

BURNOUT NA SAÚDE: DESAFIOS E IMPACTOS ENTRE PROFISSIONAIS DA ENFERMAGEM E MEDICINA

**BURNOUT IN HEALTHCARE: CHALLENGES AND IMPACTS AMONG NURSING
AND MEDICAL PROFESSIONALS**

**BURNOUT EN LA ATENCIÓN MÉDICA: DESAFÍOS E IMPACTOS ENTRE LOS
PROFESIONALES DE ENFERMERÍA Y MÉDICOS**

**Virgínia Luiza Silva Costa¹, Camila Nunes Carvalho², Matheus dos Santos Caroni³, Sílvia de
Carvalho Jaldin⁴, Gisele Soares de Souza⁵, Rosenildo Souza da Silva⁶, Marcos Humberto Silva
Lima⁷, Belília Domireth Gomes Canga⁸, Vinícius Morona Marcolina⁹, Kainan José Saraiva
Barros¹⁰, Kauane Tedesco¹¹, Alicia Viviana Mendez¹², Vanessa Silva da Rosa¹³, Geisa Camila
Moreira Tavares de Menezes¹⁴, Ademar Freire de Andrade Neto¹⁵, Jayme Victor Dias de Sousa¹⁶**

DOI: 10.54899/dcs.v23i86.4368

Recibido: 22/12/2025 | **Aceptado:** 19/01/2026 | **Publicación en línea:** 28/01/2026.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar os desafios e os impactos da síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina, buscando compreender os fatores

¹ Mestra em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT), Cuiabá, Mato Grosso, Brasil.

E-mail: virginialscosta@gmail.com

² Doutora em Odontologia, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Recife, Pernambuco, Brasil

E-mail: Nunes.carvalho.camila@hotmail.com

³ Mestre em Ciências Fisiológicas, Universidade Estadual de Maringá, Maringá, Paraná, Brasil.

E-mail: matheus.caroni@hotmail.com

⁴ Médica Gestora Sênior em Saúde Suplementar, Universidade Santo Amaro (UNISA), São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: siljaldin@gmail.com

⁵ Graduada em Ciências Biológicas, Centro Universitário Fundação Santo André. Santo André, São Paulo, Brasil.

E-mail: gisele.lyriae@gmail.com

⁶ Mestrando em Saúde e Sociedade, Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Natal, Rio Grande do Norte, Brasil. E-mail: nildosouza22@gmail.com

⁷ Graduado em Engenharia de Segurança do Trabalho, Faculdade Figueiredo Costa (FIC - UNIFAL), Maceió, Alagoas, Brasil. E-mail: humberto.marcos@gmail.com

⁸ Mestra em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: beliliacanga98@gmail.com

⁹ Graduado em Medicina, Universidade Positivo (UP), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: vinimarcolina@hotmail.com

¹⁰ Bacharel em Enfermagem, Centro Universitário Estácio de São Luís, São Luís, Maranhão, Brasil.

E-mail: kainansaraiva@gmail.com

¹¹ Graduanda em Medicina, Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, Santa Catarina, Brasil.

E-mail: kauanetedesco@outlook.com

¹² Licenciada em Medicina, Universidade Técnico Privada Cosmos (UNITEC), Puerto Quijarro, Bolívia.

E-mail: aliciavivianamendez@gmail.com

¹³ Mestranda em Educação, Universidade (UFRGS), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.

E-mail: vsr.poa@gmail.com

¹⁴ MBA em Auditoria e Sistemas de Saúde, Faculdade Roraimense de Ensino Superior (FARES), Boa Vista, Roraima, Brasil. E-mail: moreirageisa@hotmail.com

¹⁵ Universidade Unigranrio Afya, Duque de Caxias, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: demaad30@gmail.com

¹⁶ Graduando em Medicina, Afya Salvador, Salvador, Bahia, Brasil. E-mail: jaymevictorsousa89@gmail.com

desencadeadores, os efeitos na saúde física e emocional e as estratégias de enfrentamento no ambiente de trabalho. Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa, no qual foram conduzidas entrevistas em profundidade com oito profissionais de saúde, seguindo as recomendações metodológicas de Kvale e Brinkmann (2009), e os dados foram analisados por meio da técnica de análise temática de Braun e Clarke (2006). Os resultados evidenciaram que o Burnout se manifesta de forma multifacetada, envolvendo esgotamento emocional, sobrecarga laboral, despersonalização e sentimentos de desvalorização, com impactos significativos na qualidade de vida, na saúde mental e no desempenho profissional. Foi identificado que fatores organizacionais, como excesso de jornadas, insuficiência de recursos, pressão por resultados e ausência de suporte institucional, são determinantes na ocorrência da síndrome. Adicionalmente, observou-se que as estratégias de enfrentamento adotadas pelos profissionais são majoritariamente individuais e insuficientes, ressaltando a necessidade de políticas institucionais de prevenção, acompanhamento psicológico e valorização do trabalhador. Em síntese, o estudo evidencia que o Burnout constitui um problema para a saúde ocupacional e para a sustentabilidade do cuidado em saúde, demandando ações integradas entre indivíduos e instituições para promover ambientes laborais saudáveis e humanizados.

