

SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE PROFISSIONAIS QUE TRABALHAM COM ATENDIMENTO AO PÚBLICO

Recebido em: 26/04/2023

Aceito em: 01/06/2023

DOI: 10.25110/arqsaude.v27i6.2023-004

Viviane Cordeiro de Queiroz¹
Andrezza Rayana da Costa Alves Delmiro²
Rebeca Cordeiro de Medeiros³
Jacqueline Barbosa da Silva⁴
Sérgio Eduardo Jerônimo Costa⁵
Sanzia Lee Plácido da Silva⁶

RESUMO: Objetivo: Identificar a ocorrência da Síndrome de Burnout nos profissionais que trabalham com atendimento ao público. Método: estudo de corte transversal, descritivo com 81 profissionais de uma faculdade em município brasileiro, entre os meses de setembro e outubro de 2021. Aplicou-se o instrumento validado *Maslach Burnout Inventory* e um formulário com as características sociodemográficas. Resultados: A maioria dos entrevistados tem entre 18 e 30 anos, se auto declaram pardos e possuem ensino superior. Observou-se que 45% dos participantes tem uma possibilidade de desenvolvimento da síndrome, e 38% estão na fase inicial. Conclusão: profissionais mais jovens são mais propensos a apresentar a síndrome de Burnout. Estimula-se o desenvolvimento de estudos interdisciplinares para o processo saúde-doença-mental possibilitando uma nova abordagem de prevenção e cuidado em condutas investigativas e intervencionistas em academias de níveis superiores, de forma a buscar momentos saudáveis para o profissional.

PALAVRAS-CHAVE: Esgotamento Profissional; Síndrome de Burnout; Saúde Mental; Enfermagem.

BURNOUT SYNDROME AMONG PROFESSIONALS WHO WORK WITH PUBLIC SERVICE

ABSTRACT: Objective: To identify the occurrence of Burnout Syndrome in professionals who work with public service. Method: cross-sectional, descriptive study with 81 professionals from a college in a Brazilian municipality, between September and October 2021. The validated Maslach Burnout Inventory instrument and a form with sociodemographic characteristics were applied. Results: Most respondents are between 18 and 30 years old, self-declared brown and have higher education. It was observed that

¹ Mestre pelo programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba.

E-mail: vivicordeiroqueiroz35@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2037-921X>

² Mestranda pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba.

E-mail: andrezza.delmiro@academico.ufpb.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4818-4286>

³ Pós-Graduanda em Estratégia da Saúde da Família pela Faculdade Uniasselvi - Campina Grande.

E-mail: rebecacordeirocm@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5792-4072>

⁴ Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

E-mail: jacqueline.jbs10@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1013-6660>

⁵ Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

E-mail: sergioeje@yahoo.com.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4439-3091>

⁶ Especialista em UTI, Urgência e Emergência pela Faculdade Facuminas. Especialista em Segurança do Paciente pela Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ). E-mail: sanziale@hotmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9080-2705>

45% of the participants have a possibility of developing the syndrome, and 38% are in the initial phase. Conclusion: younger professionals are more likely to present the Burnout syndrome. The development of interdisciplinary studies for the mental health-illness process is encouraged, enabling a new approach to prevention and care in investigative and interventional conducts in higher education academies, in order to seek healthy moments for the professional.

KEYWORDS: Professional Burnout; Burnout Syndrome; Mental Health; Nursing.

SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESIONALES QUE TRABAJAN EN EL SERVICIO PÚBLICO

RESUMEN: Objetivo: Identificar la ocurrencia del Síndrome de Burnout en profesionales que actúan en el servicio público. Método: estudio descriptivo transversal con 81 profesionales de una facultad de un municipio brasileño, entre septiembre y octubre de 2021. Se aplicó el instrumento Maslach Burnout Inventory validado y un formulario con características sociodemográficas. Resultados: La mayoría de los encuestados tienen entre 18 y 30 años, se declaran morenos y tienen estudios superiores. Se observó que el 45% de los participantes tiene posibilidad de desarrollar el síndrome, y el 38% se encuentra en fase inicial. Conclusión: los profesionales más jóvenes son más propensos a presentar el síndrome de Burnout. Se fomenta el desarrollo de estudios interdisciplinarios para el proceso salud-enfermedad mental, posibilitando un nuevo abordaje de la prevención y el cuidado en las conductas investigativas e intervencionistas en las academias de educación superior, con el fin de buscar momentos saludables para el profesional.

PALABRAS CLAVE: Burnout Profesional; Síndrome de Burnout; Salud Mental; Enfermería.

1. INTRODUÇÃO

Estudado por diversos especialistas, o estresse dos profissionais se caracteriza como sendo a causa ou a explicação para inúmeros acontecimentos que afligem a vida humana e seu cotidiano.

Os casos de transtornos psiquiátricos no ambiente de trabalho vêm crescendo absurdamente no Brasil. É o que mostra a previdência social, onde apontou em 2019 o afastamento de 95,3 mil trabalhadores em razão de quadros depressivos, com direito a recebimento de auxílio-doença, o que representa 47,8% de todas as licenças médicas motivadas por transtornos mentais e comportamentais no mesmo ano (BRASIL, 2019).

A considerável rotatividade profissional que se verifica em alguns setores e instituições faz com que os resultados pareçam limitados quando se trata de intervenções nesta área (PIPE et al., 2019). O reconhecimento de outras patologias mentais que podem influenciar o desenvolvimento do burnout é crucial (SABANCIOGULLARI; DOGAN, 2020). Sintomas de angústia, *coping*, limitações no trabalho, satisfação no trabalho, uso

de substâncias para aliviar o estresse, consumo de álcool e compreensão sobre depressão e ansiedade são alguns dos pontos a serem considerados (FILLION et al., 2019).

A identificação desse processo, mostra que o trabalhador e seu líder, precisa estar atendo algumas modificações no seu cotidiano, como: falta de motivação, mudanças de humor, tristeza, transtorno neuróticos, alterações do sono e o uso de substâncias psicoativas, como o álcool e drogas, estão entre as principais características destas doenças que causam incapacidade para o trabalho no Brasil (MINGHETTI; KANAN; ROCHA, 2018).

Esta síndrome contribui com implicações econômicas negativas, pois tem sido associada a aposentadorias precoces, absenteísmo e rotatividade de trabalhadores. A partir dos anos 90, estudos sobre os efeitos do trabalho na saúde mental dos profissionais como estresse e Síndrome de Burnout, vêm aumentando progressivamente (SILVA et al., 2019).

Sendo assim à Síndrome de Burnout (SB) ou "do Esgotamento Profissional" é decorrente da tensão emocional crônica vivenciada pelo trabalhador, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal; pode acometer o profissional cuja atividade requeira contato direto com o público. A SB é reconhecida mundialmente como um dos grandes problemas psicossociais que afetam a qualidade de vida de profissionais de diversas áreas (ZANATTA; LUCCA, 2019). Caracterizada como um dos grandes problemas psicossociais que afetam profissionais de diversas áreas, o portador da SB pode apresentar dificuldades físicas, negligência com trabalho, irritabilidade ocasional ou instantânea, incapacidade para concentrar-se, aumento das relações conflituosas com colegas, longas pausas para o descanso, cumprimento irregular do horário de trabalho, apresentando fadiga constante, distúrbio do sono, falta de apetite e dores musculares, observa-se falta de atenção, alterações da memória, ansiedade, frustração, atitude defensiva, tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, empobrecimento da qualidade do trabalho e atitude cínica (GOMES, 2020).

