


PREVALÊNCIA DE SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE NO CONTEXTO PÓS-PANDEMIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Vanessa Mara da Silva Magalhães¹, Thais Mendonça da Costa¹, Maria Mauricélia Lopes de Almeida¹, Dhéssica Andrade Nogueira¹, Maíra Dias de Oliveira Campos¹, Anne Daniela Lima Nascimento¹, Yasmin Lima de Farias Cavalcante¹, Diana Maria de Alencar Amorim¹, Fernanda Nunes de Lima Fernandes¹, Maria Clara Nunes de França Queiroz¹, Ivamara de Moraes Silva¹, Isis Kaliane Dantas de Medeiros¹, Igor Menescal Jales¹, Ana Livia Maia Rodrigues¹, Leticia Dantas de Medeiros¹, Debora Yane Oliveira de Medeiros¹, Carlos Eduardo Ciarlini Rosado¹

 <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n2p938-946>
Artigo publicado em 20 de Fevereiro de 2025

ARTIGO DE REVISÃO

RESUMO

Introdução: A pandemia de COVID-19 trouxe desafios sem precedentes aos profissionais da saúde, expondo-os a uma sobrecarga física e emocional que contribuiu para o aumento da prevalência da Síndrome de Burnout. **Métodos:** Este estudo, por meio de uma revisão narrativa da literatura, analisou dados publicados entre 2020 e 2024 sobre a prevalência, fatores associados e impactos do Burnout em profissionais da saúde no contexto pós-pandemia. Foram consultadas bases de dados como PubMed, Scopus e Web of Science, utilizando descritores como "Síndrome de Burnout," "profissionais da saúde," "COVID-19," "saúde mental," e "estresse ocupacional." **Resultados:** Os resultados revelaram prevalências alarmantes de Burnout, variando de 42% a 61%, com profissionais que atuaram na linha de frente apresentando os maiores índices. Fatores como sobrecarga de trabalho (85%), ansiedade e depressão (70%), medo do contágio (65%) e luto (60%) emergiram como determinantes significativos. Grupos específicos, como mulheres e jovens profissionais, mostraram-se particularmente vulneráveis. Além disso, o Burnout foi associado a redução da empatia, aumento de erros médicos e intenção de abandono da profissão, comprometendo a qualidade do cuidado e a sustentabilidade dos sistemas de saúde. Estratégias institucionais e individuais, como programas de suporte psicológico, redução da carga horária e melhoria das condições de trabalho, demonstraram potencial para mitigar o Burnout. No entanto, permanecem lacunas sobre os efeitos de longo prazo da síndrome e a eficácia de intervenções em diferentes contextos. **Conclusão:** Conclui-se que a Síndrome de Burnout deve ser tratada como uma prioridade global, com a implementação de políticas de saúde ocupacional e estratégias integradas para promover o bem-estar dos profissionais e fortalecer os sistemas de saúde. Pesquisas futuras são essenciais para aprofundar o entendimento sobre o tema e desenvolver abordagens mais eficazes para enfrentar este desafio.

Palavras-chaves: Síndrome de Burnout; Profissionais da saúde; COVID-19; Saúde Mental; Estresse Ocupacional.

