

## **Fatores de risco de burnout nos profissionais de saúde em contexto hospitalar - Revisão Sistemática da Literatura**

Autores: João Oliveira<sup>1</sup>, Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, Mestre em Enfermagem, Enfermeiro Responsável do Centro de Responsabilidade Integrado de Dermatovenereologia, Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, E.P.E. Lisboa, Portugal joão.oliveira2@chlc.min-saude.pt; Patrícia Ferreira, Enfermeira Especialista em Enfermagem Médico-Cirúrgica, Mestre em Enfermagem Médico-Cirúrgica: Pessoa em Situação Crítica, Serviço de Medicina 3, Hospital Fernando Fonseca, EPE, Lisboa, Portugal, patricia.p.carvalho@hff.min-saude.pt ; Vera Gonçalves, Enfermeira Especialista em Enfermagem de Reabilitação, Licenciada em Enfermagem, Serviço de Neurologia, Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, EPE, Lisboa, Portugal, vera.goncalves@chlc.min-saude.pt.

---

<sup>1</sup> Nursing Research, Innovation and Development Centre of Lisbon (CIDNUR). Nursing School of Lisbon. Lisbon. Portugal. ORCID ID: 0000-0001-5221-5394; Ciência ID: 021A-74C9-F735

## RESUMO

**Introdução** – O burnout é um estado de esgotamento físico, resultante de stress crónico no trabalho não gerido com êxito (OMS, 2019). Caracteriza-se por elevada exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, que deteriora os valores pessoais, profissionais e a saúde (Maslach e Jackson, 1981).

Objetivo - Identificar os fatores de risco de burnout nos profissionais de saúde em contexto hospitalar.

**Metodologia** - Revisão sistemática da literatura. Bases de dados: CINAHL Complete, MEDLINE Complete e MEDIC LATINA, na EBSCOhost (2017 - 2021). Descritores: Health Personnel; Burnout, Professional; Burnout, Psychological; Stress, Psychological; Occupational Stress; Risk Factors; Risk; Hospitals; Hospital Units; Hospital Departments; Health facility departments. N=542 artigos, selecionados 10.

**Resultados** - A síndrome de burnout constitui um processo multicausal, com fatores individuais, sociais e organizacionais.

**Discussão/ Conclusão** - Os ambientes em que os profissionais de saúde se inserem, assim como as suas características sociodemográficas e pessoais, constituem-se como fatores que podem levar ao adoecimento mental. Urge implementar estratégias que melhorem o seu bem-estar físico e psicológico.

**Palavras-chaves:** Profissionais de Saúde; Burnout; Fatores de risco; Ambiente Hospitalar

## INTRODUÇÃO

A evolução social e profissional dos últimos séculos, conduziram ao aparecimento da síndrome de burnout que está diretamente associada com o trabalho.

A síndrome da burnout tem apresentado uma prevalência crescente nas sociedades modernas <sup>(3)</sup>, como uma das consequências mais significativas do stress laboral, de acordo com diversos estudos em vários países <sup>(4)</sup>.

O termo burn-out ou burnout provém do inglês e significa “*queimar até à exaustão*” <sup>(5)</sup>.

Em 1976, Maslach define-o como um estado de exaustão física, emocional e mental causada pela exposição prolongada a situações de elevada exigência emocional no local de trabalho sendo estas exigências causadas por uma combinação de expectativas muito elevadas e de stress situacional crónico <sup>(2, 6)</sup>.

Em 1981, Maslach e Jackson caracterizam-no como uma síndrome composta por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional, que

leva à perda de motivação profissional, podendo transformar-se em sentimentos de inadequação e fracasso <sup>(2)</sup>.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2019, define burnout como um “*Estado de esgotamento físico e mental causado pelo exercício de uma atividade profissional*” e caracteriza-se por “*um sentimento resultante de stress crónico no trabalho que não foi gerido com êxito*” <sup>(1)</sup>.

