAZ, A. A.; LAUTERT, L. **Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem**. Texto contexto – Enfermagem, Florianópolis, v.20, n. 2, p. 225-233, 2011.

MORGANTINI, Luca A. *et. al.* **Fatores que contribuem para o esgotamento profissional de saúde durante a pandemia de COVID-19: Pesquisa Global de Mudança Rápida**.

MedRxiv, p. 1-11, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Primeiros cuidados psicológicos: guia para trabalhadores de campo**. OMS: Genebra, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde mental e considerações psicossociais durante o surto de COVID-19, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publicatinos-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>. Acesso em: 24 fev. 2021.

PIRES, J. C, MACÊDO, K. B. Organizational culture in Brazilian public organizations. **Adm Pública**. 40(1), p. 81-105, 2006.

POLIT, D. F.; BECK, C. T.; HUNGLER, B. P. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização**. Trad. De Ana Thorell. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

POTTER, B. **Superando o esgotamento do trabalho**. São Francisco: Harbor Publishing, 1980.

SALANOVA M.; LLORENS S. Situação atual e desafios futuros no estudo do burnout. **Papéis do psicólogo**, 2008, p. 9-67.

SANTOS, P. A.; CARDOSO, T. A. O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde e Sociedade*: v. 21 n. 1, São Paulo, jan./mar. 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902012000100013&script=sci_arttext. Acesso em: 12 mar. 2021.

SANTOS, J. W. A síndrome de burnout: uma análise social e psicodinâmica. **Revista Eletrônica de Psicologia**, São Paulo, 13 edição, nov. 2009. Disponível em: http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/BceySbdZN5mczCk_2013-5-13-14-51-20.pdf. Acesso em 19 mar. 2021.

SEAWARD, B. L. **Stress: aprenda a lidar com as tensões do dia-a-dia e melhore sua qualidade de vida**. 6. Ed. São Paulo: Editora Novo Conceito, 2009.

STATEN, A. *Combating Burnout: A guide for medical students and junior doctors*. London: CRC Press, 2019.

SUNG, C. W. *et al.*. **Burnout em equipes médicas durante uma pandemia de doença coronavírus (COVID-19)**. Disponível em: <https://ssrn.com/abstract=3594567>. Acesso em: 10 mar. 2021.

TAMAYO, A. **Estresse e cultura organizacional**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2008.

TRINDADE, Letícia L.; LAUTERT, Liana. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 274-279, 2010.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em Educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

UNFPA – United Nations Population Fund. **COVID 19: Um olhar para gênero**. Resumo Técnico, março 2020. Disponível em https://brazil.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Covid19_olhar_genero.pdf. Acesso em: 10 abr. 2021.

VERGARA, Sylvia, C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3 ed. Rio de Janeiro: Atlas, 2000.

YONG, Zhang; YUE, Yu. **Causas para o burnout entre professores do ensino secundário e estratégias preventivas.** Educação e Sociedade Chinesa, 2007.