

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ**

**GABRIELA BODANESE FONTANA**

**SÍNDROME DE BURNOUT: IMPLICAÇÕES DA PANDEMIA DE SARS-COV-  
19 EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

**CURITIBA**

**2022**

Gabriela Bodanese Fontana

Síndrome de Burnout: Implicações da pandemia de SARS-COV-19  
em profissionais de saúde

Artigo apresentado a Especialização em Medicina do Trabalho, do Departamento de Saúde Coletiva, Setor de Ciências da Saúde, da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à conclusão do Curso.

Orientador(a): Prof. Dr. Edevar Daniel

CURITIBA

2022

# SÍNDROME DE BURNOUT: IMPLICAÇÕES DA PANDEMIA DE SARS-COV-19 EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE

*BURNOUT SYNDROME: IMPLICATIONS OF THE SARS-COV-19  
PANDEMIC ON HEALTHCARE WORKERS*

Gabriela Bodanese Fontana<sup>1</sup>; Edevar Daniel<sup>2</sup>

Descritores – COVID-19; Burnout; Trabalhadores de Saúde; Saúde Mental

*Keywords – COVID-19; Burnout; Healthcare Workers; Mental Health*

**Resumo:** Burnout é uma síndrome apoiada no tripé: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional, acometendo principalmente profissionais que exercem sua função em exposição direta a situações de estresse. A pandemia iniciada em março de 2020, pelo Coronavírus (COVID-19), apresentou-se como fator de incremento para o estresse laboral dos trabalhadores da saúde aumentando o risco do desenvolvimento do Burnout. Sendo assim levantou-se a questão: De que forma isso aumentou o risco do desenvolvimento de Burnout em trabalhadores de saúde? O método utilizado para esta pesquisa foi a revisão integrativa de literatura, com coleta de dados e levantamento bibliográfico nos bancos de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). Observou-se que ser jovem, do sexo feminino, falta de equipamentos de proteção individual, o medo de ser infectado e/ou infectar amigos e familiares foram alguns dos fatores citados para o aumento do aparecimento dos sintomas do Burnout em trabalhadores da saúde. Deixando a claro a necessidade de darmos atenção à saúde mental dos trabalhadores da saúde, assim como diminuir os fatores estressores, dentro do possível, para novos possíveis cenários de estresse.

**Abstract:** Burnout is a syndrome that stands for emotional exhaustion, depersonification and lack of professional fulfillment, usually related to professionals that work in direct exposure to stressful situations. The start of the coronavirus (COVID-19) pandemic on march 2020, presented itself as an increasing factor for work-related stressful situations to healthcare workers, directly

---

<sup>1</sup> - Aluno da Especialização em Medicina do Trabalho da Universidade Federal do Paraná

<sup>2</sup> - Professor Médico Titular da Universidade Federal do Paraná

increasing the risk of Burnout. Been so, it raised the question: How and why has it increased the risk of Burnout syndrome on healthcare workers? The method used for this article is an integrative literature review with references from LILACS and MEDLINE. The main factors listed for the raise of Burnout symptoms on healthcare workers are young age, female gender, lack of proper personal protective clothing and equipment, fear of being infected and/or infect friends and family. The proper mental health attention for healthcare workers is clear, as well as the necessity to reduce work-related stressful situations regarding new possible distressing scenarios.

## **INTRODUÇÃO**

O psicólogo americano Herbert Freudenberger descreveu o termo Burnout pela primeira vez em 1974, sendo um estado de grande frustração e fadiga que ocorre em função de um esforço em manter um estilo de vida, laboral ou relacionamento que não correspondeu a expectativa. [1]

Hoje ainda é aceita a definição de Maslach e Jackson, de 1981, de que o Burnout é uma síndrome, apoiada no tripé: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional. Que pode ser caracterizado por dificuldades de adaptação psicológica, psicofisiológica e comportamentais, que acometem principalmente profissionais que exercem sua função diretamente expostas a situações de estresse. Sendo então o trabalho um agente contínuo de estresse. [2, 3]

Ambientes de trabalho mais estressantes com um alta carga laboral, com pouco controle sobre o trabalho e pouca colaboração entre seus pares e chefia, e recompensas aquém das expectativas pelo trabalhado prestado, estão listados na literatura como fatores colaboradores com o surgimento do Burnout. Fatores esses comumente encontrados nos espaços laborais dos profissionais da saúde, sendo que há relatos de que a prevalência entre os médicos é de duas a três vezes maior que em outros profissionais, e em nível mundial, um a cada dois médicos desenvolve síndrome de Burnout [2 ,4].