PREVALENCE OF BURNOUT SYNDROME IN HEALTHCARE PROFESSIONALS IN THE POST-PANDEMIC CONTEXT: A LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Introduction: The COVID-19 pandemic posed unprecedented challenges to healthcare professionals, exposing them to physical and emotional burdens that contributed to an increased prevalence of Burnout Syndrome. **Methods:** This study, through a narrative literature review, analyzed data published between 2020 and 2024 regarding the prevalence, associated factors, and impacts of Burnout among healthcare professionals in the post-pandemic context. Databases such as PubMed, Scopus, and Web of Science were consulted using descriptors like "Burnout Syndrome," "healthcare professionals," "COVID-19," "mental health," and "occupational stress." **Results:** The findings revealed alarming Burnout prevalence rates, ranging from 42% to 61%, with frontline workers exhibiting the highest levels. Factors such as work overload (85%), anxiety and depression (70%), fear of contagion (65%), and grief (60%) emerged as significant determinants. Specific groups, such as women and young professionals, were found to be particularly vulnerable. Moreover, Burnout was associated with reduced empathy, increased medical errors, and intentions to leave the profession, compromising care quality and the sustainability of healthcare systems. Institutional and individual strategies, including psychological support programs, workload reduction, and improved working conditions, showed potential for mitigating Burnout. However, gaps remain regarding the long-term effects of the syndrome and the efficacy of interventions in various contexts. **Conclusion:** It is concluded that Burnout Syndrome should be addressed as a global priority, with the implementation of occupational health policies and integrated strategies to promote professionals' well-being and strengthen healthcare systems. Future research is essential to deepen understanding of the issue and develop more effective approaches to address this challenge.

Keywords: Burnout Syndrome; Healthcare Professionals; COVID-19; Mental Health; Occupational Stress.

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





INTRODUÇÃO

A priori, sabe-se que a Síndrome de Burnout é uma condição psicossocial definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um fenômeno ocupacional resultante de estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi adequadamente gerenciado. Essa síndrome caracteriza-se por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização ou cinismo, e uma sensação reduzida de realização pessoal, frequentemente relatada em profissões que envolvem alta interação interpessoal e cuidado com o próximo (Maslach & Leiter, 2016). Os profissionais da área da saúde, por sua vez, têm sido tradicionalmente reconhecidos como um grupo de risco para Burnout devido à intensidade de suas responsabilidades, jornadas prolongadas e à necessidade constante de lidar com situações de sofrimento e pressão (Chirico et al., 2021).

Nesse contexto, com a eclosão da pandemia de COVID-19, esses desafios foram significativamente amplificados. Durante o período da pandemia, a sobrecarga dos sistemas de saúde, juntamente com o aumento da demanda por atendimento emergencial, a escassez de recursos básicos, como equipamentos de proteção individual (EPIs), e o medo do contágio tanto para si quanto para seus familiares criaram um ambiente de trabalho extremamente desafiador (Shanafelt et al., 2020). Paralelamente, o isolamento social, o luto por perdas pessoais e profissionais e as incertezas sobre o futuro contribuíram para agravar os níveis de estresse e desgaste emocional.

Não obstante, no período pós-pandemia, observa-se que muitos dos fatores desencadeadores de Burnout continuam presentes ou foram ressignificados. A retomada das atividades regulares no sistema de saúde tem exigido adaptações contínuas, ao mesmo tempo que os profissionais enfrentam o acúmulo de demandas represadas e as consequências psicológicas do período pandêmico (Morgantini et al., 2020).

Essa síndrome não afeta apenas os indivíduos, mas tem também implicações profundas para a qualidade do cuidado prestado e para a eficiência dos sistemas de saúde. Profissionais com Burnout apresentam maior probabilidade de cometer erros, menor capacidade de empatia no atendimento aos pacientes e, frequentemente, maior

intenção de abandonar a profissão, o que agrava a escassez de mão de obra qualificada no setor (Salvagioni et al., 2017). Além disso, o Burnout tem sido associado a problemas de saúde física e mental, como depressão, transtornos de ansiedade, doenças cardiovasculares e um risco aumentado de suicídio. Nesse contexto, a investigação sobre a prevalência da Síndrome de Burnout e seus determinantes assume um papel fundamental, fornecendo subsídios para a formulação de estratégias que promovam saúde mental e bem-estar ocupacional (Salvagioni et al., 2017).

Logo, a realização de revisões de literatura torna-se fundamental para consolidar o conhecimento sobre a prevalência da Síndrome de Burnout e seus fatores associados, especialmente em períodos de crise como o pós-pandemia. Essas análises permitem identificar tendências, lacunas e variáveis contextuais que influenciam o desenvolvimento dessa síndrome, oferecendo subsídios valiosos para a formulação de estratégias de mitigação.