A organização mundial de saúde afirma que, a maioria das empresas no mundo está mais preocupada com o investimento em tratamentos médicos, quando a recomendação é que invistam mais na prevenção e na melhoria da qualidade do ambiente de trabalho, para proteger o bem-estar e a saúde dos trabalhadores (WHO, 2019).

Portanto, a identificação do burnout em profissionais que trabalham com o público, tem um importante significado na promoção da saúde física e mental desses prestadores de serviços. Burnout afeta a personalidade, o desempenho e a produtividade no trabalho. As respostas emocionais que a doença pode provocar a longo prazo levam a um

desgaste mental que dificilmente se neutralizará espontaneamente (MACKENZIE; POU-LIN; SEIDMAN-CARLSON, 2020; CAMPOS et al., 2020).

Nesse contexto, este estudo teve como objetivo identificar a ocorrência da Síndrome de Burnout nos profissionais que trabalham com atendimento ao público. Logo o trabalho visa sair do empirismo para o âmbito científico, buscando identificar possíveis casos de Síndrome de Burnout.

2. MÉTODO

Trata-se de um estudo de corte transversal, descritivo com abordagem quantitativa. Realizado com funcionários de uma faculdade particular no município de João Pessoa/PB. Foram incluídos os funcionários que trabalhavam com o público e de ambos os sexos. Excluíram-se os profissionais que estão na função a menos de um ano e professores.

A população da pesquisa foi representada por todos os colaboradores que trabalhavam com o público na instituição, composta por 120 pessoas. A amostra probabilística foi calculada, considerando erro amostral de 5% e nível de confiança de 95%, ou seja, $\alpha=0,05$ ($z=1,96$), $p=0,008$) (MIOT, 2011). Logo a amostra probabilística foi calculada em 92 participantes. Contudo, durante a coleta de dados 11 participantes não quiseram participar do estudo, sendo a amostra final constituída por 81 participantes.

A Síndrome de Burnout foi considerada a variável desfecho do estudo. Como instrumento de coleta de dados, foi utilizado por duas partes compostas de dados sociodemográficos e outra com o questionário do *Maslach Burnout Inventory* (MBI), composto por 20 perguntas que avalia as três dimensões da síndrome: cansaço emocional; despersonalização; e realização profissional, desconsiderando antecedentes prévios e consequências de seu processo. O formulário foi adaptado por Chafic Jbeili, inspirado no *Maslach Burnout Inventory* – MBI, as questões são em escala de 1 a 5, em que o participante deve dizer a frequência com que sente o sintoma, sendo: [1] nunca, [2] anualmente, [3] mensalmente, [4] semanalmente, [5] diariamente. Então se soma a pontuação de acordo com tipo de dimensão. De 1 a 20 pontos: nenhum indício da Burnout; de 21 a 40 pontos: possibilidade de desenvolver Burnout; de 41 a 60 pontos: fase inicial da Burnout; de 61 a 80 pontos: a Burnout começa a se instalar; de 81 a 100 pontos: fase considerável da Burnout (JBEILI, 2018). Após aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa, a pesquisa transcorreu nos intervalos do trabalho em cada período do dia, nas dependências da instituição de ensino, no período de setembro à outubro de 2021.

A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva e analítica, onde a tendência para desenvolvimento da Síndrome de Burnout foi mensurada através do somatório dos percentuais de alto cansaço emocional, alta despersonalização e alto índice da baixa realização pessoal dividido pelas três dimensões. Os resultados foram apresentados por meio da frequência absoluta e percentual.

O estudo obedeceu aos preceitos éticos norteado por diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, em conformidade às disposições da Resolução 510/2016, aprovada pelo Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança, sob protocolo nº 2.810.999 e CAAE nº 95037018.8.0000.5179.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesse estudo constatamos que a síndrome de burnout, é prevalente em funcionários que trabalham com o público.