A pandemia iniciada em março de 2020, pelo Coronavírus (COVID-19), que causa uma gama de sintomas febre, tosse, mialgia, vômito, dor abdominal, além de síndrome respiratório agudos, como pneumonia, manifesta-se inicialmente com um quadro infeccioso focal que se torna sistêmico, inclusive levando a óbito. Neste contexto, os profissionais da saúde, como responsáveis pelo cuidado aos infectados, de uma doença pouco conhecida, com risco de serem infectados e infectarem familiares, além do aumento da demanda de trabalho, são fatores que aumentaram ainda mais o estresse e o risco de burnout. [5,6,7]

Neste contexto, refletindo sobre a questão de como as exigências profissionais dos trabalhadores da área da saúde, com o incremento do estresse laboral, e as consequências de atuar ativamente no enfrentamento de uma pandemia, levantou-se a questão: De que forma isso afetou o trabalhador de saúde aumentando o risco do desenvolvimento de Burnout?

Assim sendo, foi elaborada esta revisão integrativa, buscando entender a relação entre a adaptação dos profissionais da saúde frente a pandemia e a síndrome de burnout.

## **OBJETIVOS**

### **Primário**

Verificar a implicação da pandemia de SARS-COV-19 na saúde mental dos trabalhadores de saúde.

### **Secundário**

Averiguar fatores associados ao desencadeamento da Síndrome de Burnout.

## **MÉTODO**

O método de pesquisa utilizado para esta pesquisa foi a revisão integrativa de literatura, tratando-se de um estudo com coleta de dados, através do levantamento bibliográfico nos bancos de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE); usando descritores como COVID-19, Burnout e trabalhadores de saúde.

Os critérios de inclusão foram artigos na íntegra, que abrangessem ao tema referente a esta revisão e artigos publicados nos anos de 2016 a 2022 e os de exclusão foram os que não estavam integrais, baseados em opiniões de especialistas e que destoassem do tema central da pesquisa.

A análise dos estudos selecionados, em relação ao delineamento de pesquisa, sendo que tanto a análise quanto a síntese dos dados extraídos dos artigos foram realizadas de forma descritiva, com o intuito de reunir o conhecimento produzido sobre o tema explorado na revisão, sendo uma revisão integrativa, não foi submetida a comitê de ética.

## **DISCUSSÃO**

Ainda durante a formação, os profissionais de saúde são expostos a altos níveis de estresse cotidianamente, seja pelo sentimento de impotência e culpa frente a situações alheias a sua vontade, como enfermidades graves e potencialmente letais, e ainda a

deterioração da relação interpessoal, seja no trabalho, ou em com familiares, aumentando o risco do desenvolvimento da síndrome de Burnout.

Oliveira, R.F. et al, em pesquisa com residentes de saúde multiprofissional, observou que 84% dos residentes apresentou síndrome de Burnout, não havendo diferença significativa entre as profissões, porém destacando que fatores como a alta carga horária, exposição constante ao estresse e exposição a materiais de risco tenham papel fundamental no risco do desenvolvimento de Burnout. E ainda que profissionais da psicologia e de terapia ocupacional tem menores índices de desenvolver Burnout. [8,9]

Um dos fatores atribuídos ao grande estresse laboral de profissionais da saúde além da jornada de trabalho em regime de plantão com longas horas, grande número de pacientes, as jornadas de trabalho no período noturno também foram associadas ao maior risco do desenvolvimento de Burnout em enfermeiras [9].

O trabalho do profissional de saúde tornou-se ainda mais extenuante face a pandemia do COVID em 2019, aumentando a carga de estressores para os profissionais que atuaram na pandemia, tanto por exposição a um agente pouco conhecido e de grande potencial letal, quanto pela preocupação com família e a repentina mudança do estilo de vida. [10]

SEVIC S. A et al. Verificaram em pesquisa com 104 participantes entre médicos anestesistas, residentes e enfermeiras, que os mais jovens foram quem mais fizeram testes de COVID, e também foram os que mais apresentaram sintomas de exaustão emocional e despersonalização além de menores escores de realização pessoal. Fato também observado por Saura, A.P.N.S et al, que além disso, verificou tais sintomas em profissionais mais jovens e solteiros. E ainda, que, a ansiedade moderada a grave foi mais frequentemente relatada nos participantes testados em contraste aos não testados, sendo observada em 23,1% dos médicos assistentes, 54,3% dos residentes e 48,8% dos enfermeiros. [9,11]