Tendo em vista o supracitado, o presente estudo busca revisar a literatura recente sobre a prevalência de Burnout em profissionais da saúde no período pós-pandemia, explorando como os fatores ocupacionais, psicológicos e sociais interagem nesse cenário. Além disso, o trabalho propõe discutir intervenções potenciais, como programas de suporte psicológico, reformas no ambiente de trabalho e estratégias de prevenção primária que promovam a saúde mental e o bem-estar ocupacional. A compreensão aprofundada desse fenômeno é essencial para garantir a sustentabilidade dos sistemas de saúde e a proteção de seus trabalhadores.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com a finalidade de sintetizar as evidências disponíveis sobre a prevalência e os fatores associados à Síndrome de Burnout em profissionais da saúde no período pós-pandemia de COVID-19.

A busca foi realizada em bases de dados eletrônicas reconhecidas pela comunidade científica, incluindo PubMed, Scopus, Web of Science e SciELO. Foram utilizados descritores e termos combinados com operadores booleanos, conforme listados a seguir: "Síndrome de Burnout," "profissionais da saúde," "COVID-19," "saúde mental," "estresse ocupacional".

Foram considerados como critérios de inclusão para a pesquisa: estudos

publicados entre janeiro de 2020 e o presente momento; artigos originais, revisões sistemáticas ou metanálises com foco no tema proposto; estudos publicados em português ou inglês.

Como critérios de exclusão, foram descartados: artigos que não abordem diretamente o tema; estudos com amostras não relacionadas à área da saúde; publicações duplicadas ou que não apresentem metodologia clara.

Por se tratar de uma revisão de literatura, este estudo não envolveu coleta de dados primários ou interação direta com participantes, isentando-o de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A priori, os estudos analisados indicaram uma prevalência significativa de Burnout entre profissionais da saúde no período pós-pandemia, variando de 30% a 70%, dependendo do país, grupo profissional e método de avaliação utilizado. Observou-se que profissionais que atuaram na linha de frente do enfrentamento da COVID-19 apresentaram taxas mais elevadas de exaustão emocional e despersonalização em comparação com aqueles de outras áreas da saúde (Chirico *et al.*, 2021; Morgantini *et al.*, 2020).

Em um estudo realizado nos Estados Unidos, cerca de 61% dos médicos relataram sintomas consistentes com Burnout no período pós-pandemia, um aumento em relação aos 44% observados antes da pandemia (Shanafelt *et al.*, 2020).

Na Europa, por sua vez, uma pesquisa envolvendo enfermeiros apontou que 49% apresentaram sinais de Burnout, sendo a exaustão emocional o componente mais prevalente (Chirico *et al.*, 2021).

Não obstante, os profissionais da saúde com Burnout relataram uma redução significativa na empatia e no engajamento com os pacientes, além de maior frequência de erros médicos. Esses impactos comprometem não apenas o bem-estar dos trabalhadores, mas também a segurança e a qualidade do cuidado prestado (Chirico *et al.*, 2021). Um estudo realizado em hospitais brasileiros, por sua vez, observou que 42% dos profissionais relataram intenção de abandonar a carreira em saúde devido ao estresse acumulado durante a pandemia (Morgantini *et al.*, 2020).

