

## ***Além do Esgotamento: Desvendando o Crescimento do Burnout nas Macrorregiões Brasileiras através de Análises de Série Temporal***

Sarah Vieira Dias Sousa <sup>1</sup>, Carolina Teixeira Cardoso <sup>2</sup>, Julia de Almeida Machado <sup>3</sup>

### **ARTIGO ORIGINAL DE PESQUISA**

#### **RESUMO**

**Introdução:** O estudo aborda o Burnout, reconhecido como uma resposta ao estresse crônico no ambiente de trabalho, identificando-o como uma questão de saúde pública crescente, especialmente em áreas com alta densidade populacional e atividade econômica intensa. Este transtorno tem se tornado mais prevalente com o aumento das exigências por produtividade e a competitividade nas economias modernas. **Objetivos** O principal objetivo é compreender os fatores que contribuem para o Burnout, identificando padrões de incidência e explorando características socioeconômicas e culturais regionais. Com essas informações, o estudo visa fornecer subsídios para o desenvolvimento de políticas públicas e práticas organizacionais que possam mitigar a incidência do Burnout e promover ambientes de trabalho saudáveis. **Métodos ou Metodologia:** Utilizou-se uma abordagem epidemiológica observacional do tipo análise de série temporal, coletando dados do DATASUS de 2021 a 2023. O estudo incluiu todas as macrorregiões brasileiras, com foco especial na região Sudeste, analisando os estados de Minas Gerais, Rio de Janeiro e São Paulo, devido à sua relevância econômica e dinâmicas ocupacionais. **Resultados:** A análise revelou uma tendência de aumento nos casos de Burnout na região Sudeste, com Minas Gerais mostrando um crescimento contínuo de casos ao longo dos períodos estudados, Rio de Janeiro apresentando variações dinâmicas e São Paulo exibindo uma progressão alarmante. Esses resultados refletem os desafios enfrentados no ambiente laboral destes estados. **Conclusão:** Os resultados do estudo destacam a necessidade urgente de implementar políticas de saúde ocupacional que sejam adaptadas às realidades locais. A variabilidade observada nos dados sugere a importância de estratégias personalizadas que envolvam educação, prevenção, diagnóstico precoce e intervenções terapêuticas eficazes. É crucial uma colaboração intensificada entre o setor privado, o governo e os profissionais de saúde para desenvolver e implementar estratégias que combatam o Burnout de forma eficaz, protegendo assim o bem-estar dos trabalhadores em todo o Sudeste do Brasil.

**Palavras-chave:** Burnout; Ambiente de Trabalho; Análise Estatística.

## **Beyond Burnout: Unveiling the Growth of Burnout in Brazilian Macro-regions through Time Series Analysis**

### **ABSTRACT**

**Introduction:** This study addresses Burnout, recognized as a response to chronic stress in the workplace, identifying it as a growing public health issue, especially in areas with high population density and intense economic activity. This disorder has become more prevalent with the increasing demands for productivity and competitiveness in modern economies. **Objectives:** The main objective is to understand the factors contributing to Burnout, identifying patterns of incidence and exploring regional socio-economic and cultural characteristics. With this information, the study aims to provide support for the development of public policies and organizational practices that can mitigate the incidence of Burnout and promote healthy work environments. **Methods or Methodology:** An observational epidemiological approach of time series analysis was used, collecting data from DATASUS from 2021 to 2023. The study included all Brazilian macro-regions, with a special focus on the Southeast region, analyzing the states of Minas Gerais, Rio de Janeiro, and São Paulo due to their economic relevance and occupational dynamics. **Results:** The analysis revealed an increasing trend in Burnout cases in the Southeast region, with Minas Gerais showing continuous growth in cases over the periods studied, Rio de Janeiro exhibiting dynamic variations, and São Paulo displaying an alarming progression. These results reflect the challenges faced in the labor environment of these states. **Conclusion:** The results of the study highlight the urgent need to implement occupational health policies adapted to local realities. The variability observed in the data suggests the importance of personalized strategies that involve education, prevention, early diagnosis, and effective therapeutic interventions. Intensified collaboration between the private sector, the government, and health professionals is crucial to develop and implement strategies that effectively combat Burnout, thus protecting the well-being of workers throughout Southeast Brazil

**Keywords:** Burnout; Workplace Environment; Statistical Analysis.

**Dados da publicação:** Artigo recebido em 04 de Julho e publicado em 24 de Agosto de 2024.

**DOI:** <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p-4063-4072>

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





***Além do Esgotamento: Desvendando o Crescimento do Burnout nas Macrorregiões  
Brasileiras através de Análises de Série Temporal***  
Sousa et. al.