Esta síndrome tem repercussões na saúde do trabalhador, havendo elevado gasto de energia e menor resistência e proteção dos profissionais contra inúmeras doenças <sup>(7)</sup>, mas também alterações negativas na eficácia organizacional, economia e na sociedade, uma vez que a qualidade dos cuidados fornecidos acaba por ser afetada e o absentismo laboral aumenta <sup>(8)</sup>.

O burnout é considerado uma perturbação mental, que está fortemente relacionada com a presença de stress constante em contexto laboral <sup>(9)</sup>, com especial destaque e incidência em profissões cujo trabalho consiste em interagir diariamente com pessoas, com o intuito de cuidar, auxiliar e dar suporte <sup>(10)</sup>.

Os profissionais de saúde são especialmente vulneráveis ao desenvolvimento desta síndrome dado que, para além do contacto diário com pessoas debilitadas e doentes, lidam também com relações interpessoais tensas nas instituições de saúde, levando a um estado de exaustão emocional <sup>(5)</sup>.

Os profissionais de saúde enfrentam condições de trabalho peculiares e extremamente exigentes e desafiantes que podem conduzir a stress ocupacional e burnout, com impacto negativo na sua vida pessoal e profissional <sup>(11, 12)</sup>, bem como a nível institucional, governamental e nos cuidados aos doentes <sup>(13)</sup>.

Um estudo realizado em quatro hospitais da cidade do Porto, procurou identificar os preditores do burnout em enfermeiros tendo verificado que o género, a idade, os anos de experiência na função, satisfação no trabalho e a interação trabalho/casa foram preditores significativos da incidência de burnout nestes profissionais <sup>(14)</sup>.

De uma forma geral, diversos autores concordam que o burnout interfere a nível individual, organizacional e social <sup>(15)</sup>.

Em Portugal, entre 2011 e 2013, 21,6% dos profissionais de saúde apresentaram burnout moderado e 47,8% burnout elevado <sup>(5)</sup>.

Também a pandemia de COVID-19 trouxe exigências e pressões adicionais sobre os sistemas de saúde, nomeadamente, sobre os profissionais de saúde.

Um estudo realizado pela Escola Nacional de Saúde Pública (2020), com profissionais de saúde, durante a pandemia, evidenciou que 72% dos profissionais apresentavam níveis moderados ou elevados de exaustão emocional e de burnout <sup>(16)</sup>.

Sendo a síndrome de burnout um processo gradual, complexo e multifacetado, torna-se imperioso identificar os motivos e fatores que influenciam a sua prevalência para se proceder a adoção e promoção de estratégias, tanto a nível pessoal como organizacional, que possam atempadamente prevenir ou moderar os níveis de burnout e as suas consequências graves a nível pessoal, organizacional e para a sociedade. Neste contexto, o objetivo da revisão é identificar os fatores de risco de burnout nos profissionais de saúde em contexto hospitalar.

## **METODOLOGIA**

Seguindo a metodologia de Joanna Briggs Institute (JBI), inicialmente foi definido o seguinte objetivo: Identificar os fatores de risco de burnout nos profissionais de saúde em contexto hospitalar. Posteriormente procedeu-se à formulação da questão de investigação utilizando o método PICO: P (população) – profissional de saúde; I (Interesse) – fatores de risco de burnout; Co (contexto) – em contexto hospitalar. A questão de revisão enuncia-se da seguinte forma: “Quais os fatores de risco de burnout nos profissionais de saúde em contexto hospitalar?”.

