



SÍNDROME DE BURNOUT: COMPLICAÇÕES PARA OS PROFISSIONAIS DA ÁREA DE ENFERMAGEM. UMA REVISÃO DE LITERATURA

BURNOUT SYNDROME: COMPLICATIONS FOR NURSING PROFESSIONALS. A LITERATURE REVIEW

Stefany Dayane Silva Lima

RESUMO

Burnout é uma palavra inglesa, que se define como resposta prolongada a estressores crônicos emocionais e interpessoais, vinculados à atividade laboral. É um problema que atinge profissionais de serviço, principalmente aqueles voltados para atividades de cuidado com outros, em que a oferta do cuidado ou serviço frequentemente ocorre em situações de mudanças emocionais. Levando-se em consideração que enfermeiros, constituem um grupo com grande predisposição ao desenvolvimento da Síndrome, por serem os profissionais da saúde que mais tempo passam em contato com o paciente e com seus familiares dentro do ambiente de trabalho em situações de constantes mudanças emocionais. Este estudo é uma revisão bibliográfica, tendo como finalidade levantar informações sobre os principais fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout e sua consequência para o indivíduo, organização e sociedade.

Palavras-chave: “Burnout”. “Enfermeiro”. “Esgotamento Profissional”. “Enfermagem”.

ABSTRACT

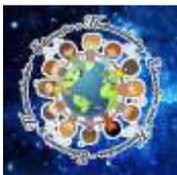
Burnout is an English word, which is defined as exposure to emotional and interpersonal chronic stressor, linked to labor activity. It is a problem that affects service providers, especially those dealing with care activities with others, in which the provision of care or service often occurs in situations of emotional changes. Taking into consideration that nurses are a group with great predisposition to the development of the syndrome because they are health professionals that more time spend in contact with the patient and their family members within the working environment of constant emotional changes situations. This study is a literature review, with the aim to gather information on the key risk factors that favor the appearance of Burnout syndrome and its consequences for the individual, organization and society.

Keywords: “Burnout”. “Nurse”. “Professional Exhaustion”. “Community Health Nursing”.

RESUMEN

Burnout es una palabra inglesa, que se define como una respuesta prolongada a estresores emocionales e interpersonales crónicos, ligados a la actividad laboral. Es un problema que afecta a los profesionales de los servicios, especialmente a aquellos enfocados en actividades de cuidado con otros, en los que la oferta de cuidado o servicio se da a menudo en situaciones de cambio emocional. Teniendo en cuenta que los enfermeros son un grupo con una gran predisposición al desarrollo del Síndrome, ya que los profesionales de la salud pasan más tiempo en contacto con el paciente y sus familiares dentro del entorno laboral en situaciones de constantes cambios emocionales. Este estudio es una revisión bibliográfica, con el objetivo de recopilar información sobre los principales factores de riesgo que favorecen la aparición del Síndrome de Burnout y sus consecuencias para el individuo, la organización y la sociedad.

Palabras clave: "Burnout". "Enfermero". "Agotamiento profesional". "Enfermería".



INTRODUÇÃO

Síndrome de Burnout é designada como aquilo que deixou de funcionar por exaustão energética, expresso por meio de um sentimento de fracasso e exaustão, causados por um excessivo desgaste de energia e recursos (MACHADO et al., 2015). Segundo Rodríguez et al. (2014), a enfermagem representa grupo ocupacional especialmente exposto a sofrer a síndrome de Burnout em razão das altas demandas físicas e emocionais, associadas ao local de trabalho.

Os estudos relacionados à Síndrome de Burnout começaram a se destacar porque esclareceram os impactos da vida laboral na saúde do trabalhador, mostrando de que forma isso poderia interferir em seu desempenho no trabalho, seja na qualidade do serviço ou nos níveis de produção e, conseqüentemente, na saúde daquelas pessoas pelas quais eles são responsáveis (MOTA; DOSEA; NUNES, 2017).