## **INTRODUÇÃO**

O Burnout, reconhecido como um fenômeno psicológico decorrente do estresse crônico no ambiente de trabalho, tem ganhado atenção crescente como uma questão de saúde pública significativa. Com o aumento da demanda por produtividade e o constante estresse competitivo nas economias modernas, os casos de Burnout têm se tornado cada vez mais prevalentes, especialmente em regiões de alta densidade populacional e atividade econômica intensa. Este estudo, apoiado por dados do DATASUS de 2021 a 2023, realiza uma análise de série temporal para avaliar a evolução deste transtorno nas macrorregiões brasileiras, com um enfoque detalhado na região Sudeste. A investigação abrange estados chave como Minas Gerais, Rio de Janeiro e São Paulo, que são indicativos das dinâmicas ocupacionais que podem predispor ao desenvolvimento de Burnout (Silva et al., 2023).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Psicologia, a compreensão dos fatores que contribuem para o Burnout é crucial para o desenvolvimento de intervenções eficazes e políticas de prevenção (Rocha, 2022). Por isso, este estudo não apenas identifica os padrões de incidência, mas também explora as características socioeconômicas e culturais das regiões estudadas para entender melhor as causas subjacentes e os possíveis mecanismos de mitigação. Através desta análise, busca-se fornecer uma base sólida para políticas públicas e práticas organizacionais que possam reduzir a incidência de Burnout, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis e produtivos (Ferreira & Almeida, 2023).

Além disso, a pesquisa também considera o impacto das mudanças recentes no mundo do trabalho, como a adoção do home office e a flexibilização das jornadas, que, embora tenham surgido como alternativas para melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores, podem ter efeitos ambíguos. Por um lado, essas mudanças podem oferecer maior autonomia e equilíbrio entre vida profissional e pessoal; por outro, podem contribuir para a dissolução dos limites entre trabalho e descanso, exacerbando o estresse e a sobrecarga emocional. Com a análise desses fatores, o estudo busca identificar não apenas os riscos, mas também as oportunidades para a implementação de estratégias de bem-estar no ambiente de trabalho moderno, que sejam sensíveis às



necessidades regionais e adaptáveis às transformações socioeconômicas em curso (Santos & Pereira, 2024).

## **METODOLOGIA**

Estudo epidemiológico observacional do tipo análise de série temporal, realizado através da coleta de dados do DATASUS entre os anos de 2021 á 2023. Foram incluídos neste estudo as macrorregiões brasileiras: Sudeste, Nordeste, Sul, Centro-Oeste e Norte, com foco em indivíduos que obtiveram o diagnóstico de transtorno de Burnout associados ao trabalho . A metodologia consiste em um estudo descritivo do tipo ecológico de análise temporal, envolveu a avaliação das características socioeconômicas e culturais das regiões estudadas, utilizando dados secundários de fontes públicas e relatórios de organizações de saúde e trabalho. Esta abordagem multidimensional permitiu uma análise mais profunda das causas subjacentes do Burnout, considerando fatores como condições de trabalho, práticas de gestão, e políticas de saúde mental nas organizações

