

## **A prevalência e o impacto dos casos de Síndrome de Burnout entre os profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19: uma revisão de literatura**

### **The prevalence and impact of Burnout Syndrome cases among health professionals during the Covid-19 pandemic: a literature review**

DOI:10.34119/bjhrv5n2-102

Recebimento dos originais: 15/02/2022

Aceitação para publicação: 25/03/2022

#### **Andresa dos Santos Carvalho**

Médica

Instituição: Universidade Estadual do Piauí

Endereço: Rua João Cabral, 2231, Bairro Pirajá, Teresina – PI, CEP: 64002-150

E-mail: andresacarvalho1805@gmail.com

#### **Beatriz De Freitas Matias**

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade São Leopoldo Mandic - SLM

Endereço: Rua Dr. José Rocha Junqueira, 13, Pte. Preta - Campinas, SP, CEP:13045-755

E-mail: beatrizsmatias@hotmail.com

#### **Bruna da Costa Araújo**

Graduando em Medicina

Instituição: Centro Universitário Tocantinense Presidente Antônio Carlos - UNITPAC

Endereço: Av. Filadélfia, 568, Setor Oeste, Araguaína-TO, CEP 77.816-540

E-mail: brunacosta7@hotmail.com

#### **Flávia Pavani Teodoro**

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade José do Rosário Vellano - UNIFENAS

Endereço: Rodovia MG-179 Km 0 s/n Bairro Trevo, Alfenas - Minas Gerais, CEP: 37130-000

E-mail: flavia.teodoro@aluno.unifenas.br

#### **Gabriel Felipe Sant'Ana Silva**

Graduando em Medicina

Instituição: Centro Universitário de Belo Horizonte - UNIBH

Endereço: Avenida Professor Mário Werneck, 1685 - Belo Horizonte, Minas Gerais

CEP: 30575-180

E-mail: gabrielf.santana@outlook.com

#### **Jaíza Aparecida Dias Silva**

Graduanda em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Rio Grande do Sul -UFRGS

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2400, Santa Cecília, Porto Alegre -RS, CEP: 90035-002

E-mail: jaizads@gmail.com

**Luany Gomes Ferreira dos Santos**

Graduando em Medicina

Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU

Endereço: R. Jonathas de Vasconcelos, 316 - Boa Viagem, Recife-PE, CEP: 51021-140

E-mail: luany29@outlook.com

**Gustavo Fonseca Genelhu Soares**

Médico

Instituição: Centro Universitário de Caratinga (UNEC)

Endereço: R. Niterói, 120-134 - Nossa Sra. das Graças, Caratinga – MG, CEP: 35300-345

E-mail: gufmed@hotmail.com

**RESUMO**

O presente estudo tem como objetivo avaliar a prevalência e o impacto da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes durante a pandemia de Covid-19, a partir da análise de produções científicas atuais sobre esse tema. A Síndrome de Burnout é uma resposta à exposição ao estresse no ambiente de trabalho, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização, cinismo e baixo nível de envolvimento e rendimento profissional. Essa pandemia sobrecarregou as forças de trabalho dos profissionais de saúde que passaram por aumento da demanda por seus serviços, enquanto a disponibilidade de profissionais não era capaz de atender de maneira adequada. O risco de efeitos psicológicos adversos entre esses profissionais tem sido alto. Ademais, a falta de recursos e altas taxas de mortalidade no ambiente de trabalho são fatores que sujeitam os profissionais de saúde, os quais ficam com poucas oportunidades de lazer. Dentro do contexto brasileiro, os prejuízos mentais relacionados ao trabalho dos profissionais da saúde já existem. Diante do exposto, demonstra-se a necessidade de políticas que acolham profissionais de saúde dentro e fora do ambiente hospitalar. Em conclusão, destaca-se como limitação desta revisão, o número atual de artigos que descrevam o desfecho da síndrome de burnout em profissionais de saúde a longo prazo.