A Síndrome de Burnout, também chamada síndrome do esgotamento profissional ou estafa profissional, surge pela cronificação de um processo de estresse. Ela é resultado de pressões emocionais repetitivas presentes no ambiente de trabalho. Está associada a ocupações assistenciais, as quais têm contato direto com usuários do serviço, como profissionais da saúde. Isso ocorre nesses profissionais, dentre outros motivos, devido à divergência entre a expectativa do profissional e a realidade que este encontra no trabalho. Segundo Mota, Dosea e Nunes (2017), as principais causas para isso são a indisposição (ou doença que afasta das atividades) e a fadiga relacionada à sobrecarga de trabalho.

A Síndrome de Burnout caracteriza-se pelos seguintes fatores multidimensionais: Exaustão Emocional, que é a sensação de esgotamento físico e mental; Despersonalização, que está relacionada a alterações de personalidade do indivíduo, com indiferença em relação à população por ele atendida e Reduzida Realização Profissional, na qual o indivíduo apresenta insatisfação com o trabalho, demonstrando querer abandoná-lo (MOTA; DOSEA; NUNES, 2017).

As jornadas de trabalho dos profissionais de enfermagem são, em sua maioria, exaustivas, dado o volume de usuários, e a reposição de energia desses trabalhadores nem sempre é adequada. São submetidos a plantões que, especialmente no noturno, alteram o biorritmo de sono, alimentação e atividades sociais. Além disso, ainda se dedicam a mais



de um emprego, visto que os salários são baixos no setor e o ritmo de trabalho na emergência não os deixa impunes (FRANÇA et al., 2015).

França et al. (2015) considera-se imprescindível refletir e desenvolver estudos a respeito dessa temática, para melhor compreender os fatores que contribuem para o processo saúde/doença dos trabalhadores de enfermagem. Sendo assim, o presente artigo tem como objetivo identificar quais são os fatores que podem influenciar no desencadeamento da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem e as possíveis consequências em sua vida pessoal e profissional.

OBJETIVO

Levantar informações sobre os principais fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout e sua consequência para o indivíduo, organização e sociedade.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão. O levantamento de dados foi feito entre o período de novembro de 2017 a outubro de 2018, que utilizou como fonte de pesquisa a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), SciELO (Scientific Eletronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Health Sciences Literature) , e OMS (Organização Mundial de Saúde), utilizando os seguintes descritores: Burnout, enfermeiro, esgotamento Profissional. Enfermagem, os mesmos foram utilizados de forma combinada para aumentar a possibilidade de encontrar artigos que respondesse melhor ao objeto de estudo.

Foram considerados logo na seleção inicial, documentos publicados como artigos; texto disponível na íntegra online e no idioma português. A delimitação temporal foi estabelecida entre os anos de 2010 a 2017. Foram excluídos os artigos que não se enquadraram no recorte temporal estabelecido e escrito em línguas estrangeiras.

Foram encontrados um total de 134 artigos publicados nas bases de dados apresentadas, selecionados segundo os critérios de inclusão e exclusão; destes, foi escolhido um conjunto de 46 artigos, tomando como base os títulos dos que,



possivelmente, abordaram o tema do estudo. Na primeira etapa foi feita uma leitura criteriosa dos resumos e, em alguns casos onde houve dúvida sobre a abordagem completa do artigo, foi lido também os resultados e as discussões apresentadas. A partir dessa etapa, foram selecionados 24 artigos que constituíram a amostra desse estudo. Na segunda etapa foi feita a análise dos artigos a partir da leitura na íntegra dos mesmos, assim como leitura e releitura dos resultados o que permitiu identificar aspectos que se destacavam com maior frequência, norteando o alcance dos objetivos propostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a descrição do levantamento bibliográfico foi construída uma tabela demonstrando os artigos utilizados para compor o estudo.

