



Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde do Sexo Feminino

Eduarda Bonicenha Destefani ¹, Paola Cestari Ronchetti ¹, Paolla Rocha de Oliveira ¹, Leonardo Elias Lopes Fonseca ¹, Luís Otávio Teixeira Dantas ¹, Naiara Kefler ¹, Carolina Furtado Lázaro¹



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n6p1296-1306>

Artigo recebido em 17 de Maio e publicado em 27 de Junho de 2025

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

RESUMO

Introdução: A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico comum entre profissionais da saúde, com maior prevalência entre as mulheres, devido a fatores como desigualdade de gênero e alta carga emocional no trabalho. A pandemia de COVID-19 intensificou esses fatores, gerando um aumento significativo nos casos da síndrome. **Objetivo:** Compreender as causas e os impactos da Síndrome de Burnout entre mulheres na saúde, considerando aspectos individuais, organizacionais e de gênero. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica relacionada à Síndrome de Burnout em profissionais da saúde do sexo feminino, foram selecionados 10 artigos da base de dados SciELO, PubMed. Definiu-se os seguintes critérios de inclusão: artigos em português e inglês, publicados no período entre 2002 e 2025 e que abordavam as temáticas propostas para esta pesquisa, estudos do tipo revisão, meta-análise e estudos observacionais. **Resultados e discussão:** As mulheres, principalmente as que trabalham na saúde, enfrentam uma combinação de estressores, incluindo sobrecarga de trabalho, desigualdade de gênero e falta de apoio institucional. A pandemia agravou essas condições, expondo as profissionais a uma sobrecarga emocional e física, sem suporte adequado. **Conclusão:** É essencial adotar uma abordagem interseccional para enfrentar o burnout, com mudanças nas condições de trabalho e políticas públicas que garantam suporte psicológico, valorização profissional e jornadas equilibradas, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Profissionais da Saúde; Mulheres na Saúde.

Burnout Syndrome in Female Healthcare Professionals

ABSTRACT

Introduction: Burnout Syndrome is a common psychological disorder among health professionals, with a higher prevalence among women, due to factors such as gender inequality and high emotional burden at work. The COVID-19 pandemic has intensified these factors, generating a significant increase in cases of the syndrome. **Objective:** To understand the causes and impacts of Burnout Syndrome among women in health, considering individual, organizational and gender aspects. **Methodology:** This is a bibliographic review related to Burnout Syndrome in female health professionals, 10 articles were selected from the SciELO, PubMed databases. The following inclusion criteria were defined: articles in Portuguese and English, published between 2002 and 2025 and that addressed the themes proposed for this research, review studies, meta-analysis and observational studies. **Results and discussion:** Women, especially those working in health, face a combination of stressors, including work overload, gender inequality and lack of institutional support. The pandemic has worsened these conditions, exposing professionals to emotional and physical overload without adequate support. **Conclusion:** It is essential to adopt an intersectional approach to address burnout, with changes in working conditions and public policies that ensure psychological support, professional appreciation and balanced working hours, promoting healthier work environments.

Keywords: Burnout Syndrome; Healthcare Professionals; Women in Healthcare.

Instituição afiliada – Faculdade Brasileira de Cachoeiro Multivix

Autor correspondente: *Eduarda Bonicenha Destefani* dudabonicenha@hotmail.com

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



INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um fenômeno psicológico ocupacional, tem se consolidado como uma das condições mais prevalentes e debilitantes no campo da saúde. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, essa síndrome é consequência de estressores laborais prolongados e intensos, com forte impacto sobre a saúde mental e física dos trabalhadores. Embora seja um problema de saúde coletiva, sua incidência se destaca entre profissionais da saúde, especialmente entre mulheres, que representam a maior parte da força de trabalho nessa área. As mulheres, por sua vez, enfrentam pressões específicas, derivadas não apenas das exigências do trabalho, mas também das desigualdades estruturais de gênero, que as colocam em uma posição de vulnerabilidade frente à sobrecarga emocional e física (Souza & Silva, 2002; WHO, 2019).

No contexto da saúde, as mulheres ocupam frequentemente funções de cuidado direto e contínuo, o que as expõe a situações de sofrimento, trauma e pressão emocional intensas. Além disso, a sub representação feminina em cargos de liderança, associada à atual estrutura organizacional que minimiza o impacto do sofrimento psíquico, contribui para a perpetuação desse cenário de invisibilidade e desvalorização profissional. Esse ambiente, marcado pela pressão para desempenhar múltiplos papéis, resulta em um desgaste psicológico contínuo, que é amplificado por uma naturalização das demandas de cuidado emocional como parte do exercício da profissão. A literatura aponta que as mulheres, devido a traços de personalidade e à socialização de gênero, apresentam maior envolvimento emocional com os pacientes, o que torna sua experiência de burnout mais intensa e prolongada (Pereira et al., 2021; Jarruche & Mucci, 2021).