Sobre a caracterização sociodemográfica dos participantes, a maioria 51 (62,3%) eram do sexo feminino, 38 (47,2%) apresentaram idade de 20 a 30 anos, Em relação ao estado civil, a maioria 46 (57,3%) eram solteiros. Quanto à escolaridade, 49 (60,4%) têm ensino superior. Sobre a etnia a maioria 43 (53,2%) se auto declaram pardas. No que se refere à renda familiar, 35 (43,3%) dos entrevistados recebem de 1 a 2 salários mínimos. Já sobre os setores da empresa que atuam, a maioria 25 (31,3%) deles trabalham na secretaria.

Houve uma predominância de funcionárias do sexo feminino em nossa amostra, isso pode ser devido ao aumento da carga de estresse no local de trabalho para elas e isso está de acordo com o estudo feito na Etiópia, que encontrou associação significativa entre sexo e estresse no trabalho (ANAND; MEJID, 2018). As mulheres estão mais sujeitas a diferentes fontes de estresse, como discriminação, estereótipos, além da coordenação entre o trabalho e as demandas do casamento e da família.

O presente estudo revela que o aumento da idade e experiência atuam como fatores de proteção para a síndrome de burnout; esta descoberta pode ser explicada pelo fato de funcionários com mais experiência em seu trabalho poderem ganhar maior confiança sobre as tarefas que executam e podem fazer relacionamentos no trabalho que sejam significativos para eles (QUEIROSet al., 2021). Em coerência com essas descobertas, estudo aponta que os funcionários que trabalham por mais tempo no trabalho com o

público são mais propensos a ter experimentado quase todos os cenários de trabalho (PATRICK; LAVERY, 2020)

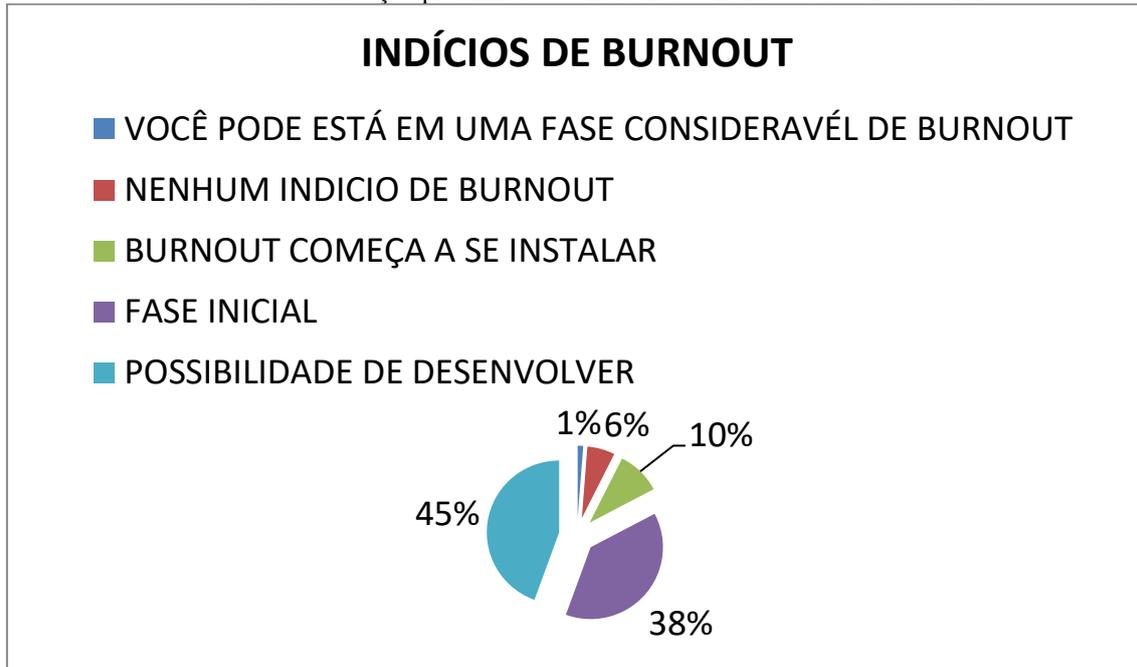
Ainda em concordância com os presentes achados, em pesquisa multicêntrica, foi constatado pouca diferença na faixa etária dos participantes da pesquisa, porém 46% possuíam idade de 30 a 40 anos, divergindo do estudo em questão (PACHECO; ROSA, 2018).