A pesquisa sistemática foi efetuada em três bases de dados através do servidor EBSCOhost: CINAHL Complete, MEDLINE Complete e MEDIC LATINA, a seleção dos descritores utilizados teve por base a validação nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/ MeSH). Procedeu-se às combinações dos descritores com os operadores booleanos “OR” e “AND”. Utilizou-se o operador booleano “OR” entre cada sinónimo, descritor MeSH para cada base de dados e Termos naturais, e o operador booleano “AND” entre cada somatório atrás referido, entre a População, ambos os Conceitos e o Contexto.(tabela 1)

Tabela 1 - Termos MeSH e Naturais

	<b>População</b>	<b>Conceito 1</b>	<b>Conceito 2</b>	<b>Contexto</b>
<b>Termos Naturais</b>	Health*	Burnout	Risk Factors	Hospital*
	worker	Stress	Risk	Hospital Units

	Health* professional			Hospital Departments  Health* Units  Health* Departments
<b>CINAHL</b>	Health Personnel	Burnout, Professional  Stress  Stress, Occupational	Risk Factors	Hospitals  Hospital Units  Health facility departments
<b>MEDLINE</b>	Health Personnel	Burnout, Professional  Burnout, Psychological  Stress, Psychological  Occupational Stress	Risk Factors  Risk	Hospitals  Hospital Units  Hospital Departments
<b>MedicLatina</b>	= MEDLINE	= MEDLINE	= MEDLINE	= MEDLINE

A consulta foi realizada considerando o período temporal compreendido entre 1 de janeiro de 2017 e 28 de julho de 2021. Os critérios de inclusão considerados para a seleção dos artigos pesquisados foram: todos aqueles que incluíam como participantes profissionais de saúde em contexto hospitalar; estudos disponíveis em texto completo com idioma em português e inglês; estudos com data de publicação entre 2017 e 2021. Quanto aos critérios de exclusão, não foram considerados os artigos cuja temática e problemática não se incluíssem no objetivo da revisão.

Foram ainda excluídos todos os artigos sem metodologia científica (Ex. artigos de opinião). A qualidade da pesquisa foi garantida pela revisão dos artigos por pares.

Na tabela seguinte são apresentados os critérios de seleção.