A pandemia de COVID-19 intensificou de maneira dramática os fatores de risco psicossociais associados ao burnout, particularmente entre as profissionais da saúde. Durante esse período, as mulheres enfrentaram uma sobrecarga de responsabilidades, acumulando funções de trabalho na linha de frente do atendimento à saúde com as tarefas domésticas e de cuidado familiar. Esse cenário, marcado pela escassez de



recursos, medo constante de contágio e a ausência de apoio institucional adequado, resultou em um aumento expressivo da prevalência de quadros de esgotamento físico e mental (Oliveira Barbosa et al., 2021). Estudos indicam que mulheres mais jovens e com responsabilidades familiares apresentaram taxas mais altas de exaustão emocional, perda de satisfação no trabalho e agravamento da saúde mental, evidenciando as consequências diretas dessa sobrecarga (Dillon et al., 2022).

Este artigo busca compreender as causas e consequências da Síndrome de Burnout entre mulheres, principalmente as da área da saúde. Além disso, observa-se a necessidade urgente de políticas públicas e intervenções institucionais que ofereçam suporte psicossocial adequado às profissionais da saúde, de modo a promover ambientes de trabalho mais saudáveis e sustentáveis. Para tanto, é essencial reconhecer que o enfrentamento eficaz do burnout não se limita a medidas paliativas, mas exige uma transformação profunda nas estruturas organizacionais e culturais que sustentam o adoecimento psíquico. Somente por meio de estratégias integradas, que contemplem tanto a saúde mental quanto as condições estruturais de trabalho, será possível reverter o quadro de sofrimento das profissionais da saúde e garantir a valorização do cuidado com quem cuida.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica, com o objetivo de analisar e discutir Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde do Sexo Feminino. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed e SciELO, utilizando os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): (Síndrome de Burnout) AND (Profissionais da Saúde) AND (Mulheres na Saúde). Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos científicos publicados entre os anos de 2002 e 2025, redigidos nos idiomas português, inglês e espanhol, e que abordassem diretamente a relação entre a síndrome de burnout e sua incidência, causa e consequências em mulheres profissionais da saúde. Foram excluídos os estudos duplicados, artigos disponíveis apenas na forma de resumo, trabalhos que não tratavam especificamente da temática proposta ou que não atendiam aos critérios linguísticos e temporais estabelecidos. Após a aplicação dos descritores e dos critérios de elegibilidade, foram identificados 242 artigos nas

plataformas mencionadas. Após leitura criteriosa dos títulos, resumos e textos completos, foram selecionados 10 estudos para compor a análise teórica deste trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de Burnout é um transtorno psíquico ocupacional crônico, desencadeado por estressores laborais persistentes, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Essa condição tem apresentado prevalência crescente entre profissionais da saúde, especialmente entre mulheres, que constituem a maioria da força de trabalho na área e estão expostas simultaneamente a pressões organizacionais, demandas emocionais elevadas e desigualdades estruturais de gênero. Estudos demonstram que fatores individuais, como traços de personalidade, e fatores organizacionais, como condições de trabalho adversas, atuam sinergicamente no desenvolvimento da síndrome, sendo que as profissionais do sexo feminino frequentemente demonstram maior envolvimento emocional com os pacientes, o que potencializa a sobrecarga psíquica diante de ambientes assistenciais cronicamente estressantes (Souza; Silva, 2002).

A literatura aponta que o impacto da pandemia de COVID-19 intensificou os fatores de risco psicossociais entre mulheres atuantes na saúde, acentuando quadros de esgotamento físico e mental. Durante esse período, o contingente feminino assumiu dupla ou tripla jornada, combinando o trabalho assistencial extenuante com as tarefas de cuidado familiar e doméstico, em um cenário de medo da contaminação, escassez de recursos e ausência de apoio institucional adequado. Estudos identificaram aumento expressivo da prevalência de burnout nesse grupo (Oliveira Barbosa et al., 2021), sendo que as mulheres, sobretudo as mais jovens e com responsabilidades familiares, relataram taxas significativamente mais elevadas de exaustão emocional, comprometimento da saúde mental e percepção de baixa valorização no ambiente laboral (Dillon et al., 2022).