Em relação ao estado civil, o estudo constatou que profissionais solteiros apresentam maior índice de burnout, portanto, o apoio de uma estrutura familiar é determinante para o bem-estar psicológico dos profissionais que trabalham com o público. Medidas preventivas contra fatores de risco podem ser necessárias para evitar a ocorrência de burnout, como intervenções de habilidades de enfrentamento. Pesquisa de corte transversal e descritiva, também apontou que a maioria dos investigados eram solteiros e que isso podia ser devido as fragilidades emocionais que a solidão pode ocasionar (SIAU et al., 2018).

A maioria dos participantes dessa pesquisa possuíam ensino superior. Um quase experimento, realizada em uma faculdade, aponta que a grande maioria (80,2%) dos participantes possuíam nível superior completo (COSTA et al., 2020). Os dados estão em consonância com o referido estudo. Com relação a cor, a presente pesquisa aponta que a maioria se autodeclarou parda. Corroborando com pesquisa onde a maioria (55,3%) dos participantes trabalhadores de uma instituição de ensino superior privada se auto declararam pardos (COSTA et al., 2020).

O setor de trabalho da maioria dos entrevistados, era a secretaria. Pesquisa com trabalhadores de uma unidade administrativa de uma instituição pública de ensino superior, os dados discordam com o estudo em questão no que se refere aos setores de atuação dos participantes, que apresentou em sua maioria integrantes da biblioteca (JUNIOR et al., 2019). Ainda de acordo com o autor a cima, o nível da tensão pode dar oportunidades ao aparecimento de doenças, dependendo assim do setor ou função que trabalha. Os profissionais muitas das vezes não conseguem resistir às tensões e restabelecer o equilíbrio interior, sofrendo assim com desconforto, cansaço e ansiedade (JUNIOR et al., 2019).

Gráfico 1: Identificação preliminar da Síndrome de Burnout. João Pessoa-PB.



Fonte: Dados da Pesquisa, 2021.

De acordo com o gráfico 1, 36 (45%) apresenta uma maior possibilidade de se desenvolver burnout, 38% está na fase inicial da síndrome, 10% a SB começando a se instalar, 6% nenhum indicio e 1% está numa fase considerável da síndrome de burnout.

A síndrome de burnout definida como esgotamento profissional, uma síndrome psicológica devido a tensão emocional crônica no trabalho, onde atinge os trabalhadores que estão de frente ao público, com isso, recebem diariamente cargas positivas e negativas, essas consequências podem gerar um abandono do emprego, baixa produtividade, irritabilidade, mal humor entre outras possibilidades (SILVA et al., 2019).

A SB gera um impacto grande, na empresa quanto na vida emocional do trabalhador, pois limita seus esforços e, devido à falta de energia, não há mais condições físicas e mentais para trabalhar. A cobrança excessiva, ter o papel adequado em algum setor, à carência nos recursos de que são cobrados, a diminuição nos diversos tipos de recompensa e estímulos em sua atividade, são atributos negativos que fazem com que esse esgotamento chegue em um nível que nem o profissional estar mais conseguindo lidar (RITTER; STUMM; KIRCHER. 2019).

Visto que, o excesso de trabalho, torna em longo prazo um esgotamento mental e profissional, pelo fato da demanda e o contato direto com o público, como também pode apresentar o fato, de não ser o que foi imaginado ou planejado sobre o emprego atual. A exaustão emocional é considerada o traço inicial, levando a manifestação física, psíquica

ou ambas, onde um tratamento/encaminhamento adequado para esses comportamentos serão essenciais, pois vão interferir no desenvolvimento do trabalho individual e na equipe afetando assim, o crescimento da empresa (SILVA; SALLES, 2021).