Tabela 1- Artigos utilizados para composição da amostra do estudo

Periódico/ Editora	Idioma	Ano	Autor	Título
Rev. Latino-Am. Enfermagem	Português	2012	RODRÍGUEZ L, et al.	Uma sessão de Reiki com enfermeiras diagnosticadas com a síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a concentração de IgA salivar e a pressão arterial.
Cienc. Saúde Coletiva	Português	2014	MOTA.CM; DOSEA.GS; NUNES.PS.	Avaliação da presença da síndrome de Burnout em Agentes Comunitários de Saúde no município de Aracaju, Sergipe, Brasil.
Rev. Unicor	Português	2011	CARVALHO.CG; MAGALHÃES, SR.	Síndrome de Burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem.
Rev.Latino-Am. Enfermagem	Português	2012	FRANÇA, MF et al.	Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte
Rev. Saúde Física & Mental- UNIABEU	Português	2013	ALVES, DF; VALERETTO, FA.	Fatores desencadeantes do estresse Ocupacional e da síndrome de Burnout em Enfermeiros
Rev.pesq. cuid. fundam. Online	Português	2012	MACHADO, DA; LOURO TQ; FIGUEIREDO NMA.	O esgotamento dos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa sobre a síndrome de Burnout em UTI
Rev.pesq cuid. fundam. Online	Português	2012	CUNHA, AP; SOUZA, EM; MELLO, R.	Os fatores intrínsecos ao ambiente de trabalho como contribuintes da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.
Rev.Persp online: biol & Saúde	Português	2015	SILVA, RC et al.	Síndrome de Burnout em enfermeiros ssistencialistas.



Rev. Ciênc. Méd	Português	2010	FERREIRA, LRC; MARTINO, MMF.	O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema.
Rev. Psicologia em Foco	Português	2010	CORNELIUS, A; CARLOTTO, MS.	Síndrome de Burnout em profissionais de atendimento de Urgência.
II encontro de gestão de pessoas e relações de trabalho.	Português	2010	LIMA, CF et al.	Avaliação psicométrica do maslach Burnout inventory em profissionais de enfermagem
Rev. Espaço para a Saúde	Português	2010	GOULART, CB et al.	Fatores predisponentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de um hospital público de média complexidade.
Rev. Cogitare Enfermagem	Português	2012	FERREIRA, TC et al.	Enfermagem em nefrologia e síndrome de Burnout.
Rev. Saúde & Transformação Social	Português	2012	KOVALESKI, DF; BRESSAN, A.	A síndrome de Burnout em profissionais de saúde.
Caderno de Saúde Publica	Português	2010	MOREIRA, DSet al.	Prevalência da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul doo Brasil.
Rev. Acta Paul Enfermagem	Português	2012	FRANÇA, FM; FERRARI, R.	Síndrome de Burnout e os aspectos sócio demográficos em profissionais de Enfermagem.
Esc. Anna Nery	Português	2013	RISSARDO, MP; GASPARINO, RC	Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público.
Rev. Saúde e desenvolvimento	Português	2014	RODRIGUES, UMP; RIBEIRO, ER.	Síndrome de Burnout na equipe de Saúde da Família: Uma revisão de literatura.
Rev. De Enfermagem do Centro Oeste Mineiro	Português	2015	RIBEIRO LCC; BARBOSA LACR; SOARES, AS.	Avaliação da prevalência de burnout entre professores e a sua relação com as variáveis sociodemográficas
Rev. Cogitare Enfemagem	Português	2017	ASCARI, RM, et al.	Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais Militares
Rev. Acta Paul Enfermagem	Português	2017	GALDINO, MJ et al.	Síndrome de Burnout entre mestrandos e doutorandos em enfermagem

O termo Burnout foi utilizado pela primeira vez em 1974, mencionado pelo psicólogo Herbert J. Freudenberger, que descreveu um quadro observado em jovens trabalhadores de uma clínica de dependentes de substâncias químicas na cidade de Nova York, Estados Unidos (MOREIRA et al., 2012).

Freudenberger observou que alguns profissionais de saúde apresentavam com o passar do tempo uma perda significativa de sua energia física e psicológica até chegar ao esgotamento total com o aparecimento de sintomas como ansiedade e depressão e



ressaltou que esses trabalhadores eram menos sensíveis e mais incompreensivos, desmotivados e agressivos com os seus pacientes (PEREIRA, 2003 apud SILVA et al., 2015).

A síndrome de Burnout foi, por muito tempo, relacionada exclusivamente ao processo de trabalho, sobretudo entre profissionais que possuem elevado contato interpessoal (GALDINO et al., 2016).