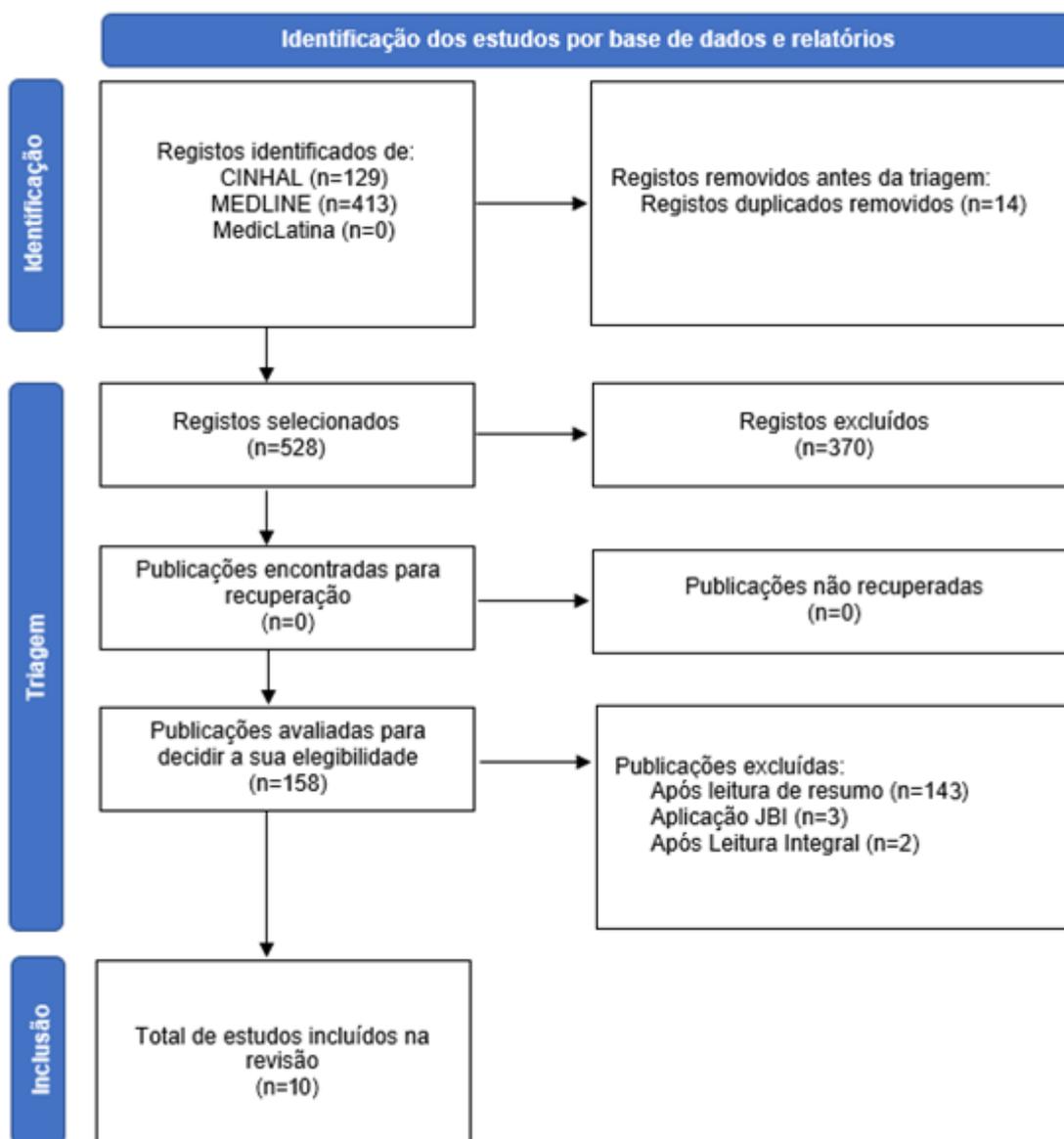
Tabela 2- Critérios de elegibilidade

<b>Critérios de elegibilidade</b>		
<b>Inclusão</b>	<b>Desenho</b>	Estudos primários
	<b>População</b>	Profissionais de saúde em contexto hospitalar
	<b>Intervenção</b>	Factores de risco
	<b>Comparador</b>	N/A
	<b>Resultado</b>	burnout
	<b>Língua</b>	Português e Inglês
	<b>Espaço Temporal</b>	01 de janeiro de 2017 a julho de 2021
<b>Exclusão</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• artigos cuja temática e problemática não se incluíssem no objetivo da revisão</li> <li>• estudos secundários</li> <li>• artigos sem metodologia científica</li> </ul>	

Os critérios de inclusão nortearam a pesquisa perante o objetivo do estudo, selecionando-se artigos entre 2017 e 2021.

Desta pesquisa, obteve-se uma seleção da CINHALL com 129 resultados às 21h02m de 28/07/2021, da MEDLINE com 413 resultados, às 22h29m de 28/07/2021 e da MedicLatina 0 resultados, às 22h45m de 28/07/2021. Após a conclusão da pesquisa nas três bases de dados indicadas foi aplicada a normativa PRISMA 2020. O fluxograma (Figura 1), traduz a pesquisa realizada e o número de artigos que cumpriram os critérios definidos.

**Figura 1 - Fluxograma da pesquisa sistemática**



## RESULTADOS

Para a compreensão da temática em causa foi realizada uma pesquisa de artigos onde se evidencia de forma clara a pertinência do tema escolhido. Os estudos incluídos nesta revisão sistemática da literatura, identificam os vários fatores preditores de burnout em profissionais de saúde, em contexto Hospitalar.

A carga de trabalho <sup>(17, 18, 19)</sup> e a pressão de tempo <sup>(17, 18)</sup>, foram identificadas como preditores de burnout.

A pressão por eficiência, conflitos de papéis, falta de controle sobre o trabalho, falta de apoio de supervisores e colegas de trabalho, pouca participação na tomada de decisão, falta de autonomia e desafios com o equilíbrio entre vida profissional e familiar são fatores comuns relacionados ao trabalho também descritos como associados ao burnout <sup>(17)</sup>.