**Palavras-chave:** síndrome de burnout, pandemia da covid-19, burnout ocupacional.

**ABSTRACT**

The present study aims to evaluate the prevalence and impact of Burnout Syndrome in health professionals working during the Covid-19 pandemic, based on the analysis of current scientific productions on this topic. Burnout Syndrome is a response to exposure to stress in the environment work, characterized by emotional exhaustion, depersonalization, cynicism and low level of involvement and professional performance. This pandemic has overwhelmed the workforces of healthcare professionals who have experienced increased demand for their services, while the availability of professionals has not been able to adequately serve them. The risk of adverse psychological effects among these professionals has been high. In addition, the lack of resources and high mortality rates in the work environment are factors that subject health professionals, who are left with few leisure opportunities. Within the Brazilian context, mental impairments related to the work of health professionals already exist. Given the above, the need for policies that welcome health professionals inside and outside the hospital environment is demonstrated. In conclusion, the current number of articles describing the outcome of burnout syndrome in health professionals in the long term stands out as a limitation of this review.

**Keywords:** burnout syndrome, covid-19 pandemic, occupational burnout.

## 1 INTRODUÇÃO

No dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou estado de pandemia da COVID-19, o que desencadeou várias mudanças no cenário da saúde brasileira. Neste contexto, muitos profissionais da saúde experienciaram um aumento dos níveis de estresse relacionados ao trabalho e sintomas psicológicos como a Síndrome de Burnout (FARIA et al., 2021). A Síndrome de Burnout é descrita como uma resposta prolongada à exposição crônica ao estresse emocional e interpessoal no ambiente de trabalho, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização, cinismo e baixo nível de envolvimento e rendimento profissional (FORASTIERE, 2016).

De acordo com uma pesquisa publicada na Revista Brasileira de Psicoterapia, cerca de 50,8% dos profissionais de saúde da assistência direta e 23,5% dos da assistência indireta apresentaram sintomas sugestivos de alto índice de Burnout durante a pandemia do COVID-19 (MOSER et al., 2021). Segundo Galanis et al. (2021), a diminuição de suporte social, a falta de equipamentos de proteção adequada, o medo de exposição ao COVID-19 e o aumento do nível de estresse podem ser fatores contribuintes para o aumento da prevalência da Síndrome de Burnout entre profissionais da saúde durante a pandemia.

No cenário atual, o desenvolvimento desse distúrbio psíquico por trabalhadores atuantes na área da saúde está associado a muitos efeitos adversos, incluindo esgotamento psíquico, ausência de entusiasmo para trabalhar, insatisfação pessoal e queda significativa da produtividade, bem como sentimentos excessivos de fracasso e insegurança (FILHO; VITAL; OLIVEIRA, 2021). Considerando-se, então, a alta carga laboral a que esses profissionais da linha de frente estão expostos, o constante convívio com a morte de pacientes e o dever cotidiano de lidar com o sofrimento, verifica-se que esse corpo de trabalhadores é mais suscetível a desenvolver a Síndrome de Burnout, especialmente no contexto pandêmico presente (FREITAS et al., 2020).

Ademais, elevados níveis de cobrança gerados como forma de acompanhar, a qualquer custo, as transformações sociais e políticas, afetaram profundamente o comportamento dos indivíduos, relegando a satisfação pessoal e comprometendo o próprio bem-estar no ambiente de trabalho (CARLOTTO; GOBBI, 2000 apud SCHMITZ, 2015).

Diante dessa menção, a importância dessa revisão literária consiste em analisar o impacto da pandemia por COVID-19 no sofrimento emocional dos profissionais de saúde, levando-se em consideração a maneira como cargas excessivas de trabalho e altos níveis de exigência pessoal transformam o indivíduo e prejudicam seu rendimento profissional, acarretando o desenvolvimento de Burnout. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo

avaliar a prevalência e o impacto da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes durante a pandemia de Covid-19, a partir da análise de produções científicas atuais sobre o tema.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A Síndrome de Burnout está relacionada à exposição crônica ao estresse no ambiente de trabalho e é extremamente presente nos profissionais que atuam em Medicina de Emergência (ME). Um estudo de 2020 demonstrou uma prevalência do Burnout de 60% entre os médicos emergencistas quando utilizado o *Maslach Burnout Inventory* (MBI). A nível de comparação, a prevalência encontrada em médicos de outros departamentos foi de 38% e na população geral foi de 30%, demonstrando que a profissão médica já está associada a um maior risco para a síndrome (ZHANG et al., 2020).