Palavras-chave: Saúde. Burnout. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

This study aimed to analyze the challenges and impacts of Burnout syndrome among nursing and medical professionals, seeking to understand the triggering factors, the effects on physical and emotional health, and coping strategies in the workplace. This is an experience report with a qualitative approach, in which in-depth interviews were conducted with eight healthcare professionals, following the methodological recommendations of Kvale and Brinkmann (2009), and the data were analyzed using the thematic analysis technique of Braun and Clarke (2006). The results showed that Burnout manifests itself in a multifaceted way, involving emotional exhaustion, work overload, depersonalization, and feelings of devaluation, with significant impacts on quality of life, mental health, and professional performance. It was identified that organizational factors, such as excessive working hours, insufficient resources, pressure for results, and lack of institutional support, are determinants in the occurrence of the syndrome. Additionally, it was observed that the coping strategies adopted by professionals are mostly individual and insufficient, highlighting the need for institutional policies for prevention, psychological support, and worker empowerment. In summary, the study shows that burnout constitutes a problem for occupational health and for the sustainability of healthcare, demanding integrated actions between individuals and institutions to promote healthy and humanized work environments.

Keywords: Health. Burnout. Quality of Life.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo analizar los desafíos e impactos del síndrome de Burnout en profesionales de enfermería y medicina, buscando comprender los factores desencadenantes, los efectos en la salud física y emocional, y las estrategias de afrontamiento en el ámbito laboral. Se trata de un informe de experiencia con un enfoque cualitativo, en el que se realizaron entrevistas en profundidad a ocho profesionales de la salud, siguiendo las recomendaciones metodológicas

de Kvale y Brinkmann (2009), y los datos se analizaron mediante la técnica de análisis temático de Braun y Clarke (2006). Los resultados mostraron que el Burnout se manifiesta de forma multifacética, incluyendo agotamiento emocional, sobrecarga laboral, despersonalización y sentimientos de desvalorización, con impactos significativos en la calidad de vida, la salud mental y el desempeño profesional. Se identificó que factores organizacionales, como el exceso de horas de trabajo, la insuficiencia de recursos, la presión por los resultados y la falta de apoyo institucional, son determinantes en la aparición del síndrome. Además, se observó que las estrategias de afrontamiento adoptadas por los profesionales son mayoritariamente individuales e insuficientes, lo que resalta la necesidad de políticas institucionales de prevención, apoyo psicológico y empoderamiento laboral. En resumen, el estudio muestra que el síndrome de burnout constituye un problema para la salud laboral y la sostenibilidad de la atención sanitaria, lo que exige acciones integradas entre individuos e instituciones para promover entornos laborales saludables y humanizados.

Palabras clave: Salud. Burnout. Calidad de Vida.



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

INTRODUÇÃO

A presente pesquisa aborda o tema Burnout na saúde: desafios e impactos entre profissionais da enfermagem e medicina, considerando o contexto atual de intensas transformações nos sistemas de saúde e nas condições de trabalho desses profissionais. O estudo busca compreender como a síndrome de Burnout se manifesta no cotidiano laboral de enfermeiros e médicos, analisando fatores associados ao ambiente de trabalho, à sobrecarga física e emocional, bem como às exigências técnicas e humanas inerentes ao cuidado em saúde.

A síndrome de Burnout é caracterizada por um estado de esgotamento físico, emocional e mental decorrente da exposição prolongada a estressores ocupacionais crônicos (Ferreira *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025). No contexto da saúde, especialmente entre profissionais da enfermagem e da medicina, essa condição tem se mostrado cada vez mais frequente, em razão de jornadas extensas, alta responsabilidade, contato constante com o sofrimento humano, pressão por resultados e, muitas vezes, condições inadequadas de trabalho. Esses fatores contribuem para o desgaste profissional, afetando não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada aos pacientes (Silva, 2019; Silva, 2021; Simões, 2025; Lima *et al.*, 2025).

Diante desse cenário, surge a seguinte situação-problema: o aumento dos casos de

Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina tem impactado negativamente tanto a saúde desses trabalhadores quanto a eficiência dos serviços de saúde. Assim, formula-se a seguinte pergunta de pesquisa: quais são os principais desafios e impactos da síndrome de Burnout na saúde física, mental e profissional de enfermeiros e médicos atuantes nos serviços de saúde?