No mesmo enquadramento foram identificados como fatores sociodemográficos potenciadores de burnout o ser do sexo feminino <sup>(20, 21)</sup>, ser adulto jovem <sup>(20, 18)</sup> e, de entre os profissionais de saúde, destacam-se os enfermeiros, nomeadamente os que estão em contacto direto com o doente, como profissão com maior impacto de burnout. <sup>(20)</sup>.

Os profissionais de saúde que expressaram uma insatisfação em relação ao trabalho apresentam maior probabilidade de experimentar um alto nível de burnout <sup>(18)</sup>.

Num dos estudos, a insatisfação relacionada ao trabalho, o medo de errar, o trabalho processado muito rapidamente e ser mais jovem foram os fatores mais associados ao nível mais elevado de burnout <sup>(18)</sup>.

É demonstrado que outros fatores relacionados ao ambiente de trabalho contribuem para a perceção do trabalho árduo, o medo de cometer erros, pedidos irracionais dos doentes, falta de recursos humanos e a grande dificuldade em encontrar cama hospitalar para o doente. O trabalho árduo está relacionado ao desadequado ambiente físico (design e ergonomia) do local de trabalho <sup>(18)</sup>, sendo que um ambiente de trabalho inadequado, caracterizado pela presença de deficiências estruturais, pode ser um fator preditivo para o desenvolvimento da síndrome de burnout em trabalhadores da saúde <sup>(21)</sup>.

A presença de problemas psicológicos pré-existentes em profissionais de saúde como sintomas de depressão, ansiedade e stress levam a uma maior prevalência de burnout nesses mesmos profissionais. De forma geral, a depressão e o stress foram identificados como preditores de burnout <sup>(19)</sup>. Um outro estudo evidencia que o evitamento na tomada de decisão, dificuldade em identificar e descrever emoções são fortes preditores de algumas dimensões do burnout <sup>(22)</sup>. Problemas de evitamento interpessoal no trabalho e vida pessoal bem como traumas relacionados com a pandemia de Covid-19, foram também identificados <sup>(17)</sup>.

Fatores como “esforço/recompensa” desajustado, défice na resolução de conflitos, défice na alocação de recursos e distúrbios de sono estão, também, identificados como indicadores de stress ocupacional <sup>(23)</sup>.

Além da globalização pandémica, os artigos referem que esta se tornou um fator desencadeante de alterações na saúde mental dos profissionais de saúde <sup>(24, 20, 23, 25, 26)</sup>. Os profissionais de saúde têm trabalhado com condições muito desafiantes, com grande desgaste físico e emocional e, sobrecarga horária.

Sendo os profissionais de saúde que estão na linha da frente desta pandemia, por si só, colocam-nos numa situação de risco face à exposição prolongada com a doença <sup>(26)</sup>, fomentando mais fatores potenciadores de possíveis efeitos adversos a nível de saúde mental.

Foram também identificados como fatores potenciadores de desequilíbrio dentro das equipas, a transformação dos serviços hospitalares em unidades exclusivas de doentes com COVID-19, sendo os profissionais realocados interna ou externamente à sua instituição, originando pontuações para desenvolvimento de burnout superiores no último caso <sup>(24, 17)</sup>. Da mesma forma, profissionais do contexto de serviço de urgências, unidade de cuidados intensivos e serviço de internamento de doentes com patologia agudizada, com funções acrescidas e com grande número de horas extraordinárias trabalhadas, apresentam maior desgaste pessoal relacionado ao trabalho e transtorno de humor <sup>(20)</sup>, potenciando o desenvolvimento de síndrome de burnout.

Mostra-se, desta forma, que esta síndrome constitui num processo multicausal, com fatores individuais, sociais e organizacionais <sup>(21,24, 20, 23, 25, 26)</sup>.

Pode-se dizer que a saúde mental dos profissionais de saúde que cuidam de doentes com COVID-19 foi particularmente afetada. Suscetíveis a altos níveis de esgotamento <sup>(24)</sup> e a um aumento do stress profissional mesmo nas áreas menos afetadas pela pandemia, com incremento nos profissionais mais novos <sup>(23)</sup> da linha da frente <sup>(20)</sup>.