A pandemia da Covid-19 sobrecarregou as forças de trabalho dos profissionais da saúde que passaram por grande aumento da demanda por seus serviços, enquanto a disponibilidade de profissionais não era capaz de atender de maneira adequada. Aliado a isso, houve afastamento de colegas infectados pelo vírus, associado a um cenário de incerteza em relação à doença. Burnout é apenas uma das consequências de todo o contexto enfrentado por esses trabalhadores. Diversas revisões demonstraram aumento também de transtornos de ansiedade, depressão e estresse pós-traumático, mas em níveis inferiores ao da Síndrome de Burnout. Distúrbios do sono e sintomas gerais de estresse também apresentaram alta prevalência entre os profissionais de saúde estudados, o que reforça a necessidade de uma maior assistência e cuidado com a saúde mental desses indivíduos (GALANIS et al., 2021).

A valorização e o reconhecimento dos profissionais da saúde, principalmente os da enfermagem, passam por grandes dificuldades. A equipe de enfermagem enfrenta más condições de trabalho, falta de recursos materiais e baixa valorização em diversos locais de atuação. O contexto da pandemia agravou ainda mais esse cenário, porque além da sobrecarga de trabalho, muitos desses trabalhadores foram afetados emocionalmente. Relataram, por exemplo, medo de serem infectados pela doença e transmitirem para familiares. Todo esse panorama, associado a uma baixa remuneração e à falta de assistência psicológica dos hospitais aos seus trabalhadores, que muitas vezes não possuem condições de pagar pelo serviço particular, resulta em uma equipe que se sente ainda mais desvalorizada e desmotivada (LUZ et al., 2021; NISHIMURA et al., 2021).

O risco de resultados psicológicos adversos entre os profissionais de saúde tem sido particularmente alto (SAHEBI et al., 2021). Os profissionais de saúde estão enfrentando

condições difíceis e recursos limitados para cuidar de pacientes com COVID-19, colocando-os em maior risco de depressão, ansiedade e insônia. É vital avaliar a saúde mental dos profissionais de saúde que estão na linha de frente dessa pandemia. Um estudo na China relatou uma alta prevalência de depressão (50,4%), ansiedade (44,6%), insônia (34%) e sofrimento psicológico (71,5%) entre os profissionais de saúde da linha de frente (LAI et al., 2020).

Vale ressaltar também que, diante de um cenário de pandemia, é comum que ocorra a paralisação de atividades consideradas não essenciais, além de recomendação para que os indivíduos se mantenham distanciados socialmente e trabalhem em sistema de home-office (AQUINO et al., 2020). Contudo, essa não é a realidade dos profissionais da saúde, uma vez que a grande demanda por cuidados médicos impossibilita a redução de suas atividades, exigindo que enfermeiros, médicos e técnicos de enfermagem atuem na linha de frente (ORNELL et al., 2020).

Desse modo, da mesma forma que durante o surto da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) em 2003 e o Surto da Síndrome Respiratória (MERS) no Oriente Médio em 2015, foi verificada a presença de problemas emocionais e sintomas psiquiátricos em profissionais da saúde em decorrência da sobrecarga de trabalho (LEE et al., 2018). Altos níveis de estresse, ansiedade e exaustão emocional também fazem parte, hoje, do cotidiano dos trabalhadores que lidam diretamente com a Covid-19 dentro dos hospitais (SANTAMARÍA et al., 2020).

Segundo Ornell et al. (2020), essas questões psicológicas não ocorrem apenas pela sobrecarga de trabalho, já que estão atreladas também à pressão social a que esses profissionais são submetidos: ao serem enxergados socialmente como super-heróis em um cenário pandêmico, médicos, enfermeiros e demais trabalhadores se sentem pressionados para não errar, não temer a doença e a não desistir.

Ademais, a falta de recursos como leitos de UTI, equipamentos de proteção individual e altas taxas de mortalidade no ambiente de trabalho também são fatores que sujeitam os profissionais da saúde a um cenário pesado, os quais, diante de uma realidade que impõe o isolamento social, ficam com poucas oportunidades de lazer e convívio com família e amigos para aliviar toda pressão enfrentada no trabalho (MOURA; FURTADO; SOBRAL, 2020). Assim, além da ansiedade e depressão, médicos e demais profissionais da saúde que atuam na linha de frente também têm apresentado medo, angústia e exaustão como resposta a toda essa sobrecarga emocional e física imposta pelo trabalho durante a pandemia (PACCHIAROTTI et al., 2020).

Em estudo conduzido no Japão, no St Luke's International Hospital, dos 312 profissionais da saúde atuantes na linha de frente da pandemia entrevistados pelos pesquisadores, a prevalência de Síndrome de Burnout foi de 31,4%. No entanto, segundo os mesmos autores da pesquisa, esse número foi maior para enfermeiros, entre os quais 46,8% apresentaram burnout, e também em profissionais do sexo feminino, com 80,6% (MATSUO et al., 2019).