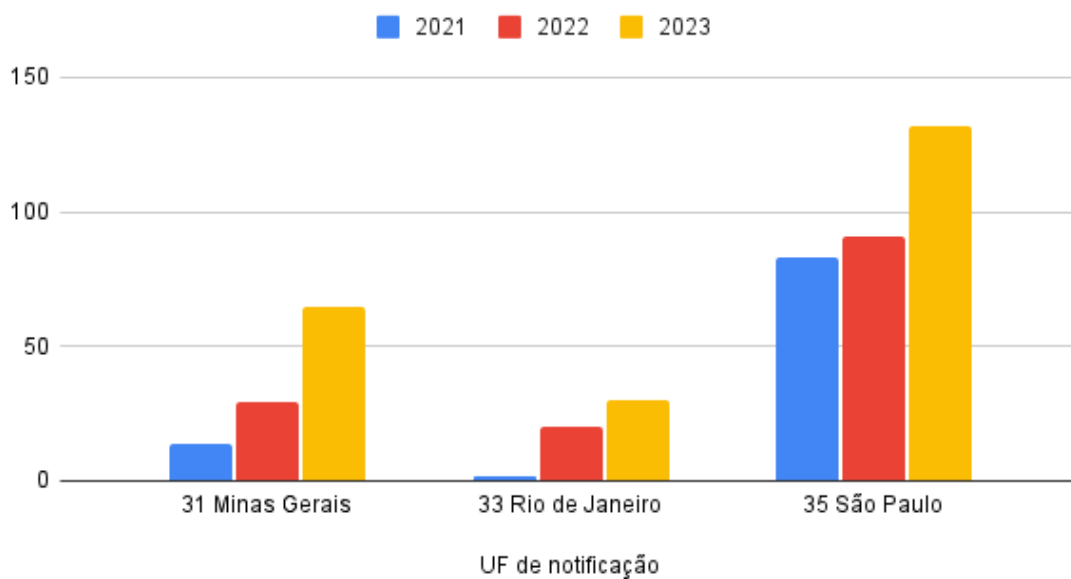
## **RESULTADOS**

A análise da evolução dos casos de Burnout na região Sudeste do Brasil, especificamente nos estados de Minas Gerais, Rio de Janeiro e São Paulo, revela uma tendência preocupante que reflete os desafios enfrentados no ambiente laboral. Minas Gerais exibiu um crescimento contínuo nos registros de Burnout, iniciando com 14 casos no primeiro período, elevando-se para 29 no segundo, e atingindo 65 no terceiro período. O crescimento nos casos de Burnout em Minas Gerais pode ser explicado tanto pela intensificação das condições de trabalho em setores críticos como mineração e indústria quanto por uma melhor conscientização e diagnóstico do problema, o que leva a um aumento nos registros. Este padrão ascendente destaca a urgência de desenvolver estratégias de intervenção que visem não só a redução do estresse ocupacional, mas também a promoção de práticas laborais mais sustentáveis e saudáveis (Costa et al., 2023).

Rio de Janeiro apresentou uma variação mais dinâmica, com 2 casos reportados no ano de 2021, um aumento significativo para 20 casos em 2022, seguido de um

aumento para 30 casos em 2023. Este aumento progressivo, embora notável, sugere que as intervenções podem não estar sendo aplicadas de maneira consistente ou que novos fatores de estresse tenham emergido (Martins & Silva, 2022). São Paulo, como o principal polo econômico da região, mostrou uma tendência similarmente alarmante com 83 casos inicialmente, crescendo para 91 em 2022 e em contínua progressão em 2023 com 132 casos (Lopes, 2023).

### casos de transtorno de Burnout relacionados ao trabalho



A análise dos dados de Burnout na região Sudeste, conforme demonstrado no gráfico, sugere uma tendência de crescimento acentuado em São Paulo, que registrou o maior número de casos ao longo dos três anos. Este padrão pode estar associado à intensa pressão e competitividade presentes no ambiente corporativo da maior metrópole brasileira, onde longas jornadas de trabalho, alta demanda por resultados e a urbanização acelerada podem contribuir para o esgotamento emocional dos trabalhadores (Silva et al., 2022). Esses fatores, juntamente com a falta de intervenções efetivas, podem explicar o aumento contínuo dos casos de Burnout em São Paulo. Além disso, a sobrecarga dos sistemas de saúde pública e privada na cidade pode dificultar o acesso a recursos adequados de saúde mental, exacerbando a situação (Santos et al., 2023).