Além dos estressores emergenciais impostos pela crise sanitária, os desafios estruturais do trabalho em saúde permanecem como elementos centrais no adoecimento das profissionais. As rotinas extenuantes, a alta demanda assistencial, a pressão por desempenho e a sobrecarga emocional decorrente do cuidado contínuo de



pacientes em sofrimento são características inerentes a muitos contextos laborais da saúde, sobretudo em setores como emergência, unidades de terapia intensiva e atenção primária. O burnout é multifatorial, mas fortemente associado à ausência de reconhecimento profissional, à sensação de impotência terapêutica e à falta de autonomia, especialmente entre mulheres que, além de subrepresentadas em cargos de liderança, enfrentam obstáculos adicionais relacionados a desigualdades de gênero (Jarruche; Mucci, 2021).

Estudos reforçam que a complexidade do burnout entre mulheres na saúde envolve não apenas o contexto organizacional, mas também questões psicossociais mais amplas, como a cultura do cuidado naturalizado para o gênero feminino, o que perpetua a ideia de que o sofrimento faz parte do exercício profissional. Esse modelo reforça comportamentos de autonegligência e silenciamento da dor emocional. A exposição contínua ao sofrimento alheio, associada à falta de espaços de escuta institucional e à cultura do rendimento, acarreta em desgaste progressivo da saúde mental, especialmente entre mulheres que internalizam expectativas irreais de desempenho e autocontrole (Pereira et al., 2021).

É fundamental considerar ainda que a intersecção entre as responsabilidades profissionais e familiares exerce papel decisivo na instalação da síndrome entre mulheres. A sobrecarga decorrente da conciliação de múltiplas jornadas, marcada por baixa disponibilidade de tempo para autocuidado, repouso e lazer, configura um fator de vulnerabilidade acentuado. Tanto o estresse crônico quanto a fadiga acumulada são preditores robustos do burnout, sendo frequentemente observados em mulheres com sobrecarga doméstica e pressão por produtividade institucional (Esteves et al., 2019). Essa sobreposição de papéis é naturalizada socialmente, mas não reconhecida nem compensada nos espaços laborais, o que contribui para a manutenção do adoecimento psíquico.

Outro aspecto relevante é a invisibilidade das repercussões emocionais do trabalho assistencial. O sofrimento psíquico decorrente do enfrentamento cotidiano da dor, da morte e do sofrimento dos pacientes é frequentemente negligenciado pelas instituições e naturalizado entre os profissionais, o que dificulta a implementação de estratégias preventivas. A internalização de discursos que valorizam a abnegação e a

resiliência em detrimento da saúde mental contribui para a subnotificação dos sintomas e retarda a busca por ajuda. O burnout entre mulheres não pode ser dissociado de uma lógica de gênero que estrutura a divisão do trabalho emocional e impõe às profissionais a responsabilidade afetiva pelo bem-estar do outro, sem retorno institucional equivalente (Minck et al., 2021).

A ausência de políticas públicas voltadas especificamente à saúde mental das mulheres trabalhadoras da saúde contribui para a perpetuação desse cenário. Há um déficit importante de programas de prevenção e intervenção com recorte de gênero, sendo comum o desamparo institucional diante de sintomas de esgotamento. Muitas vezes, a resposta das gestões hospitalares restringe-se a abordagens individuais e pontuais, sem revisão das estruturas organizacionais geradoras de adoecimento (Oliveira Lima et al., 2023). Essa lacuna compromete a eficácia das ações e desresponsabiliza o sistema pelo sofrimento vivenciado pelas profissionais.

A implementação de estratégias institucionais mais amplas, integradas e sustentáveis é imprescindível. Isso inclui a criação de ambientes de trabalho psicologicamente seguros, que promovam cultura de escuta ativa, valorização profissional, promoção de jornadas equilibradas e acesso facilitado a apoio psicológico. Intervenções em saúde mental no âmbito da atenção primária à saúde devem levar em consideração os determinantes sociais e culturais do sofrimento, sob risco de tornar-se inócuas (Silva et al., 2015). Da mesma forma, o enfrentamento eficaz do burnout requer não apenas medidas paliativas, mas transformação estrutural do modo de gestão do trabalho em saúde (Sauer; Heilmann, 2025).

Por fim, a compreensão do burnout em profissionais da saúde do sexo feminino demanda uma abordagem interseccional, que reconheça as interações entre gênero, organização do trabalho, cultura institucional e saúde mental. Somente com essa perspectiva será possível desenvolver estratégias efetivas de prevenção e promoção da saúde laboral, rompendo com a lógica que naturaliza o adoecimento feminino como parte inerente do exercício profissional em saúde. A valorização do cuidado com quem cuida, sobretudo em uma sociedade marcada por desigualdades estruturais, deve ser eixo central das políticas públicas e das práticas institucionais comprometidas com o bem-estar das profissionais da saúde.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, Síndrome de Burnout, particularmente entre as profissionais da saúde, é uma condição que exige uma atenção urgente. Estudos demonstram que mulheres trabalhadoras da saúde estão significativamente mais vulneráveis ao desenvolvimento do burnout devido à combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais. A sobrecarga de trabalho, a desigualdade de gênero e a naturalização do sofrimento psíquico contribuem diretamente para a elevação dos índices de exaustão emocional e comprometimento da saúde mental. Além disso, a pandemia de COVID-19 ampliou ainda mais esses desafios, expondo as profissionais a uma sobrecarga inédita de responsabilidades e a um contexto de escassez de recursos e apoio institucional.