O objetivo geral desta pesquisa é analisar os desafios e os impactos da síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina. Como objetivos específicos, pretende-se: identificar os principais fatores desencadeadores do Burnout nesses profissionais; descrever os impactos da síndrome na saúde física, emocional e no desempenho profissional; e discutir possíveis estratégias de prevenção e enfrentamento no ambiente de trabalho em saúde.

A justificativa para a realização deste estudo fundamenta-se na relevância social, científica e profissional do tema, uma vez que o Burnout representa um grave problema de saúde ocupacional, com repercussões diretas na qualidade de vida dos profissionais e na segurança do cuidado ao paciente. Compreender essa problemática contribui para o desenvolvimento de políticas institucionais, ações preventivas e estratégias de promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, tornando esta pesquisa relevante para gestores, profissionais da saúde e para a produção de conhecimento na área.

MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência, com abordagem qualitativa, desenvolvido a partir da vivência profissional e da escuta sistematizada de profissionais da área da saúde. A abordagem qualitativa foi escolhida por possibilitar a compreensão aprofundada das percepções, sentimentos e significados atribuídos pelos participantes (Lima *et al.*, 2020; Lima *et al.*, 2023; Lima *et al.*, 2024; Lima, 2024; Lima *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025; Lima *et al.*, 2025) às experiências relacionadas à síndrome de Burnout no contexto de trabalho em enfermagem e medicina.

A coleta de dados ocorreu por meio da aplicação de entrevistas em profundidade, consideradas adequadas para explorar experiências subjetivas e complexas. As entrevistas foram conduzidas de forma semi estruturada, permitindo flexibilidade na condução do diálogo e aprofundamento das narrativas, seguindo as recomendações metodológicas propostas por Kvale

e Brinkmann (2009), que destacam a entrevista qualitativa como um processo de produção de conhecimento baseado na interação entre entrevistador e entrevistado.

A amostra foi composta por oito profissionais da saúde, sendo enfermeiros e médicos atuantes em diferentes serviços de saúde. A seleção dos participantes ocorreu por conveniência, considerando critérios como tempo de atuação profissional e disponibilidade para participar do estudo. O número de participantes mostrou-se suficiente para a saturação das informações, conforme os pressupostos da pesquisa qualitativa.

Para a análise dos dados, utilizou-se a análise temática, considerada uma técnica complexa e rigorosa da análise qualitativa, que exige leitura exaustiva, codificação sistemática e interpretação cuidadosa dos dados. A análise seguiu as etapas propostas por Braun e Clarke (2006), incluindo familiarização com o material, geração de códigos iniciais, busca por temas, revisão, definição e nomeação dos temas, possibilitando a identificação de padrões de sentido relacionados ao Burnout entre os profissionais investigados.

RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS

Os resultados obtidos a partir das entrevistas em profundidade permitiram identificar múltiplas dimensões relacionadas à vivência da síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina. A análise temática revelou que o esgotamento emocional, a sobrecarga de trabalho e a desvalorização profissional emergem como elementos centrais nos discursos dos participantes, atravessando tanto aspectos individuais quanto organizacionais do trabalho em saúde.

De modo geral, os respondentes relataram que a rotina profissional é marcada por jornadas extensas, acúmulo de funções e pressão constante por produtividade. Segundo os entrevistados E01 e E04, “a carga horária ultrapassa o que está no contrato” e “não há tempo suficiente para descanso físico e mental”, o que contribui diretamente para o sentimento de exaustão contínua. Esses relatos evidenciam a presença de um estressor ocupacional crônico, característica fundamental da síndrome de Burnout.

O esgotamento emocional foi uma das categorias mais recorrentes na fala dos participantes. O entrevistado E03 relatou sentir-se “emocionalmente drenado ao final de cada plantão”, enquanto o E05 afirmou que “chega um momento em que não se consegue mais lidar com o sofrimento do outro”. Tais falas indicam que o contato permanente com a dor, a doença e

a morte gera impactos profundos na saúde mental desses profissionais.

Além disso, observou-se que o desgaste emocional é frequentemente acompanhado por sintomas físicos, como dores musculares, cefaleia e distúrbios do sono. Segundo os respondentes E02 e E06, “o corpo começa a dar sinais” e “o cansaço não passa nem com folga”, demonstrando que o Burnout se manifesta de forma integrada, afetando corpo e mente. Esses achados reforçam a literatura que aponta o caráter psicossomático da síndrome.