Tabela 1 - Resultado dos participantes da escala de burnout

VARIAVEL	1	2	3	4	5
Idade					
18 A 30	1	17	14	4	0
31 A 45	3	13	16	3	0
Acima de 45	1	6	1	1	1
TOTAL	5	36	31	8	1

Fonte: Dados da Pesquisa, 2021.

(1)- Nenhum indicio de burnout; (2)-Possibilidade de Desenvolver; (3)- Fase Inicial (4)- Burnout começa a se instalar; (5)- Você pode estar em uma fase considerável de burnout

Os dados do presente estudo, mostra que 45% (Gráfico 1) dos participantes tem uma grande possibilidade de desenvolver a síndrome de burnout. Na Tabela 2, pode-se observar que 17 pessoas, com a faixa de idade entre 18-30 anos, apresentam uma possibilidade de desenvolvimento da síndrome. Existem quatro dimensões para o desenvolvimento de fatores de risco de burnout; são eles: a organização, o indivíduo, o trabalho e a sociedade; onde cada uma relata que o excesso das normas; à falta de autonomia; à falta de confiança; respeito e consideração; normas institucionais rígidas; superenvolvimento; indivíduos perfeccionistas; indivíduos controladores aqueles que são inseguros, preocupam-se excessivamente ou, indivíduos passivos; sobrecarga; trabalho por turnos ou noturno; tipo de ocupação; sentimentos de injustiça e de iniquidade nas relações laborais; falta de suportes social e familiar; valores e normas culturais, essas são dificuldades encontradas pelo trabalhador em algum setor que se relaciona no seu ambiente de trabalho, fazendo com que os problemas da empresa leve para casa, gerando assim um conflito ainda maior e um ciclo interminável (TRIGO; TENG; HALLA, 2017).

Sendo assim, indivíduos que não conseguem lidar com essas situações dentro do seu ambiente de trabalho, são pegos pela fase inicial da síndrome com 38% (Gráfico 1), uma porcentagem que requer uma atenção adequada a mudanças de níveis de trabalho/tempo, pois revela que 16 (Tabela 1) trabalhadores entre 31 a 45 anos estão começando a enfrentar esse processo. Precisando haver um olhar holístico e elaborações de prevenções como segurança psicológica, e uma condição do ambiente, que seja confortáveis como iluminação apropriada, reconhecimento e recompensas de acordo com a contribuição do trabalho, entre outros, para que o burnout não continue avançando e

gerando problemas maiores para a empresa e família desse trabalhador. O estado avançado da síndrome, pode gerar o suicídio entre as pessoas, pois começam a perceber que não estão dando conta das demandas e começa a receber advertências, gerando assim uma cobrança individual ainda maior (CANDIDO; SOUZA, 2017).

Os participantes acima de 45 anos (Tabela 1), mostra um número pequeno em relação aos mais jovens, entretanto eles apresentam uma possibilidade do crescimento da síndrome, podemos levar em conta, os anos gastos de trabalhos na mesma empresa, ou até mesmo a idade, levando assim a um baixo desempenho profissional.

4. CONCLUSÃO

O impacto do trabalho na saúde física e mental dos profissionais tem sido considerado importante nos últimos anos, o mercado atual tem exigido dos profissionais com perfil adaptável a diversas performances. Entretanto, tais exigências podem gerar impactos na saúde do trabalhador, como desequilíbrios físicos e psíquicos. Estes, por sua vez, promovem a elevação do nível de estresse e o decréscimo no desempenho de tarefas, podendo repercutir na qualidade do trabalho.