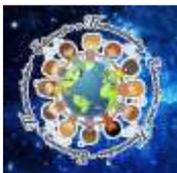
Segundo Rissardo e Gasparino (2016) a enfermagem foi classificada, pela Health Education Authority como a quarta profissão mais estressante do setor público. Essa condição ocorre também porque as atribuições do enfermeiro demandam muita atenção, discernimento e responsabilidade, fatores que podem influenciar diretamente na saúde física e mental do trabalhador e condicionar ao surgimento do estresse ocupacional.

No Brasil, a Síndrome de Burnout foi oficialmente adicionada às doenças relacionadas à saúde do trabalhador e diretamente vinculadas à atividade laborativa a partir do Decreto nº 3.048, de seis de maio de 1998 (MOTA; DOSEA; NUNES, 2017).

A enfermagem se encontra como profissão de risco para o estresse ocupacional e Burnout através de problemas organizacionais como: trabalho em turno, escassez de pessoal, falta de recursos materiais, sobrecarga laboral, falta de autonomia, relacionamento interpessoal, desvalorização, baixos salários, grande responsabilidade e sobrecarga emocional (MOTA; DOSEA; NUNES, 2017).

Na visão de Ferrari e França (2015), o desenvolvimento desta síndrome decorre de um processo gradual de desgaste no humor e de desmotivação, acompanhado de sintomas físicos e psíquicos.

No Brasil, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), tem a intenção de reduzir os acidentes e doenças relacionados ao trabalho, por meio da promoção, reabilitação e vigilância na área da saúde, tendo como linhas de ação a atenção integral à saúde, a articulação intra e intersectorial, a participação da população, o apoio a estudos e a capacitação de recursos humanos. Dentre as doenças ocupacionais encontradas que é objeto dessa Política, está a Síndrome de Burnout (SB). Conforme o Ministério da Saúde (MS), esse agravo tem maior predominância sobre os profissionais da saúde como: médicos, enfermeiros, assistentes sociais, dentistas e fisioterapeutas, além de outras categorias profissionais como professores, policiais,



bombeiros e demais profissões que estão sujeitas ao contato diário com o público, o que exige grande carga emocional (ASCARI et al., 2016).

A síndrome de burnout é um dos agravos ocupacionais de caráter psicossocial mais importante na sociedade atual, e tem sido considerado um sério processo de deterioração da qualidade de vida do trabalhador, tendo em vista suas graves implicações para a saúde física e mental (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

O estresse crônico associado ao trabalho é denominado Síndrome de Burnout, evidenciada pelo desgaste emocional, despersonalização e sentimento de incompetência. A Síndrome ocorre quando o indivíduo não possui mais recursos para enfrentar as situações e conflitos laborais. É um construto formado por três dimensões relacionadas, mas independentes a saber: a Exaustão Emocional, caracterizada pela falta ou carência de energia e entusiasmo em razão do esgotamento dos recursos; a Despersonalização, que ocorre quando o profissional passa a tratar os clientes, colegas e a organização de forma distante e impessoal; e, a Baixa Realização no Trabalho, caracterizada pela tendência do trabalhador em se auto avaliar de forma negativa.

Quanto aos sinais e sintomas mais comuns observados no estresse podemos destacar o aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão arterial, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios. Em termos psicológicos, vários sintomas podem ocorrer, tais como ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, preocupação excessiva, dificuldade de concentração em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldade de relaxar, ira e hipersensibilidade emotiva (FERREIRA; MARTINO 2012).

De acordo com Silva; Dias e Teixeira (2016) o trabalhador que entra em Burnout assume posição de frieza frente a seus clientes, evitando ao máximo envolver-se com os problemas e dificuldades emocionais. As relações interpessoais são cortadas, como se estivesse em contato apenas com objetos, ou seja, a relação torna-se desprovida de calor humano. Isso, acrescido de grande irritabilidade por parte do profissional, leva a inúmeras repercussões, em seu cotidiano e em sua dinâmica de vida pessoal.

O estresse está associado à liberação de hormônios que, além de alterarem vários aspectos da fisiologia, têm ainda efeito modulador das defesas do organismo. Em



humanos, o principal hormônio com essas funções é o cortisol (glicocorticoide). Os níveis de cortisol no sangue aumentam drasticamente após a ativação do eixo hipotálamo-hipófise adrenal, que ocorre durante o estresse, a depressão clínica e a Síndrome de Burnout. Esse hormônio então se liga a receptores presentes no interior dos leucócitos e ocasiona imunossupressão na maioria dos casos.