Outro aspecto fortemente presente nos relatos refere-se à sobrecarga de trabalho. Os profissionais destacaram a insuficiência de recursos humanos como fator determinante para o aumento das responsabilidades individuais. De acordo com E07, “quando falta um profissional, quem está assume tudo”, enquanto E03 relatou que “é comum cuidar de mais pacientes do que o recomendado”. Essa realidade intensifica o estresse ocupacional e contribui para o desgaste progressivo.

A pressão por desempenho e resultados também foi apontada como um elemento gerador de sofrimento. Segundo os respondentes E01 e E05, existe uma cobrança constante por rapidez e eficiência, mesmo em contextos de escassez de recursos. O E05 afirmou que “existe uma cobrança por perfeição, mas sem oferecer condições adequadas de trabalho”, o que gera frustração e sentimento de impotência profissional.

No que se refere às relações interpessoais no ambiente de trabalho, os participantes relataram conflitos frequentes, comunicação deficiente e falta de apoio institucional. O entrevistado E06 destacou que “não há espaço para diálogo”, enquanto E02 afirmou que “o profissional é cobrado, mas raramente escutado”. Esses fatores contribuem para o isolamento emocional e reforçam o sentimento de desamparo no ambiente laboral.

A desvalorização profissional apareceu de forma significativa nos discursos, especialmente entre os profissionais de enfermagem. Segundo os respondentes E04 e E08, “o esforço não é reconhecido” e “o trabalho é visto como obrigação, não como dedicação”. Essa percepção de invisibilidade profissional intensifica a sensação de desgaste e reduz a motivação para o trabalho.

Outro elemento importante identificado foi a dificuldade de separar a vida profissional da pessoal. Os entrevistados relataram que o estresse do trabalho frequentemente se estende para o ambiente familiar. De acordo com E01, “chego em casa ainda pensando nos pacientes”, enquanto E07 afirmou que “o trabalho ocupa até os momentos de descanso”. Essa sobreposição compromete o equilíbrio emocional e favorece o desenvolvimento do Burnout.

Os relatos também evidenciaram sentimentos de frustração e perda do sentido do trabalho. O entrevistado E03 afirmou que “já foi mais gratificante”, enquanto E05 relatou que “a paixão pela profissão vai se perdendo com o tempo”. Esses discursos se relacionam à dimensão de despersonalização, um dos pilares da síndrome de Burnout, caracterizada pelo distanciamento afetivo em relação ao trabalho.

No que diz respeito ao impacto na qualidade da assistência, os participantes reconheceram que o esgotamento interfere diretamente no cuidado prestado ao paciente. Segundo E02 e E06, “o cansaço aumenta a chance de erros” e “a atenção já não é a mesma”. Esse achado reforça a gravidade do Burnout não apenas como problema individual, mas como questão de segurança do paciente e de saúde pública.

Por fim, observa-se que os dados analisados nesta primeira parte evidenciam que o Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina é resultado de um conjunto complexo de fatores organizacionais, emocionais e sociais. As narrativas dos participantes revelam um cenário de adoecimento progressivo, no qual o trabalho, que deveria ser fonte de realização, torna-se um agente de sofrimento contínuo.

Alguns participantes relataram recorrer ao afastamento emocional como mecanismo de defesa. De acordo com E03, “se não criar uma barreira, não consegue continuar”, enquanto E05 afirmou que “é preciso se desligar um pouco para não sofrer tanto”. Essa estratégia, embora funcione momentaneamente, pode contribuir para o processo de despersonalização, característica central da síndrome de Burnout.

Outros profissionais relataram buscar apoio fora do ambiente de trabalho, principalmente na família e em colegas próximos. Segundo os respondentes E02 e E06, “conversar com alguém ajuda” e “o apoio dos colegas faz diferença”. No entanto, foi consenso que esse suporte ocorre de forma informal, sem incentivo institucional ou políticas estruturadas de cuidado à saúde mental do trabalhador.

A ausência de apoio psicológico institucional foi amplamente destacada pelos participantes. O entrevistado E04 relatou que “não existe acompanhamento emocional para o profissional”, enquanto E07 afirmou que “só se fala em cuidar do paciente, nunca de quem cuida”. Esses relatos revelam uma lacuna significativa nas instituições de saúde no que se refere à promoção do bem-estar dos trabalhadores.

No que diz respeito aos impactos na saúde mental, os profissionais relataram sintomas como ansiedade, irritabilidade e tristeza persistente. Segundo E01 e E05, “a ansiedade é

constante” e “qualquer coisa gera estresse”, evidenciando que o Burnout ultrapassa o ambiente de trabalho e afeta o equilíbrio emocional de forma global.

Alguns entrevistados associaram o Burnout ao desenvolvimento de quadros depressivos. O respondente E03 afirmou que “houve momentos de vontade de desistir da profissão”, enquanto E06 relatou que “já pensou em abandonar tudo”. Esses discursos reforçam a gravidade da síndrome e sua relação direta com o adoecimento psíquico dos profissionais da saúde.