Dentro do contexto brasileiro, todo esse cenário de prejuízos mentais relacionados ao trabalho dos profissionais da saúde já ocorre dentro de um setor negligenciado, o que pode acentuar ainda mais esse quadro de sobrecarga no momento da atual pandemia (TEIXEIRA et al., 2020). De acordo com Bitencourt e Andrade (2021), a precarização do trabalho na área da saúde, no Brasil, por si só já contribui para a existência de doenças psíquicas relacionadas ao ambiente profissional.

A realidade da pandemia deve ser clara, para minimizar medos, inseguranças e incertezas, como também manter os protocolos de trabalho atualizados. É imprescindível a participação ativa dos profissionais envolvidos no processo para torná-los mais seguros em seu ambiente de trabalho. Os saberes devem ser elaborados em conjunto, para aproximar instituições e indivíduos com as questões vivenciadas, e o apoio entre as equipes é importante nesse momento delicado que tais profissionais enfrentam. A segurança em trabalhar com a equipe completa, a qual já se está habituado, mostrou também ser um importante amparo para eles na pandemia (KIRBY et al., 2021).

A identificação do burnout entre os trabalhadores da saúde durante a pandemia pode auxiliar na adoção de estratégias de prevenção do adoecimento no trabalho. O reconhecimento dos aspectos sociolaborais, que contribuem para o esgotamento profissional, fornece dados aos gestores para investir em melhores ambientes de trabalho e suporte às equipes de saúde (MAGALHÃES et al., 2021). Moser et al. (2021) demonstrou em seu estudo que, diante da alarmante prevalência de burnout e transtorno depressivo entre os profissionais ligados diretamente à assistência na Covid-19, é necessário que intervenções específicas de acordo com cada grupo profissional sejam tomadas.

Os estudos incentivam novas discussões capazes de direcionar e beneficiar ações de promoção da saúde ocupacional entre trabalhadores de saúde, além de estratégias para atuação ética, segura e humanizada em saúde mental (FREITAS et al., 2020; AMARAL et al., 2021).

Recomenda-se, então, a adoção de hábitos saudáveis, com enfoque em atividades que visem ao bem-estar do corpo e da mente tanto na prevenção, como adjuvante (SANTOS et al., 2021). Além disso, a psicoeducação sobre sintomas de estresse pós-traumático, ansiedade e

depressão devem ser fornecidas aos trabalhadores para que possam identificar esses sintomas neles e em seus colegas, nos estágios iniciais (KIRBY et al., 2021).

Assim, esses profissionais precisam ter a sua saúde mental avaliada frequentemente, principalmente em relação aos escores de ansiedade, depressão, burnout e risco de suicídio. Deve-se investigar eventuais vulnerabilidades, como históricos traumáticos e dificuldades socioeconômicas. Casos mais graves deverão receber orientação e acompanhamento psiquiátrico (MOSER et al., 2021).

### **3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir da análise dos achados na literatura, verificou-se que a prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes durante a pandemia de COVID-19 tem sido alta, sobretudo em médicos emergencistas e enfermeiros. Os sinais, sintomas e comorbidades mais citados pela literatura relacionados ao burnout foram altos níveis de estresse, depressão, ansiedade, insônia, medo, angústia e exaustão. Além disso, evidencia-se que a pandemia de COVID-19 trouxe consigo o aumento da demanda por profissionais da saúde, escassez de recursos hospitalares e sobrecarga de trabalho, o que contribuiu com o aumento do burnout nas equipes médicas. Os estudos mostraram, ainda, a necessidade de desenvolver políticas que acolham profissionais de saúde dentro e fora do ambiente hospitalar para prevenir e aliviar o quadro clínico provocado pela Síndrome de Burnout. Em conclusão, destaca-se como uma limitação desta revisão, o número atual de artigos que descrevam o desfecho da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde a longo prazo, o que pode demonstrar a necessidade de dar continuidade a este estudo e a sua importância.