Em estudo realizado em um hospital russo, com 559 pessoas, comparando profissionais da saúde que trabalharam ativamente com pessoas infectadas por COVID-19 com profissionais que não trabalhava com pacientes infectados, mostrou que a maior parte dos médicos que trabalharam ativamente com pacientes portadores do coronavírus, eram mais jovens, referiram aumento da carga de trabalho e aumento dos níveis de exaustão. Ainda entre os profissionais do primeiro grupo foi observado indicadores elevados de grau de despersonalização em comparação com o segundo grupo. [12]

Corroborando os achados em outras partes do mundo, na Itália, questionário aplicado em 1153 profissionais da saúde, durante a pandemia, 33% dos participantes apresentaram pontuação alta de exaustão emocional, 25% relataram altos níveis de despersonalização, enquanto apenas cerca de 15% relataram baixos níveis de gratificação pessoal. E ainda, em torno de 45% das pessoas referiram ter pelo menos um sintoma físico nas semanas anteriores, especialmente irritabilidade, mudanças de hábitos alimentares e dores musculares, tensão e dificuldade para dormir.[13]

Em estudo realizado com profissionais de saúde portugueses, no contexto da pandemia de 2019, foram verificadas variáveis sociodemográficas, profissionais e psicológicas foram identificadas como potenciais preditores: Sexo, pais, estado civil, e redução salarial foram encontrados como fatores significativos para o esgotamento pessoal. Nas mulheres os níveis de burnout pessoal foram 4,51 pontos maiores em média em comparação com os homens, e, ter filhos menores de 12 anos foi associado a níveis mais elevados de esgotamento pessoal. Já o diagnóstico de problemas de saúde foi associado a maior burnout pessoal e relacionado ao trabalho. A condição de solteira foi associada a esgotamento pessoal significativamente menor do que o estado de casamento, e a redução salarial foi significativamente associada com menor níveis de esgotamento. Burnout relacionados ao trabalho forma encontrados em 52% dos participantes, a ansiedade em 66,9% e estresse em 63,4%. [14]

Em pesquisa realizada em um hospital de Buenos Aires, verificou-se a quantidade de cortisol medida no cabelo de profissionais de saúde durante a pandemia e associação com Burnout, sendo que em 40% da população estudada foram encontrados níveis de cortisol acima dos considerados saudáveis. Sendo encontrada correlação direta entre os níveis de cortisol o estresse percebido e componente de exaustão emocional, em 100% dos casos. O burnout foi apresentado em 12% da população estudada, sendo que desses 52% eram médicos e 19% enfermeiros. [15]

Já em outro estudo, conduzido com médicos clínicos gerais, através de questionários, foi observado uma taxa de 42% de problemas psicológicos, em profissionais que atuaram em áreas endêmicas de COVID-19, mais uma vez, as mulheres apresentaram mais sintomas de Burnout e estresse que os homens. E o score psicológico de auto eficácia foi mais baixo em locais onde estavam as maiores concentrações de infectados.[16]

Ainda sobre a percepção do Burnout dentre os profissionais, de saúde, em pesquisa realizada no Reino Unido, com 539 pessoas, em uníssono com as demais

literaturas citadas, também se verificou uma predisposição em pessoas mais jovens de desenvolverem Burnout de forma moderada/grave, sendo observado em menores de 40 anos, outros fatores que forma percebidos como predisposição foi o fato de apresentar duas ou mais comorbidades, assim como também o risco de ser transferido de função. Trabalhar em área dedicada a pacientes com COVID-19, aumentou em 4 vezes a chance do desenvolvimento de depressão. [17]

E foram diversos os fatores associados ao aumento do risco do desenvolvimento de um esgotamento por profissionais da saúde, em estudo realizado com enfermeiros na Coréia do Sul, evidenciou que os profissionais que trabalhavam em três turnos, e/ou trabalhavam diretamente com pacientes portadores do coronavírus tinham níveis de esgotamento maiores do que os que não o fizeram. Sendo citados o próprio estresse das exigências profissionais, o medo de se infectar e o apoio familiar, como causadores desse nível elevado de esgotamento. [18]

## **CONCLUSÃO**

A pandemia de coronavírus em 2019, acrescentou mais fatores estressores ao cotidiano dos profissionais de saúde, tema abordado e relatado por todas as partes do mundo, propiciando o aparecimento de uma nova epidemia silenciosa entre estes trabalhadores, o Burnout.