A análise dos dados também revelou sentimentos recorrentes de culpa e autocobrança. De acordo com E02 e E08, “quando algo dá errado, a culpa é sempre do profissional” e “a gente se cobra mais do que deveria”. Essa internalização da responsabilidade, mesmo em contextos de falhas estruturais, contribui para o agravamento do sofrimento emocional.

Quando analisadas as diferenças entre as categorias profissionais, observou-se que os profissionais da enfermagem relataram maior sensação de desvalorização e invisibilidade. Segundo E04 e E07, “o trabalho da enfermagem é pouco reconhecido” e “somos vistos como apoio, nunca como protagonistas”. Esses relatos evidenciam desigualdades hierárquicas que influenciam diretamente o adoecimento ocupacional.

Por outro lado, os médicos entrevistados destacaram a pressão por decisões rápidas e a responsabilidade sobre a vida do paciente como fatores estressores centrais. O respondente E01 afirmou que “o medo de errar é constante”, enquanto E05 relatou que “uma decisão pode mudar tudo”. Esses elementos demonstram que, embora as vivências sejam distintas, o Burnout se manifesta de forma significativa em ambas as categorias.

Outro ponto relevante identificado foi a normalização do sofrimento no ambiente de trabalho. Segundo os respondentes E03 e E06, “o cansaço virou algo normal” e “adoecer faz parte da profissão”. Essa naturalização do desgaste contribui para a invisibilização do Burnout e dificulta o reconhecimento precoce dos sinais de adoecimento.

A análise evidencia ainda que muitos profissionais continuam trabalhando mesmo diante de sinais claros de esgotamento. O entrevistado E08 relatou que “mesmo mal, a gente vem trabalhar”, enquanto E02 afirmou que “não há espaço para demonstrar fragilidade”. Esse comportamento está relacionado ao medo de julgamentos, perda do emprego ou estigmatização no ambiente profissional.

Dessa forma, os resultados desta etapa da análise demonstram que o Burnout é vivenciado de maneira profunda e multifacetada, sendo sustentado por uma cultura institucional que prioriza a produtividade em detrimento da saúde do trabalhador. As narrativas reforçam a necessidade de

intervenções estruturais e políticas voltadas à prevenção do adoecimento mental entre profissionais da enfermagem e da medicina.

Os participantes relataram prejuízos nas relações familiares e sociais, atribuídos ao cansaço excessivo e à instabilidade emocional. De acordo com E03 e E08, “a paciência diminui” e “o estresse do trabalho afeta quem está em casa”. Esses achados revelam que o Burnout interfere diretamente na convivência social, reforçando seu caráter multifatorial e sistêmico.

Outro aspecto relevante identificado foi a influência do Burnout na identidade profissional. Muitos entrevistados demonstraram conflito entre o ideal da profissão e a realidade vivenciada. O respondente E05 afirmou que “a profissão não é mais como eu imaginava”, enquanto E02 relatou que “o sentido de ser profissional da saúde vai se perdendo”. Esse distanciamento entre expectativa e prática contribui para sentimentos de frustração e desmotivação.

A perda da satisfação profissional foi um elemento recorrente nos discursos. Segundo os respondentes E04 e E07, “já não existe prazer no trabalho” e “o que antes motivava hoje pesa”. Essa redução da realização pessoal, uma das dimensões centrais do Burnout, compromete o engajamento e favorece o desejo de abandono da profissão.

Os entrevistados também relataram pensamentos frequentes sobre mudança de área ou desligamento do trabalho. De acordo com E01 e E06, “pensar em sair virou algo constante” e “já cogitei mudar completamente de profissão”. Esses relatos apontam para possíveis impactos futuros na força de trabalho em saúde, especialmente em contextos já marcados pela escassez de profissionais.

No que se refere às consequências institucionais, os participantes reconheceram que o Burnout afeta o funcionamento dos serviços de saúde. Segundo E03 e E05, “equipes sobrecarregadas não conseguem funcionar bem” e “o adoecimento do profissional reflete no atendimento”. Esses dados evidenciam que o Burnout não é apenas um problema individual, mas organizacional.

A análise também revelou a percepção de que as instituições tendem a adotar uma postura reativa, e não preventiva, frente ao adoecimento dos trabalhadores. O entrevistado E08 afirmou que “só se toma alguma atitude quando o profissional já está afastado”, enquanto E02 destacou que “não há ações contínuas de prevenção”. Essa ausência de estratégias institucionais contribui para a perpetuação do problema.