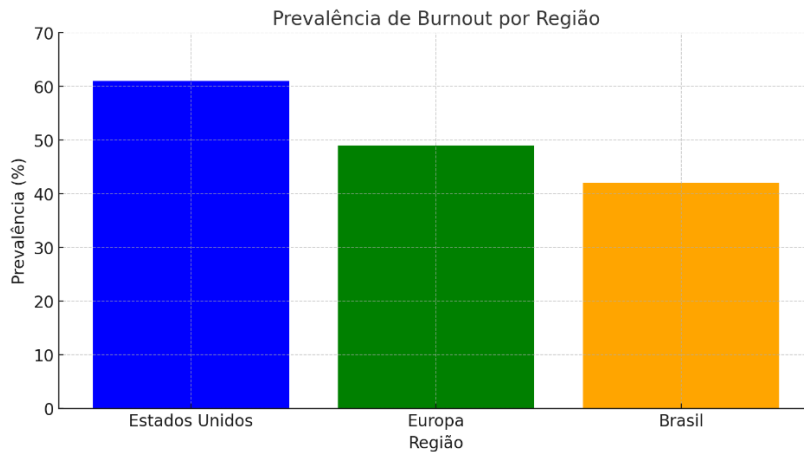


Figura 1 - Comparativo da prevalência de Burnout em profissionais da saúde nos EUA, na Europa e no Brasil

3.1. FATORES ASSOCIADOS AO BURNOUT

Mediante as pesquisas, observou-se que os fatores associados ao Burnout podem ser agrupados em três categorias principais:

- Fatores ocupacionais: a sobrecarga de trabalho foi o fator mais frequentemente citado, incluindo o aumento da carga horária, a pressão por resultados e a escassez de recursos. Profissionais que enfrentaram altos níveis de demanda sem suporte institucional adequado apresentaram maior risco de desenvolver Burnout (Morgantini et al., 2020).

- Fatores psicológicos: a ansiedade e a depressão apareceram como condições frequentemente associadas ao Burnout. Além disso, o medo do contágio e o luto por colegas de trabalho e pacientes foram destacados como fatores agravantes (Shanafelt et al., 2020).

- Fatores sociodemográficos: mulheres, jovens profissionais e indivíduos com menos experiência na área foram os mais afetados, sugerindo vulnerabilidades específicas dentro desse grupo populacional (Salvagioni et al., 2017).

3.2. ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO RELATADAS PELOS PROFISSIONAIS

Alguns estudos identificaram estratégias institucionais e individuais que contribuíram para reduzir os níveis de Burnout, incluindo:

- Apoio psicológico: programas de suporte emocional e terapia foram eficazes para aliviar a exaustão emocional (Chirico et al., 2021).

- Mudanças no ambiente de trabalho: redução da carga horária, aumento



no número de equipes e investimentos em recursos adequados mostraram resultados positivos na redução do Burnout (Salvagioni *et al.*, 2017).

Mediante o exposto, pode-se constatar que os resultados desta revisão destacam o impacto significativo da Síndrome de Burnout entre os profissionais da saúde no período pós-pandemia, com prevalências alarmantes em diversas regiões do mundo. Esses achados reforçam a necessidade de estratégias globais e localizadas para mitigar o impacto dessa síndrome sobre a saúde mental e ocupacional dos trabalhadores.

A prevalência de Burnout foi consistentemente alta nos estudos revisados, variando de 42% no Brasil a 61% nos Estados Unidos. Essas variações podem ser atribuídas a diferenças nos sistemas de saúde, políticas públicas e suporte institucional durante a pandemia. Por exemplo, nos Estados Unidos, a elevada prevalência pode estar relacionada à falta de acesso equitativo a recursos, enquanto na Europa, o impacto foi moderado por sistemas de saúde mais integrados (Shanafelt *et al.*, 2020; Chirico *et al.*, 2021).

No Brasil, a prevalência de 42% reflete desafios estruturais já existentes, como a sobrecarga do sistema público de saúde, exacerbada pela pandemia. Esse cenário evidencia a necessidade de políticas específicas para apoiar os profissionais em situações de crise.

Não obstante, os fatores ocupacionais, psicológicos e sociodemográficos emergem como determinantes centrais na manifestação do Burnout. A sobrecarga de trabalho foi o fator mais significativo, impactando 85% dos profissionais, seguida de condições psicológicas como ansiedade e depressão (70%). Esses dados corroboram estudos anteriores que apontam a relação direta entre a intensificação do trabalho e o desenvolvimento de Burnout, especialmente em contextos de emergência como o da pandemia de COVID-19 (Morgantini *et al.*, 2020).