Ser jovem, do sexo feminino, falta de equipamentos de proteção individual, o medo de ser infectado e/ou infectar amigos e familiares foram alguns dos fatores citados para o aumento do estresse e despersonalização, a contra ponto, essa percepção foi reduzida conforme o nível de satisfação pessoal aumentava em profissionais da saúde que atuavam na pandemia.

Enfim, anos após a última grande pandemia mundial, coronavírus nos demonstra a necessidade de darmos atenção à saúde mental dos trabalhadores da saúde, analisando os principais fatores estressores e diminuir os que são possíveis de redução, seja providenciando EPI, fornecendo apoio psicológico ou ajustando escalas para que no caso de novos cenários de estresse, estes profissionais tenham a saúde mental afetada da menor maneira possível.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- PÊGO, F. P. L.; PÊGO, D. R. Síndrome de Burnout Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 14, n. 2, p. 171-176, 2016. Disponível em: <http://rbmt.org.br/article-fromauthor/Francinara%20Pereira%20Lopes%20e%20Pêgo>.
- 2- CARRO, Ana Carolina et al. Ideação suicida como fator associado à síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. In: Ideação suicida como fator associado à síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. [S. l.], 16 abr. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/NqqrnfgvSp8TcYtGJWQ96CL/#:~:text=CONCLUS%C3%83O-,A%20preval%C3%Aancia%20de%20s%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20entre%20os%20acad%C3%AAmicos%20de,a%20preexist%C3%Aancia%20de%20dificuldades%20emocionais>. Acesso em: 14 jun. 2022.
- 3- Vieira, Lizandra Santos et al. |Burnout resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. Revista Latino-Americana de Enfermagem [online]. 2022, v. 30 [Acessado 8 Dezembro 2022], e3589. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.3589> <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.3537> <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.3588>>. Epub 30 Maio 2022. ISSN 1518-8345. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.3589>.
- 4- Pinheiro, João Paulo, Sbicigo, Juliana Burges and Remor, Eduardo. Association of empathy and occupational stress with burnout among primary health care professionals. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2020, v. 25, n. 9 [Accessed 8 December 2022], pp. 3635-3646. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.30672018>>. Epub 28 Aug 2020. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.30672018>.
- 5- Nunes, Michelle Darezzi Rodrigues et al. Diagnostic Tests And Clinical Characteristics Of Covid-19 In Children: An Integrative Review. Texto & Contexto - Enfermagem [online]. 2020, v. 29 [Acessado 8 Dezembro 2022], e20200156. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020->

0156>. Epub 12 Ago 2020. ISSN 1980-265X. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0156>.

6- FERREIRA, Sandro da Costa et al. Prevalence And Predictive Factors Associated With Positivity Of Sars-Cov-2 Serological Markers In Patients With Inflammatory Bowel Disease At An Ibd Referral Center. *Arquivos de Gastroenterologia* [online]. 2022, v. 59, n. 2 [Accessed 8 December 2022], pp. 170-176. Available from: <<https://doi.org/10.1590/S0004-2803.202202000-32>>. Epub 06 July 2022. ISSN 1678-4219. <https://doi.org/10.1590/S0004-2803.202202000-32>.

7- Paiano, Marcelle et al. Mental health of healthcare professionals in China during the new coronavirus pandemic: an integrative review. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 2020, v. 73, suppl 2 [Accessed 8 December 2022], e20200338. Available from: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0338>>. Epub 18 Sept 2020. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0338>.

8- Paiano, Marcelle et al. Mental health of healthcare professionals in China during the new coronavirus pandemic: an integrative review. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 2020, v. 73, suppl 2 [Accessed 8 December 2022], e20200338. Available from: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0338>>. Epub 18 Sept 2020. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0338>.

9- Oliveira, Rosângela Fernandes de et al. Factors Associated with Burnout Syndrome in Multiprofessional Residents. *Revista Brasileira de Educação Médica* [online]. 2020, v. 44, n. 02 [Accessed 8 December 2022], e060. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.2-20190153>>. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.2-20190153>. Epub 08 May 2020. ISSN 1981-5271. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.2-20190153>.ING.