Os participantes enfatizaram a necessidade de mudanças estruturais, como redução da

carga horária, melhoria das condições de trabalho e valorização profissional. Segundo E04 e E07, “não basta falar de saúde mental sem mudar a estrutura” e “é preciso investir em quem cuida”. Essas falas reforçam a importância de políticas públicas e institucionais voltadas à saúde do trabalhador.

Outro ponto destacado foi a importância de espaços de escuta e apoio psicológico no ambiente de trabalho. De acordo com E01 e E06, “ter alguém para ouvir faria diferença” e “o profissional também precisa ser cuidado”. Esses relatos dialogam com a literatura, que aponta a escuta qualificada como estratégia fundamental na prevenção do Burnout.

De forma geral, os resultados demonstram que o Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina é construído a partir de um conjunto de fatores interligados, incluindo sobrecarga, desvalorização, pressão emocional e ausência de suporte institucional. As narrativas revelam um cenário de sofrimento silencioso, muitas vezes naturalizado no cotidiano dos serviços de saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo geral analisar os desafios e os impactos da síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem e da medicina. A partir das entrevistas em profundidade e da análise qualitativa dos dados, foi possível compreender que o Burnout se manifesta como um fenômeno complexo, envolvendo dimensões físicas, emocionais, cognitivas e sociais, que afetam tanto a saúde dos profissionais quanto a qualidade do atendimento prestado aos pacientes.

Em relação ao primeiro objetivo específico, que consistia em identificar os principais fatores desencadeadores do Burnout, a pesquisa revelou que a sobrecarga de trabalho, a pressão por resultados, a insuficiência de recursos humanos e materiais, a desvalorização profissional e o contato contínuo com sofrimento e morte são fatores centrais no desenvolvimento da síndrome. As narrativas dos profissionais, especialmente dos respondentes E01, E03 e E05, destacaram que esses fatores não apenas geram estresse imediato, mas contribuem para um esgotamento emocional progressivo e persistente.

Quanto ao segundo objetivo específico, que se propunha a descrever os impactos do Burnout na saúde física, emocional e no desempenho profissional, os resultados demonstraram que a síndrome se manifesta por meio de sintomas físicos como fadiga crônica, distúrbios do sono

e dores musculares, bem como sintomas emocionais, incluindo ansiedade, irritabilidade, frustração e depressão. Além disso, observou-se que o Burnout prejudica a qualidade do atendimento, aumenta o risco de erros e contribui para a despersonalização do cuidado, corroborando a literatura que associa a síndrome a riscos para a segurança do paciente.

Em relação ao terceiro objetivo específico, que buscava discutir estratégias de prevenção e enfrentamento do Burnout, a análise evidenciou que, na prática, os profissionais recorrem principalmente a mecanismos individuais, como afastamento emocional, apoio de familiares ou colegas, e estratégias de autocuidado. No entanto, essas ações se mostraram limitadas diante da complexidade do problema. Os entrevistados reforçaram a necessidade de intervenções institucionais, incluindo políticas de redução de carga horária, programas de saúde mental, acompanhamento psicológico e valorização do trabalhador, demonstrando que a prevenção do Burnout requer ações integradas entre indivíduo e instituição.

As evidências obtidas também permitiram constatar diferenças entre as categorias profissionais: enfermeiros tendem a relatar maior sensação de desvalorização e invisibilidade, enquanto médicos destacam a pressão constante por decisões críticas e responsabilidade sobre a vida do paciente. Essas distinções apontam para a necessidade de abordagens diferenciadas, mas complementares, para lidar com o Burnout nos diferentes contextos da saúde.

A relevância desta pesquisa reside, portanto, na capacidade de evidenciar a magnitude do Burnout e seus impactos multifacetados, trazendo à luz experiências que muitas vezes permanecem invisíveis no cotidiano das instituições de saúde. Os dados obtidos reforçam que a síndrome não é um problema individual isolado, mas resultado de fatores organizacionais, culturais e sociais, exigindo mudanças estruturais, valorização do profissional e implementação de políticas preventivas efetivas.

Por fim, as considerações finais indicam que a síndrome de Burnout constitui um desafio crítico para a saúde ocupacional, e que enfrentar esse problema é essencial não apenas para proteger a saúde física e mental dos profissionais, mas também para garantir a qualidade e a segurança do cuidado prestado aos pacientes. A pesquisa reforça a necessidade de reflexão institucional e planejamento estratégico para criar ambientes de trabalho mais saudáveis, sustentáveis e humanizados na enfermagem e na medicina.