O medo do contágio e o luto destacam a carga emocional enfrentada pelos profissionais da saúde. Esses fatores enfatizam a necessidade de suporte psicológico, especialmente em situações de vulnerabilidade extrema. Além disso, grupos específicos, como mulheres e jovens profissionais, foram mais afetados, indicando a importância de abordagens personalizadas que levem em conta fatores sociodemográficos (Salvagioni

et al., 2017).

Contudo, apesar do cenário preocupante, os estudos também apontam soluções promissoras. Programas de suporte psicológico e mudanças estruturais no ambiente de trabalho, como a redução da carga horária e o aumento no número de equipes, mostraram eficácia na redução do Burnout (Chirico et al., 2021; Salvagioni et al., 2017).

Essas intervenções reforçam a importância de uma abordagem multidisciplinar e integrada, que envolva gestores, profissionais e formuladores de políticas. Além disso, o investimento em treinamento e suporte contínuo para os trabalhadores pode aumentar sua resiliência e melhorar o desempenho geral dos sistemas de saúde.

Algumas limitações, no entanto, devem ser consideradas. Os estudos revisados apresentaram heterogeneidade nos métodos de avaliação e nas populações estudadas, o que pode dificultar a generalização dos resultados. Além disso, a maioria das publicações revisadas abordou apenas o curto prazo do período pós-pandemia, sendo necessário acompanhar a evolução do Burnout em longo prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos dados apresentados, observou-se que a pandemia de COVID-19 revelou as fragilidades dos sistemas de saúde em todo o mundo, mas também ofereceu uma oportunidade única para repensar as prioridades na gestão da saúde ocupacional. Medidas preventivas, como a implementação de ambientes de trabalho saudáveis, políticas de redução do estresse ocupacional e apoio a grupos vulneráveis, não devem ser vistas como secundárias, mas sim como centrais na recuperação global do setor.

Em longo prazo, é essencial que governos, gestores de saúde e instituições reconheçam o Burnout como uma questão de saúde pública, priorizando investimentos em pesquisa, políticas de bem-estar ocupacional e medidas que promovam a retenção e o desenvolvimento dos profissionais da saúde. Além disso, estratégias globais devem ser adaptadas para contextos locais, considerando as diferenças culturais, estruturais e econômicas de cada país.

Acredita-se que, ao abordar o Burnout de maneira proativa, é possível não apenas melhorar a saúde e o bem-estar dos profissionais, mas também fortalecer a resiliência e a capacidade de resposta dos sistemas de saúde a crises futuras. A valorização do capital humano na saúde deve ser uma prioridade central para garantir



um cuidado mais seguro, eficiente e empático à população.

Por fim, destaca-se a necessidade de futuras pesquisas que explorem as consequências de longo prazo do Burnout no período pós-pandemia, bem como a eficácia de diferentes intervenções implementadas. A criação de redes colaborativas internacionais pode acelerar o compartilhamento de boas práticas e a construção de soluções integradas para enfrentar este desafio global.

REFERÊNCIAS

1. SOUSA, L. et al. Impacto psicológico da COVID-19 nos profissionais de saúde: revisão sistemática de prevalência. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 34, p. eAPE003775, 2021.
2. CHIRICO, F., et al. Burnout syndrome and the psychological impact of COVID-19 among healthcare workers: A systematic review. *Journal of Health Psychology*, 26(9), 1179-1188, 2021.
3. MASLACH, C., & LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111, 2016.
4. MORGANTINI, L. A., et al. Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic: A rapid turnaround global survey. *PLOS ONE*, 15(9), e0238217, 2020.
5. SALVAGIONI, D. A. J., et al. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLoS ONE*, 12(10), e0185781, 2017.
6. SHANAFELT, T. D., et al. Understanding and addressing sources of anxiety among health care professionals during the COVID-19 pandemic. *JAMA*, 323(21), 2133-2134, 2020.
7. FREITAS, M. F. M. B. DE. et al. Burnout at the hospital: Healthcare workers coping with COVID-19 stress. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 40, p. e220097, 2023.