Estudos têm relacionado o estresse crônico à diminuição das defesas do organismo, o que pode levar ao desenvolvimento de doenças (câncer e outras) e de reações alérgicas, bem como o aumento da susceptibilidade a infecções como herpes, gripe e resfriado. Com relação aos sintomas físicos, além dos supracitados, há também distúrbios do sono, disfunções sexuais, comportamento de alto risco e aumento da probabilidade de suicídio alterações menstruais em mulheres. Percebe-se que uma gama de sintomas somatizados, por meio do estresse mais grave, poderá estar presente como decorrência da Síndrome de Burnout.

A realização do diagnóstico precoce da Síndrome de Burnout busca minimizar as consequências para o indivíduo, a equipe, clientes e a organização. O diagnóstico adequado necessita de avaliação correta dos sintomas, sua intensidade e frequência (GOULART et al., 2013).

Associado a isso, devem ser criadas medidas que controlem os níveis de estresses dos profissionais da atenção primária, através da detecção precoce de fatores estressores e da busca de estratégias coletivas para enfrentamento desse quadro, favorecendo assim a qualidade de vida dos mesmos e, conseqüentemente, a assistência prestada à população por eles atendida (MOTA; DOSEA; NUNES, 2017).

Ao analisar os fatores contribuintes para a síndrome de Burnout, é necessária a análise de forma integral e profunda, visto que a observação compartimentalizada não evidenciará a real dimensão do Burnout. Faz-se necessário que o profissional de enfermagem seja esclarecido acerca dessa síndrome, que por muitas vezes não é diagnosticada devido à falta de conhecimento sobre o assunto (CUNHA; SOUZA; MELLO, 2015).

Diante desta problemática, torna-se necessário que as instituições tenham um planejamento, a fim de combater o Burnout, fazendo com que os profissionais se sintam



valorizados, motivados e, principalmente, trabalhem em um ambiente harmonioso e com recursos técnicos e humanos que favoreçam o desenvolvimento de suas atribuições.

França, Rodrigues (2014) apud Alves, e Valeretto (2016), explicitam como formas de enfrentamento ao estresse: técnicas de relaxamento, alimentação, esforço físico, repouso, lazer, sono, psicoterapia, autoconhecimento, reavaliação do limite de tolerância e exigência, convivência menos conflituosa com pessoas e grupos. Do mesmo modo, ações educativas e atividades físicas, devem ser incentivadas, a fim de disponibilizar ferramentas para que o profissional desenvolva estratégias de coping resolutivas em seu dia a dia, minimizando o efeito do estresse na sua saúde e no seu trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível identificar que a síndrome de Burnout pode ser considerada como um problema de saúde pública que afeta principalmente os profissionais de enfermagem por estarem lidando diretamente com o paciente, associado com altas jornadas de trabalho, baixos níveis salariais, conflitos, falta de organização do serviço, contato com a morte, estresse ocupacional e outros fatores intrínsecos.

Além dos acontecimentos diários da profissão de enfermagem, ressalta-se, ainda, que o local de trabalho do profissional pode exercer extrema influência no desenvolvimento da síndrome acarretando exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional. Acometendo profissional que atuam tanto em níveis que baixa, média e alta complexidade, que irá afetar a produtividade, a qualidade da assistência e conseqüentemente a saúde do paciente.

Entender os fatores que interferem, contribuirá para a prática de prevenção de agravos, diminuindo as implicações a saúde do profissional de enfermagem, melhorando as relações interpessoais e multidisciplinares e a qualidade de vida do enfermeiro.

Conclui-se, portanto, que conhecer esses fatores contribui para a implantação de melhoria nas condições de trabalho e diminuição do sofrimento destes trabalhadores.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, DF, VALERETTO, FA. **Fatores desencadeantes do estresse Ocupacional e da síndrome de Burnout em Enfermeiros.** Revista de Saúde Física & Mental- UNIABEU, v.3 n. 2, 2016.