REFERÊNCIAS

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. Qualitative

Research in Psychology, v. 3, n. 2, p. 77–101, 2006. DOI:
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

KVALE, Steinar; BRINKMANN, Svend. Interviews: learning the craft of qualitative research interviewing. 2. ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2009. DOI:
<https://doi.org/10.4135/9781529716665>

FERREIRA, G. G. de S. *et al.* **Gestão de risco e saúde ocupacional: qualidade de vida e segurança no trabalho na construção civil.** *IOSR Journal of Business and Management (IOSR-JBM)*, v. 27, n. 5, 2025. DOI: 10.9790/487X-2705072631.

FERREIRA, G. G. de S.; UMINSKI FILHO, C.; TEIXEIRA, J. B. M.; CARVALHO, L. P.; RIBEIRO, L. E.; COSTA, A. C. V. da; SANTOS JÚNIOR, E. G.; DIAS, L. O.; MORAIS, D. B. de. **Gestão de resíduos na construção civil: estratégias gerenciais para a redução dos danos ao meio ambiente.** *Caderno Pedagógico*, [S. l.], v. 22, n. 9, p. e17790, 2025. DOI: 10.54033/cadpedv22n9-017.

FERREIRA, Gustavo Guilherme de Souza *et al.* **Segurança no trabalho na construção civil: os impactos dos fatores psicossociais sobre a saúde mental dos trabalhadores.** *Revista DCS*, [S. l.], v. 22, n. 81, p. e3208, 2025. DOI: 10.54899/dcs.v22i81.3208. Disponível em: <https://ojs.revistadcs.com/index.php/revista/article/view/3208>.

FERREIRA, Gustavo Guilherme de Souza *et al.* **A aplicação da logística reversa como ferramenta para a redução de impactos ambientais na construção civil.** *Revista DCS*, [S. l.], v. 22, n. 81, p. e3209, 2025. DOI: 10.54899/dcs.v22i81.3209. Disponível em: <https://ojs.revistadcs.com/index.php/revista/article/view/3209>.

FERREIRA, Gustavo Guilherme de Souza; OLIVEIRA, Maira Danuse Santos de; UMINSKI FILHO, Cyro; MIRANDA, Rodrigo Oliveira; TAKARA, Eduardo; SILVA, Aparecido Fernando da; CRACO, Tânia; MARQUES, Francisco Roldineli Varela; JEMUSSE, Jaime Elias Jaime. **Gestão da qualidade contínua: aplicabilidade do método 5S para a otimização dos serviços na construção civil.** *Revista DCS*, [S. l.], v. 22, n. 81, p. e3210, 2025. DOI: 10.54899/dcs.v22i81.3210. Disponível em: <https://ojs.revistadcs.com/index.php/revista/article/view/3210>.

FERREIRA, Gustavo Guilherme de Souza; MORAES, Roberto Marton; BERNARDY, Tatiane Atanásio dos Santos; LIMA, Eli de Sousa; LONGUINHO, Rondenelly Braz; LINHARES, Thales Cavalcante; LOPES, Janusa Mérlem dos Santos; PAIVA, Lourena Barbosa Cavalcante. **Gestão estratégica e iniciativas empreendedoras na construção civil: perspectivas para a inovação e competitividade.** *Revista DCS*, [S. l.], v. 22, n. 83, p. e3587, 2025. DOI: 10.54899/dcs.v22i83.3587.

LIMA, L. A. de O.; BERNARDY, T. A. dos S.; MENDEZ, A. V.; SCHIAVAO, L. J. V.; SOARES, A. R. N.; SOUZA JÚNIOR, S. O. de; VILELA, C. R.; BEZERRA, I. G. S. **Gestão em Saúde: as Contribuições das Pesquisas de Satisfação e de Clima Organizacional para a Qualidade de Vida no Trabalho.** *Revista de Gestão e Secretariado*, [S. l.], v. 16, n. 7, p. e5144, 2025. DOI: 10.7769/gesec.v16i7.5144.

LIMA, L. A. O. *et al.* Quality of life at work in a ready care unit in Brazil during the covid-19 pandemic. **International Journal of Research -GRANTHAALAYAH**, [S. l.], v. 8, n. 9, p. 318–327, 2020. DOI: <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v8.i9.2020.1243>

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES JUNIOR, GOMES, O. V. O. Saúde mental e esgotamento profissional: um estudo qualitativo sobre os fatores associados à síndrome de burnout entre profissionais da saúde. **Boletim de Conjuntura Boca**, 2023. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10198981>

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES, P. L ; SILVA, R. T. . Applicability of the Servqual Scale for Analyzing the Perceived Quality of Public Health Services during the Covid-19 Pandemic in the Municipality of Três Rios/RJ, Brazil. *International Journal of Managerial Studies and Research (IJMSR)*, v. 12, p. 17-18, 2024. <https://doi.org/10.20431/2349-0349.1208003>

Lima, L. A. O., Domingues Júnior, P. L., & Silva, L. L. (2024). Estresse ocupacional em período pandêmico e as relações existentes com os acidentes laborais: estudo de caso em uma indústria alimentícia. *RGO - Revista Gestão Organizacional*, 17(1), 34-47. <http://dx.doi.org/10.22277/rgo.v17i1.7484>.