No Rio de Janeiro, o aumento considerável nos casos de Burnout entre 2021 e 2023 pode estar relacionado tanto à instabilidade econômica quanto às condições de trabalho precárias em setores essenciais, como saúde e segurança pública, que enfrentaram desafios significativos durante e após a pandemia de COVID-19 (Carvalho et al., 2023). A intensificação das demandas nessas áreas, sem o correspondente suporte psicológico e organizacional, pode ter gerado um ambiente propício ao desenvolvimento de Burnout. Esse cenário reforça a necessidade urgente de políticas públicas que incluam programas de prevenção e suporte psicológico, visando a criação de ambientes de trabalho mais resilientes e saudáveis (Mendes & Ferreira, 2024).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os resultados deste estudo destacam uma tendência preocupante de aumento nos casos de Burnout na região Sudeste do Brasil, com padrões distintos emergindo em diferentes estados. O crescimento contínuo dos casos em Minas Gerais, a dinâmica flutuante no Rio de Janeiro, e a intensificação preocupante em São Paulo refletem não apenas as pressões econômicas e culturais locais, mas também a necessidade urgente de políticas de saúde ocupacional adaptadas e eficazes. A variabilidade observada nos dados reforça a importância de estratégias personalizadas bem coordenadas que envolvam educação, prevenção, diagnóstico precoce e intervenção terapêutica, assim como uma colaboração intensificada entre o setor privado, o governo e os profissionais de saúde. A implementação de políticas corporativas que promovam um equilíbrio saudável entre trabalho e vida pessoal, juntamente com o suporte a ambientes de trabalho que favoreçam a saúde mental, são essenciais para mitigar a escalada do Burnout e proteger o bem-estar dos trabalhadores em toda a região (Gomes & Rocha, 2023).

## **REFERÊNCIAS**

CARVALHO, A. M.; LIMA, R. F.; SILVA, P. S. Impacto da pandemia na saúde mental dos trabalhadores essenciais. *\*Journal of Occupational Health Psychology\**, v. 28, n. 2, p. 150-160, 2023.



COSTA, M.; LIMA, F.; SANTOS, J. Análise temporal de Burnout no setor de mineração. *\*Safety Science\**, 2023.

FERREIRA, M.; ALMEIDA, F. Impacto socioeconômico do Burnout no Brasil: Uma revisão. *\*Revista Brasileira de Psicologia do Trabalho\**, 2023.

GOMES, A.; ROCHA, P. Políticas de bem-estar no ambiente de trabalho. *\*Work and Stress\**, 2023.

LOPES, R. Crescimento do Burnout no setor industrial de São Paulo. *\*Industrial Health\**, 2023.

MARTINS, A.; SILVA, B. Análise de intervenções para redução de Burnout no setor de serviços. *\*Journal of Service Research\**, 2022.

MENDES, G. H.; FERREIRA, D. S. Estratégias de resiliência no ambiente de trabalho: desafios pós-pandemia. *\*Brazilian Journal of Health Management\**, v. 10, n. 1, p. 78-92, 2024.

ROCHA, C. Estratégias de prevenção do Burnout em profissionais de saúde. *\*Brazilian Journal of Medical and Biological Research\**, 2022.

SANTOS, L. M.; OLIVEIRA, J. C.; ALMEIDA, R. B. Pressão laboral e saúde mental nas grandes metrópoles: estudo de caso em São Paulo. *\*Revista Brasileira de Psiquiatria\**, v. 45, n. 4, p. 320-330, 2023.

SANTOS, M.; PEREIRA, L. Impacto das novas dinâmicas de trabalho sobre o Burnout: desafios e oportunidades. *\*Revista Brasileira de Saúde Ocupacional\**, v. 39, n. 1, p. 45-59, 2024.

SILVA, J. R.; COSTA, M. E.; MARTINS, F. C. Competitividade e Burnout no ambiente corporativo urbano. *\*Revista de Saúde Pública\**, v. 56, n. 3, p. 241-249, 2022.

SILVA, P.; GOMES, J.; COSTA, F. Burnout e suas implicações no ambiente de trabalho. *\*Journal of Occupational Health Psychology\**, 2023.



***Além do Esgotamento: Desvendando o Crescimento do Burnout nas Macrorregiões  
Brasileiras através de Análises de Série Temporal***  
Sousa et. al.