Nos estudos <sup>(24, 25, 26)</sup>, surgiram propostas de estratégias a serem adotadas por parte das instituições de saúde, por forma a diminuir o impacto negativo da pandemia nos seus trabalhadores e maximizar o potencial dos profissionais de saúde que estão na linha da frente desta batalha.

## **DISCUSSÃO/CONCLUSÃO**

Os resultados apontaram que a síndrome de burnout afeta os trabalhadores, numa escala crescente, com prejuízo para os indivíduos e, conseqüentemente, para o trabalho, ressaltando a importância dos cuidados para com a pessoa, com a sua saúde e qualidade de vida, que se repercute nas instituições/ organizações de trabalho.

Podemos concluir que a pandemia por Covid-19 culminou na exacerbação de problemas de saúde mental dos profissionais de saúde, em especial nos que se encontram na linha da frente. Constatamos que os artigos analisados, evidenciam que a saúde mental dos profissionais se encontra afetada e torna-se urgente que as instituições implementem estratégias de proteção para estes profissionais. Apontam para a necessidade de intervenções a nível ocupacional que diminuam a incidência de burnout nos profissionais de saúde, de forma a melhorar o seu bem-

estar físico e psicológico, potenciando indiretamente a qualidade do serviço de saúde que prestam.

### **CONFLITO DE INTERESSES**

Os autores declaram não terem qualquer conflito de interesses relativamente ao presente artigo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- Organização Mundial de Saúde. (2019) A Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (11 Edição). <https://icd.who.int/>
- 2- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- 3- Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. (2015). Is it Time to Consider the "Burnout Syndrome" A Distinct Illness? *Front Public Health.*;3:158. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2015.00158>
- 4- International Labour Organization (2016). Workplace stress: A collective challenge. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_466547.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466547.pdf)
- 5- Marôco João, Marôco Ana Lúcia, Leite Ema, Bastos Cristina, Vazão Maria José, Campos Juliana. (2016). Burnout em Profissionais da Saúde Portugueses: Uma Análise a Nível Nacional. *Acta Médica Portuguesa*, 29(1):24-30. [\(PDF\) Burnout em Profissionais da Saúde Portugueses: Uma Análise a Nível Nacional \(researchgate.net\)](#)
- 6- Pines, A., & Aronson, E. (1989). *Career burnout : causes and cures* (The Free Press (Ed.)). The Free Press.
- 7- Altun I. (2002). Burnout and nurses' personal and professional values. *Nurs Ethics*. 2002 May;9(3):269-78. <https://doi.org/10.1191/0969733002ne509oa>
- 8- Constable F. Col. Joseph, Russel Daniel W. (1998). The Effect of Social Support and the Work Environment upon Burnout among Nurses. *Journal of Human Stress*. <http://dx.doi.org/10.1080/0097840X.1986.9936762>

- 9- Lorenz VR, Guirardello Ede B. (2014). The environment of professional practice and Burnout in nurses in primary healthcare. *Rev Lat Am Enfermagem*. 22(6):926-33. <http://doi.org/10.1590/0104-1169.0011.2497>
- 10- Sahraian A, Fazlzadeh A, Mehdizadeh AR, Toobae SH. (2008). Burnout in hospital nurses: a comparison of internal, surgery, psychiatry and burns wards. *Int Nurs Rev*.55(1):62-7. <http://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2007.00582.x>
- 11- Dallacosta, F. M. (2019). Stress and burnout syndrome in health professionals. *International Journal of Family & Community Medicine*, 3(5), 179–183. <https://doi.org/10.15406/ijfcm.2019.03.00154>
- 12- Gonçalves, A., Fontes, L., Simões, C., & Gomes, A. R. (2019). Stress and burnout in health professionals. In P. Arezes et al. (Ed.), *Occupational and Environmental Safety and Health* (pp. 563–571). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-14730-3>
- 13- Laya e samantha. (2021) Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. <https://doi.org/10.1590/1983-80422021291456>
- 14- Queiros C, Carlotto MS, Kaiseler M, Dias S, Pereira AM. (2013). Predictors of burnout among nurses: an interactionist approach. *Psicothema*. 25(3):330-5. <https://doi.org/10.7334/psicothema2012.246>
- 15- Trigo, T., Teng, C. & Hallak, J. 2007. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Revista de Psiquiatria Clínica*. 34: 223-233.
- 16- Escola Nacional Saúde Pública. (2020). Barómetro Covid-19: A Saúde Ocupacional e o risco de Covid-19. Escola Nacional Saúde Pública. <https://www.ensp.unl.pt/a-saudeocupacional-e-o-risco-de-covid-19>
- 17- Paiva, C., Martins, B., Paiva, B..(2018). Doctor, are you healthy? A cross-sectional investigation of oncologist burnout, depression, and anxiety and an investigation of their associated factors. *BMC Cancer*, 18 (1). <https://doi.org/10.1186/s12885-018-4964-7>