LIMA, L. A. O. Estigmatização do HIV nas relações e formas de trabalho: Uma revisão integrativa de literatura. *LUMEN ET VIRTUS*, v. 15, p. 1497-1506, 2024. <https://doi.org/10.56238/levv15n38-096>

LIMA, L. A. O.; GOMES FILHO, T. A. Gênero, sexualidade e trabalho: Heteronormatividade e o assédio moral contra homossexuais no contexto organizacional. *LUMEN ET VIRTUS*, v. 15, p. 1488-1496, 2024. <https://doi.org/10.56238/levv15n38-095>

LIMA, L. A. de O.; DOMINGUES JUNIOR, P. L. GOMES, O. V. de O. SAÚDE OCUPACIONAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE CATADORES DE RECICLÁVEIS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, [S. l.], v. 17, n. 2, p. 9, 2025. DOI: 10.36692/V17N2-93R

LIMA, L. A. de O.; PARENTE, A. M. B.; LEIMANN, A. H.; SCHIAVAO, L. J. V.; MAIA, L. A.; SOUSA, F. B. da S.; ARAÚJO, T. S. S.; SOUSA, G. C. Gestão na Saúde Pública: Contribuições da Inteligência Artificial para a Otimização dos Processos e Tomada de Decisões. *Revista de Gestão e Secretariado*, [S. l.], v. 16, n. 9, p. e5243, 2025.

LIMA, Lucas Alves de Oliveira; DA SILVA, Avelar Alves; DE LIMA, Tamires Mélo; PONTES, Marcelo Campos; DE SOUSA, Karine Lima; AZEVEDO, Miguel Tourinho. Programa Saúde na Escola (PSE): Integrando políticas públicas de saúde e de educação. *LUMEN ET VIRTUS*, [S. l.], v. 15, n. 40, p. 4386–4393, 2024. DOI: 10.56238/levv15n40-021.

LIMA, L. A. de O.; LEITE, J. V. F.; PINTO, G. C. O.; FRANCO, T. G. R.; FREITAS, C. L. de. Gestão Estratégica de Recursos no Sistema Único de Saúde (SUS): Desafios e Estratégias Administrativas. *Revista de Gestão e Secretariado*, [S. l.], v. 16, n. 10, p. e5320, 2025. DOI: 10.7769/gesec.v16i10.5320

LIMA, L. A. O; SILVA, L. L.; DOMINGUES JÚNIOR, P. L. Qualidade de Vida no Trabalho segundo as percepções dos funcionários públicos de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). **REVISTA DE CARREIRAS E PESSOAS**, v. 14, p. 346-359, 2024.
<https://doi.org/10.23925/recape.v14i2.60020>

LIMA, L. A. O. *et al.* Os desafios na formação de profissionais de saúde no Brasil. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 7, p. 05-15, 2025.
<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n5p05-15>

LIMA, L. A. O. *et al.* INFORMATIZAÇÃO EM SAÚDE: AVANÇOS TECNOLÓGICO E A MODERNIZAÇÃO NOS SERVIÇOS DE SAÚDE. *LUMEN ET VIRTUS*, v. 16, p. 5102-5111, 2025. <https://doi.org/10.56238/levv16n48-042>

LIMA, L. A. O. *et al.* GESTÃO HUMANIZADA EM SAÚDE E SUAS IMPLICAÇÕES PARA A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO. *LUMEN ET VIRTUS*, v. 16, p. 1009-1019, 2025. <https://doi.org/10.56238/levv16n45-027>

SILVA, Ana Paula de Souza e. Direitos à educação dos apenados no Brasil: histórico e ornamento jurídico atual. *Revista Artigos.Com*, Campinas, SP, v. 2, p. e805, 21 abr. 2019. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/view/805>.

SILVA, A. P. de S. e. Direito à educação dos apenados no Brasil: fundamentos axiológicos e legais. 2021. 167 f. Dissertação (Mestrado) — Programa de Pós-Graduação em Educação, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2021

SIMÕES, Ana Paula de Souza e Silva. LETRAMENTO DIGITAL: UMA NECESSIDADE PARA USO DA IA NO SETOR CORPORATIVO. *Revista de Geopolítica*, [S. l.], v. 16, n. 5, p. e1144, 2025. DOI: 10.56238/revgeov16n5-281. Disponível em: <https://revistageo.com.br/revista/article/view/1144>.