Essa realidade exige mudanças estruturais urgentes nas organizações de saúde, que devem ir além de medidas paliativas e focar na criação de ambientes de trabalho psicologicamente seguros e na implementação de políticas públicas que reconheçam o trabalho emocional das mulheres.

Portanto, a prevenção do burnout nas mulheres trabalhadoras da saúde deve ser abordada de forma interseccional, considerando as múltiplas dimensões de gênero, condições de trabalho e saúde mental. As estratégias para a redução do burnout devem incluir a promoção de jornadas de trabalho equilibradas, apoio psicológico contínuo e a valorização profissional, com um reconhecimento real da sobrecarga emocional que as mulheres enfrentam. Políticas públicas mais inclusivas e orientadas para a saúde mental são essenciais para garantir a eficácia dessas mudanças e melhorar tanto o bem-estar das trabalhadoras quanto a qualidade do atendimento prestado à sociedade.

REFERÊNCIAS

DE OLIVEIRA BARBOSA, Marbenia Venik Lopes et al. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde no contexto da pandemia por COVID-19: revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 8, p. 85508-85520, 2021. Disponíveis em: https://web.archive.org/web/20210907121722id_/https://www.brazilianjournals.com/index.p



[hp/BRJD/article/download/35191/pdf](http://BRJD/article/download/35191/pdf). Acesso em: 12 jun. 2025

DE OLIVEIRA LIMA, Lucas Alves; JUNIOR, Paulo Lourenço Domingues; DE OLIVEIRA GOMES, Olga Venimar. Saúde mental e esgotamento profissional: um estudo qualitativo sobre os fatores associados à síndrome de burnout entre profissionais da saúde. Boletim de Conjuntura (BOCA), v. 16, n. 47, p. 264-283, 2023. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/2653>. Acesso em: 12 jun. 2025.

DILLON, E. C. et al. Women, younger clinicians', and caregivers' experiences of burnout and well-being during COVID-19 in a US healthcare system. Journal of General Internal Medicine, v. 37, n. 1, p. 145–153, 2022. DOI: 10.1007/s11606-021-07134-4. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34729697/>. Acesso em: 12 jun. 2025.

ESTEVES, Germano Gabriel Lima; LEÃO, Ana Adelaide Martins; ALVES, Esther de Oliveira. Fadiga e estresse como preditores do Burnout em profissionais da saúde. Revista Psicologia Organizações e Trabalho, v. 19, n. 3, p. 695-702, 2019. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1984-66572019000300008&script=sci_arttext. Acesso em: 12 jun. 2025.

JARRUCHE, Layla Thamm; MUCCI, Samantha. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. Revista Bioética, v. 29, n. 1, p. 162-173, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGGpG/?lang=pt>. Acesso em: 12 jun. 2025.

MINCK, Anna et al. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout entre profissionais da saúde: uma revisão integrativa de literatura. Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v. 4, n. 6, p. 25593–25605, nov./dez. 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n6-158. Disponível em: https://web.archive.org/web/20220202052745id_/https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/download/39784/pdf. Acesso em: 12 jun. 2025.

PEREIRA, Sandra de Souza et al. Variáveis interventoras do burnout em profissionais de saúde dos serviços emergenciais. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 30, p. e20190245, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/4ddqLyZ3jCpz6x6BsdwJbS/?lang=pt>. Acesso em: 12 jun. 2025.



SAUER, Aline Daniela; HEILMANN, Tauana. Fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de burnout em profissionais da saúde. *Revista Valore, Volta Redonda*, v. 10, e-10009, 2025. Disponível em: <https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/1713/1285/>. Acesso em: 12 jun. 2025.

SILVA, Salvyana C. P. S. et al. A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 10, p. 3011–3020, 2015. DOI: 10.1590/1413-812320152010.199120143012. Disponível em: <https://scielosp.org/article/csc/2015.v20n10/3011-3020/>. Acesso em: 12 jun. 2025.

SOUZA, Wilma Costa; SILVA, Angela Maria Monteiro da. A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 19, p. 37-48, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/WXWNj9gGRjWZfBWzzMXdV8f/?lang=pt>. Acesso em: 12 jun. 2025.