ASCARI, RM et al. **Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais Militares.** Revista. Cogitare Enfermagem. Abr/jun, 2016

CARVALHO.CG, MAGALHÃES,SR. **Síndrome de Burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem.** Rev. Unicor. Três corações. v.9, n.1, p. 200-210, jan./jul. 2014.

CORNELIUS, A, CARLOTTO, MS. **Síndrome de Burnout em profissionais de atendimento de Urgência.** São Leopoldo. S/A.

CUNHA,AP, SOUZA,EM, MELLO,R. **Os fatores intrínsecos ao ambiente de trabalho como contribuintes da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.** Revista pesquisa cuid. fundam. Online. 2016.

FERREIRA, LRC, MARTINO, MMF. **O estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema.** Revista Ciência. Médica, 2012.

FERREIRA, TC et al. **Enfermagem em nefrologia e síndrome de Burnout.** Revista. Cogitare Enfermagem,2015.

FRANÇA, MF et al. **Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte.** Revista Latino-Am. Enfermagem, set.-out. 2015.

FRANÇA, FM, FERRARI, R. **Síndrome de Burnout e os aspectos sócio demográficos em profissionais de Enfermagem.** Revista Acta Paul Enfermagem, 2015. **Fatores predisponentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de um hospital público de média complexidade**

GALDINO, MJ et al. **Síndrome de Burnout entre mestrandos e doutorandos em enfermagem.** Revista Acta Paul Enfermagem, 2016.

GOULART, CB et al.. **Revista Espaço para a Saúde**, v.11 n.2 p. 48-55. Jun. 2013.

KOVALESKI, DF, BRESSAN, A. **A síndrome de Burnout em profissionais de saúde.** Rev. Saúde & Transformação Social. 2015



LIMA, CF et al. **Avaliação psicométrica do maslach Burnout inventory em profissionais de enfermagem.** S/E, 2012.

LOPES, CCP, RIBEIRO, TP, MARTINHO, NJ. **Síndrome de Burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro.** Revista Enfermagem em Foco. Mato Grosso.p.97-101, 2015.

MACHADO,DA, LOURO TQ, FIGUEIREDO NMA et al. **O esgotamento dos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa sobre a síndrome de Burnout em UTI.** Revista pesquisa cuidado é fundamental. Online, 2015.

MOREIRA,DS, et al. **Prevalência da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil.** Caderno de Saúde Publica, Rio de janeiro, p.1559-1568, jul, 2012.

MOTA.CM., DOSEA.GS., NUNES.PS. **Avaliação da presença da síndrome de Burnout em Agentes Comunitários de Saúde no município de Aracaju, Sergipe, Brasil.** Revista Ciência e Saúde Coletiva. p.4719-4726. 2017

MURCHO, NAC,JESUS, N. PACHECO, JEP. **A relação entre a depressão em contexto laboral e o Burnout: Um estudo empírico com enfermeiros.** Revista Psicologia, Saúde e Doenças, p.57-68. Jun 2012.

RIBEIRO LCC, BARBOSA LACR, SOARES, AS. **Avaliação da prevalência de burnout entre professores e a sua relação com as variáveis sócio demográficas.** Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro. Set/dez, 2015.

RISSARDO, MP, GASPARINO, RC. **Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público.** Escola Anna Nery, p.128-132, 2016.

RODRIGUES, UMP, RIBEIRO, ER. **Síndrome de Burnout na equipe de Saúde da Família: Uma revisão de literatura.** Revista Saúde e desenvolvimento, v.5 n.3 p jan/jun 2017.

RODRÍGUEZ L, et al. **Uma sessão de Reiki com enfermeiras diagnosticadas com a síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a**



concentração de IgA salivar e a pressão arterial. Revista Latino Americana. Enfermagem, set.-out. 2014.

SILVA, JLL, DIAS, AC, TEIXEIRA, LR. **Discussão sobre as causas da síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem.** Revista Aquichan, 2016.

SILVA, RC et al. **Síndrome de Burnout em enfermeiros assistencialistas.** Revista Perspectiva online: biol & Saúde, p. 23-35, 2015

AUTORIA:

Stefany Dayane Silva Lima

Bacharel em Enfermagem pela Faculdade Ciências da Saúde de Unaí-MG.

Email: ste.lima.unai@hotmail.com