10- Saura, Ana Paula Neroni Stina et al. Factors associated with burnout in a multidisciplinary team of an oncology hospital. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* [online]. 2022, v. 56, n. spe [Acessado 8 Dezembro 2022], e20210448. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP->

2021-0448en <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0448pt>.  
Epub 24 Jun 2022. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0448en>.

11- Oliveira, Gláucia Maria Moraes de et al. Mulheres Médicas: Burnout durante a Pandemia de COVID-19 no Brasil. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia* [online]. 2022, v. 119, n. 2 [Acessado 8 Dezembro 2022], pp. 307-316. Disponível em: <<https://doi.org/10.36660/abc.20210938>>. Epub 11 Jul 2022. ISSN 1678-4170. <https://doi.org/10.36660/abc.20210938>.

12- Sevinc, Sultan Acar et al. Anxiety and burnout in anesthetists and intensive care unit nurses during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *Brazilian Journal of Anesthesiology* [online]. 2022, v. 72, n. 02 [Accessed 8 December 2022], pp. 169-175. Available from: <<https://doi.org/10.1016/j.bjane.2021.07.011>>. Epub 28 Feb 2022. ISSN 2352-2291. <https://doi.org/10.1016/j.bjane.2021.07.011>.

13- Rozhdestvenskiy VI, Titova VV, Gorkovaya IA, Ivanov DO, Aleksandrovich YS. Russian physicians burnout during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional survey study. *Clin Med Res*. 2022;20(1):23–33. doi: 10.3121/cm.2022.1642

14- Barello S, Palamenghi L, Graffigna G. Burnout and somatic symptoms among frontline healthcare professionals at the peak of the Italian COVID-19 pandemic. *Psychiatry Res*. (2020) 290:113129. [10.1016/j.psychres.2020.113129](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113129)

15- Duarte I, Teixeira A, Castro L, Marina S, Ribeiro C, Jácome C, Martins V, Ribeiro-Vaz I, Pinheiro HC, Silva AR, Ricou M, Sousa B, Alves C, Oliveira A, Silva P, Nunes R, Serrão C. Burnout among Portuguese healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health*. 2020 Dec 7;20(1):1885. doi: 10.1186/s12889-020-09980-z. PMID: 33287794; PMCID: PMC7720923. Ibar C, Fortuna F, Gonzalez D, Jamardo J, Jacobsen D, Pugliese L, Giraudo L, Ceres V, Mendoza C, Repetto EM, Reboredo G, Iglesias S, Azzara S, Berg G, Zopatti D, Fabre B. Evaluation of stress, burnout and hair cortisol levels in health workers at a University Hospital during COVID-19 pandemic.

Psychoneuroendocrinology. 2021 Jun;128:105213. doi: 10.1016/j.psyneuen.2021.105213. Epub 2021 Apr 1. PMID: 33845387; PMCID: PMC8015376.

16- Lange M, Joo S, Couette PA, Le Bas F, Humbert X. Impact on mental health of the COVID-19 outbreak among general practitioners during the sanitary lockdown period. *Ir J Med Sci.* 2022 Feb;191(1):93-96. doi: 10.1007/s11845-021-02513-6. Epub 2021 Mar 4. PMID: 33660115; PMCID: PMC7929901.

17- Ferry AV, Wereski R, Strachan FE, Mills NL. Predictors of UK healthcare worker burnout during the COVID-19 pandemic. *QJM.* 2021 Oct 7;114(6):374-380. doi: 10.1093/qjmed/hcab065. PMID: 33769545; PMCID: PMC8083639.

18- Kim JS, Choi JS. Factors Influencing Emergency Nurses' Burnout During an Outbreak of Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus in Korea. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci).* 2016 Dec;10(4):295-299. doi: 10.1016/j.anr.2016.10.002. Epub 2016 Nov 9. PMID: 28057317; PMCID: PMC7104920.

19- Passos, Laio Santana et al. Burnout syndrome in resident physicians of a Federal- University. *Revista da Associação Médica Brasileira* [online]. 2022, v. 68, n. 1 [Accessed 5 December 2022], pp. 24-30. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1806-9282.20210241>>. Epub 23 Feb 2022. ISSN 1806-9282. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20210241>.