Neste sentido, os objetivos da pesquisa foram alcançados, uma vez que foi possível identificar prováveis casos da SB entre os colaboradores da instituição de ensino superior que trabalharam com o público. A pesquisa ainda permitiu constatar que possíveis casos da Síndrome de Burnout e que o grupo mais afetado, foram os jovens no ambiente de trabalho. É fundamental destacar que a importância da prevenção e o tratamento, não sendo preciso chegar aos estágios graves.

É relevante o desenvolvimento de ações interdisciplinares buscando esclarecer a importância, prevenção e o cuidado de se tratar a saúde mental, tendo um olhar holístico ao processo de saúde-doença, adquirindo assim uma visão psicossocial do trabalho, possibilitando novas condutas investigativas, de forma a promover ambientes saudáveis e agradáveis para todos os profissionais que lidam diretamente com o público, pois o excesso de trabalho tem apresentado exaustão diária, entre os profissionais. Neste contexto, esperam-se novos estudos relacionados à temática, pois, notou-se uma escassez de trabalhos publicados neste âmbito.

O presente estudo mostrou como limitação o pequeno número desses profissionais atualmente, este estudo não atendeu ao padrão de tamanho amostral, o que é uma das limitações. Além disso, a maioria da equipe era formada por pessoas de apenas um setor, o que também poderia limitar a análise mais aprofundada dos profissionais. Além disso,

este estudo é uma pesquisa transversal e, apesar de aplicar estatísticas de correlação entre as variáveis, não permite descobrir a relação causal entre elas.

REFERÊNCIAS

ANAND, S.; MEJID, A. Prevalência e fatores associados ao estresse relacionado ao trabalho entre enfermeiros que trabalham no hospital abrangente e especializado worabe, no sudoeste da Etiópia. **Prevalência**, v. 3, n. 3, p. 260-266, 2018. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/328214011>. Acesso em: 15 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Economia. **Saúde e Segurança**: Estudo apresenta análise sobre benefícios por incapacidade. Secretaria da Previdência. Brasília, [Internet]. 2019. [cited 24 abr 2022]; Available from: <http://www.previdencia.gov.br/2017/04/saude-e-seguranca-estudo-apresenta-analise-sobre-beneficios-por-incapacidade/>.

CAMPOS, I. C. M.; PEREIRA, S. S.; SCHIAVON, I. C. A.; ALVES, M. Maslach burnout inventory - human services survey (Mbi-hss): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas Brasileiras. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 24, n. 3, p. 187-195, set./dez. 2020.

CÂNDIDO, J.; SOUZA, L. R. Síndrome de burnout: as novas formas de trabalho que adoecem. *Psicologia.pt*. [Internet]. 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1054.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2022.

COSTA, D. K. R.; et al. Prevalência de risco cardiovascular entre trabalhadores de uma instituição de ensino superior privada. **Universitas: Ciências da Saúde**, Brasília, v. 10, n. 1, p. 9-14, 2020. Disponível em: <https://www.publicacoesacademicas.uniceub.br/cienciasaude/article/view/1479>. Acesso em: 20 abr. 2022.

FILLION, L.; et al. Impact of a meaning-centered intervention on job satisfaction and on quality of life among palliative care nurses. **Psychooncology**, v. 18, n. 12, p. 1300-1310, 2019. doi: 10.1002/pon.1513.

GOMES, G. O. Trabalho e saúde das profissionais de enfermagem em urgência e emergência: estudo de caso em uma Unidade de Pronto Atendimento no Município do Rio de Janeiro. **Dissertação (Mestrado)**. Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2020.

JBEILI, C. **Questionário Maslach Burnout Inventory – MBI**. Suporte e formação continuada para educadores. [Internet]. 2018. [cited 15 abr 2022]. Available from: <http://www.manoel.pro.br/avalia-caoburnout.pdf>.