- 18- Durand A.C., Bompard C, Sportiello J, Michelet P, Gentile S.(2019). Stress and burnout among professionals working in the emergency department in a French university hospital: Prevalence and associated factors. *Work*.;63(1):57-67. <https://doi.org/10.3233/WOR-192908>
- 19- Boo YL, Liam CCK, Lim SY, Look ML, Tan MH, Ching SM, Wan JL, Chin PW, Hoo FK.(2018). Stress and burnout syndrome in health-care providers treating dengue infection: A cross-sectional study. *Med J Malaysia*. 73(6):371-375. PMID: 30647206.
- 20- Lin, Y.; Pan, Y.; Hsieh, Y; Chuang, Y.; Hsu, Hsiu. (2020). COVID-19 Pandemic Is Associated with an Adverse Impact on Burnout and Mood Disorder in Healthcare Professionals;International. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 33 (5). <http://doi: 10.3390/ijerph18073654>
- 21- Lupo R, Lezzi A, Conte L, Santoro P, Carvello M, Artioli G, Calabrò A, Caldararo C, Botti S, Carriero MC.(2021) Work environment and related burnout levels: survey among healthcare workers in two hospitals of Southern Italy. *Acta Biomed.* ;92(S2):e2021009. <https://doi.org/10.3233/WOR-19290810.23750/abm.v92iS2.11307>
- 22- Masiero M, Cutica I, Russo S, Mazzocco K, Pravettoni G.(2018).Psycho-cognitive predictors of burnout in healthcare professionals working in emergency departments. *J Clin Nurs*. 27(13-14):2691-2698. <https://doi.org/10.1111/jocn.14376>
- 23- Lasalvia A, Amaddeo F, Porru S, Carta A, Tardivo S, Bovo C, Ruggeri M, Bonetto C.(2021).Levels of burn-out among healthcare workers during the COVID-19 pandemic and their associated factors: a cross-sectional study in a tertiary hospital of a highly burdened area of north-east Italy. *BMJ Open*. 11(1):e045127. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-045127>
- 24- Tan, B.; Kanneganti, A.; Lim, L.; Sim, K.; Chan Y. (2020). Burnout and Associated Factors Among Health Care Workers in Singapore During the COVID-19 Pandemic. *Jamda*, 21 (12), pág. 1751-1758. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.09.035>
- 25- Magnavita N, Soave PM, Ricciardi W, Antonelli M.(2020). Occupational Stress and Mental Health among Anesthetists during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 17(21):8245. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218245>

26- Buselli R, Corsi M, Baldanzi S, Chiumiento M, Del Lupo E, Dell'Oste V, Bertelloni CA, Massimetti G, Dell'Osso L, Cristaudo A, Carmassi C. (2020). Professional Quality of Life and Mental Health Outcomes among Health Care Workers Exposed to Sars-Cov-2 (Covid-19). *Int J Environ Res Public Health*. 17(17):6180. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176180>