## REFERÊNCIAS

1. AMARAL, G. G. et al. Suporte ético-emocional à profissionais de enfermagem frente à pandemia de COVID-19: relato de experiência. **Escola Anna Nery**. v. 26, n.spe, p. e20210234, 2021.
2. AQUINO, E. M. L. et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 25, n. 1, p. 2423-2446, 2020.
3. BITENCOURT, S. M.; ANDRADE, C. B. Trabalhadoras da saúde face à pandemia: por uma análise sociológica do trabalho de cuidado. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 26, n. 3, p. 1013-1022, 2021.
4. FARIA, A.R.Q.D.P. et al. Impact of the COVID-19 pandemic on the development of burnout syndrome in frontline physicians: prevalence and associated factors. **Revista da Associação Médica Brasileira**. v. 67, n. 7, p. 942-949, 2021.
5. FILHO, J. M. N.; VITAL, A. L. F.; OLIVEIRA, A. K. S. G. Síndrome de Burnout e ansiedade em trabalhadores em saúde mental: enfrentando uma realidade silenciosa. **Revista Ciência Plural**. v. 7, n. 2, p. 74-87, 2021.
6. FORASTIERI, V. Prevention of psychosocial risks and work-related stress. **International Journal of Labour Research**. v. 8, n.1-2, p.11-33, 2016.
7. FREITAS, R. F. et al. Preditores da Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. **J. Bras Psiquiatr**. v. 70, n. 1, p. 12-20, 2020.
8. GALANIS, P. et al. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. **The Journal of Advanced Nursing (JAN)**. v. 77, n. 8, p. 3286-3302, 2021.
9. KIRBY, E. E. F. et al. COVID-19 e suas influências psíquicas na percepção da equipe de enfermagem da atenção paliativa oncológica. **Rev Min Enferm**. v. 25, p. e-1355, 2021.
10. LAI, J. et al. Fatores associados a resultados de saúde mental entre profissionais de saúde expostos à doença por coronavírus 2019. **JAMA network open**. v. 3, n. 3, p. e203976-e203976, 2020.
11. LEE, S. M. et al. Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients. **Comprehensive Psychiatry**. v. 87, p. 123-127, 2018.
12. LUZ, D.C.R.P. et al. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing (São Paulo)**. v. 24, n. 276, p. 5714-5725, 2021.
13. MAGALHÃES, A. et al. Professional burnout of nursing team working to fight the new coronavirus pandemic. **Rev Bras Enferm**. v. 75, n. 1, p. e20210498, 2022.
14. MATSUO, T. et al. Prevalence of health care worker burnout during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic in Japan. **JAMA Network Open**. v. 3, n. 8, p. e2017271, 2020.

15. MOSER, C. M. et al. Saúde mental dos profissionais da saúde na pandemia do coronavírus (Covid-19). **Revista Brasileira de Psicoterapia**. v. 23, n.1, p. 107-125, 2021.
16. MOURA, E. C.; FURTADO, L.; SOBRAL, F. Epidemia de burnout durante a pandemia de Covid-19: O papel da LMX na redução do burnout dos médicos. **Revista de Administração de Empresas**. v. 60, n. 6, p. 426-436, 2020.
17. NISHIMURA, Y. et al. Burnout of Healthcare Workers Amid the COVID-19 Pandemic: A Follow-Up Study. **International journal of environmental research and public health**. v. 18, n. 21, p. 11581, 2021.
18. ORNELL, F. et al. The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 36, n. 4, p. e00063520, 2020.
19. PACCHIAROTTI, I. et al. A psychiatrist's perspective from a COVID-19 epicentre: a personal account. **BJPsych Open**. v. 6, n. 5, p. 1-7, 2020.
20. SAHEBI, A. et al. The prevalence of anxiety and depression among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: An umbrella review of meta-analyses. **Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry**. v. 107, p. 110247, 2021.
21. SANTAMARÍA, M. D. et al. Impacto psicológico de la COVID-19 en una muestra de profesionales sanitarios españoles. **Revista de Psiquiatría y Salud Mental**. v. 14, n. 2, p. 106-112, 2020.
22. SANTOS, K. M. R. et al. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery**. v. 25, n. spe, p. e20200370, 2021.
23. SCHMITZ, G. A. **Síndrome de Burnout: uma proposta de análise sob enfoque analítico-comportamental**. 2015. 59f. Dissertação (Mestrado em Análise de comportamento) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2015.
24. TEIXEIRA, C. F. S. et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 25, n. 9, p. 3465-3474, 2020.
25. ZHANG, Q. et al. Burnout in emergency medicine physicians: a meta-analysis and systematic review. **Medicine (Baltimore)**. v. 99, n. 32, p. e21462, 2020.