JUNIOR, E. G.; Trabalho e estresse: identificação do estresse e dos estressores ocupacionais em trabalhadores de uma unidade administrativa de uma instituição pública de ensino superior (IES). Universidade Federal de Santa Catarina. **Revista Gual**, v. 7, n. 1, p. 1-17, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/gual/article/view/1983-4535.2014v7n1p1>. Acesso em: 20 abr. 2022.

MACKENZIE, C. S.; POULIN, P. A.; SEIDMAN-CARLSON R. Uma breve intervenção de redução do estresse baseada na atenção plena para enfermeiros e auxiliares de enfermagem. **Appl. Enfermeiras. Res**, v. 19, p. 105-109, 2020.

MINGHETTI, L. R.; KANAN, L. A.; ROCHA, G. Saúde Mental do Trabalhador: Transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho que podem, em alguma medida, estar associados ao suicídio laboral. **Ries**, v. 3, n. 1, p.105-143, 2018. Disponível em: <https://periodicos.uniarp.edu.br/ries/article/view/207>. Acesso em: 15 abr. 2022.

MIOT, H. A. Tamanho da amostra em estudos clínicos e experimentais. **J Vasc Bras**, v. 10, n. 4, p.1-4, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jvb/a/Dxg84WBMPnNrVcpKMXyVfHd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 abr. 2022.

PACHECO, V. A.; ROSA, A. C. A. Estresse, fatores e o grau de influência decorrente do atendimento ao público: estudo de caso em um Centro Clínico. **Universidade Gestão e TI**, v. 6, n. 2, p. 17-31, 2018. Disponível em: <https://www.publicacoesacademicas.uniceub.br/gti/article/view/3904>. Acesso em: 20 abr. 2022.

PATRICK, K.; LAVERY, J. F. Burnout em enfermagem. **Austr J of Adv Nurs.**, v. 24, p.43-48, 2020.

PIPE, T. B.; et al. Nurse leader mindfulness meditation program for stress management: a randomized controlled trial. **Jona: The Journal of Nursing Administration**, v. 39, n. 3, p. 130-137, 2019.

QUEIROS, C.; et al. Preditores de burnout entre enfermeiros: uma abordagem interacionista. **Psicotema**, v. 25, n. 3, p. 330-335, 2021.

RITTER, R. S.; STUMM, E. M. F.; KIRCHER, R. M. Análise de Burnout em profissionais de uma unidade de emergência de um hospital geral. **Rev. Eletr. Enf.**, v. 11, n. 2, p. 236-248, 2019. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n2/v11n2a02.htm>. Acesso em: 20 abr. 2022.

SABANCIOGULLARI, S. D. S. Effects of the professional identity development programme on the professional identity, job satisfaction and burnout levels of nurses: A pilot study. **Int. J. Nurs. Pract.**, v. 21, n. 6, p. 847-857, 2020. doi: 10.1111/ijn.12330.

SIAU, C. S.; et al. Prevendo riscos de esgotamento e sofrimento psicológico de profissionais de saúde hospitalares. **Malaysian J Public Health Med**. p. 125-36, 2018.

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **ReCaPe.**, v. 6, n. 2, 2021. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/ReCaPe/article/view/29361/20473>. Acesso em: 20 abr. 2022.

SILVA, S. C. P. S.; et al. A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p.3011-3020, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232015001003011&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 15 abr. 2022.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLA, J. E. C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Rev. Psiq. Clín.**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v34n5/a04v34n5.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2022.

WHO. World Health Organization (WHO). Mental health in the workplace. Organização Mundial da Saúde. **Saúde mental no ambiente de trabalho** [Internet]. 2019 [cited 24 mar 2022]. Available from: https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/en/.

ZANATTA, A. B.; LUCCA, S. R. Prevalência da síndrome de Burnout em profissionais da saúde de um hospital oncohematológico infantil. **Rev. Esc. Enferm. USP**, v. 49, n. 2, p.253-258, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342015000200253&script=sci_abstr act&tlng=pt. Acesso em: 15 abr. 2022.