

Os impactos da síndrome de Burnout em enfermeiros devido à pandemia da COVID-19

The impact of Burnout syndrome on nurses during the COVID-19 pandemic

Giovanna Gianelli Alves,¹ Isabella Garcia Novais,¹ Vítor Negrini Jacob,¹ Márcia Braga Cliquet¹

RESUMO

O trabalho discute o sofrimento emocional vivenciado por profissionais da enfermagem, com ênfase no contexto hospitalar durante a pandemia de COVID-19. A partir de uma revisão narrativa da literatura, busca-se compreender os principais fatores associados ao desgaste emocional desses trabalhadores. A pandemia intensificou as exigências físicas e psicológicas da profissão, expondo os enfermeiros a situações de alta pressão, medo constante de contaminação e sentimento de impotência frente ao enfrentamento da doença. Nesse cenário, destaca-se o impacto na saúde mental, com foco em manifestações como a síndrome de Burnout, frequentemente relacionada ao ambiente e às condições de trabalho. A reflexão proposta visa contribuir para uma maior compreensão sobre a realidade vivida por esses profissionais, ressaltando a necessidade de atenção às suas demandas emocionais e psicológicas, além da importância de medidas de apoio e proteção no âmbito institucional e coletivo. A partir desse olhar, reforça-se a relevância de promover estratégias que favoreçam o bem-estar e a valorização da enfermagem, especialmente em contextos de crise sanitária.

Palavras-chave: esgotamento profissional; COVID-19; enfermeiros; saúde mental.

ABSTRACT

This paper discusses the emotional distress experienced by nursing professionals, with an emphasis on the hospital setting during the COVID-19 pandemic. Based on a narrative literature review, it seeks to identify the main factors associated with the emotional exhaustion of these workers. The pandemic has intensified the physical and psychological demands of the profession, exposing nurses to high-pressure situations, the constant fear of contamination, and feelings of helplessness in the face of the disease. In this context, the impact on mental health is particularly significant, especially regarding manifestations such as burnout syndrome, which is often linked to the work environment and conditions. This reflection aims to contribute to a deeper understanding of the reality faced by these professionals, highlighting the need to address their emotional and psychological demands, as well as the importance of support and protective measures at both institutional and collective levels. From this perspective, the relevance of promoting strategies that support the well-being and recognition of nursing professionals is reinforced, particularly in times of health crises.

Keywords: burnout syndrome; COVID-19; nurses; mental health.

INTRODUÇÃO

A virada de ano de 2019 para 2020 para a população mundial foi sem precedentes, pois nunca se tinha visto algo tão fora do normal quanto a luta contra um vírus que desencadeou uma nova forma de encarar o mundo.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2) desencadeou o surgingimento da COVID-19, uma doença altamente contagiosa e sem muitos estudos sobre ela.

Nesse sentido, iniciaram-se o isolamento social, uso obrigatório de máscaras, fechamento de comércios que não eram considerados essenciais, demissões em massa de funcionários, inúmeros óbitos, insegurança em relação à perda de entes queridos ou até mesmo a própria vida. Assim, dada essas circunstâncias, o quadro de saúde mental do brasileiro apresentou uma debilitação considerável.

¹ Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde (PUC-SP/FCMS) – Sorocaba (SP), Brasil.

Autor correspondente: Vítor Negrini Jacob

PUC-SP/FCMS, Rua Joubert Wey, 290, CEP.: 18030-070 – Sorocaba (SP), Brasil.

E-mail: jacobvitor3@gmail.com

Recebido em 22/08/2024 – Aceito para publicação em 08/08/2025.



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.

De acordo com resumo científico apresentado pela Organização Mundial de Saúde – OMS, só no primeiro ano da pandemia de COVID-19, a prevalência global de ansiedade e depressão aumentou em 25%. Nessa perspectiva, é imprescindível entender que em todos os setores da sociedade esses sintomas começaram a aparecer, tendo em vista a pressão psicológica que fora gerada em virtude do medo generalizado. Sendo assim, questões relativas a políticas públicas voltadas à área de saúde mental começaram a acender um alerta, porque quem deveria estar tratando, agora está precisando de tratamento, devido ao enorme desgaste emocional, além de uma enorme pressão no ambiente de trabalho, o que gerou a exaustão mental, que por sua vez tem sido um importante gatilho para o pensamento suicida entre os servidores da saúde, segundo o relatório científico da OMS.²

Sob esse viés, a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ) Brasília desenvolveu uma pesquisa na qual foram levantados os impactos da pandemia na saúde mental de profissionais da saúde. Sendo assim, um relatório parcial de resultados mostra que cerca de 65% apresentaram sintomas de transtorno de estresse, 61,6% ansiedade e, por fim, 61,5% depressão. Nesse sentido, o estudo foi conduzido pela Fiocruz Mato Grosso do Sul, em parceria com a Fiocruz Brasília e a ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar).³

Assim, esses resultados deixam claro que as doenças de natureza emocional estão, de fato, presentes na realidade dos servidores da saúde, o que deixa uma luz de alerta ligada, uma vez que são esses profissionais que são designados para cuidar de outras pessoas. Se não estão bem consigo mesmos, como cuidarão de outros?³

Foram relatados por 33,8% dos participantes sintomas de ansiedade classificados como extremamente severos. Esse percentual foi de 21,4% e 19,5%, respectivamente, para sintomas extremamente severos de depressão e estresse. É imperioso ressaltar que a maioria desses profissionais são enfermeiros.³

Ademais, a dimensão da exaustão emocional representa o componente básico individual do estresse na Síndrome de Burnout. Nesse contexto, longas jornadas de trabalho, estresse emocional, esgotamento físico e mental ligado ao trabalho e violência psicológica estão diretamente ligados ao risco de desenvolvimento da Síndrome metabólica.⁴ Esse cenário foi identificado durante os picos intensos da alta demanda de pacientes em busca de tratamento, principalmente, entre 2020 e 2021.

Nesse sentido, é válido destacar que “Síndrome de Burnout” foi um termo de origem inglesa, que pode ser traduzido como “queimar-se por completo”. Foi criado pelo psicanalista alemão Herbert J. Freudenberger (1926–1999) em 1974. Na ocasião, ele trabalhava 12 horas por dia e, não bastasse essas excessivas horas, à noite atendia por volta de dez usuários de drogas por hora, em uma clínica para dependentes químicos. Por conseguinte, fora vítima de esgotamento físico e mental e adoeceu.⁵

Sendo assim, o sistema de saúde pública brasileiro passou, e ainda passa, por um grande impacto: a falta de capacidade para oferecer um atendimento verdadeiramente hu-

manizado. Soma-se a isso as precárias condições de trabalho, nas quais os servidores revezam-se em plantões. Contudo, a demanda por atendimentos dessa natureza, especialmente no primeiro semestre de 2020, fez com que os profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, tivessem de atuar de forma nunca antes vista.

Diante desse cenário, o sistema já não conseguia convocar, com urgência, mais profissionais para suprir a crescente quantidade de pacientes que buscavam atendimento, além do elevado número de internações em unidades de terapia intensiva (UTIs), o que exigiu um esforço extremo, em todos os sentidos, desses profissionais.⁶

Sob essa ótica, inúmeros profissionais, como os enfermeiros, não suportaram a pressão, sendo acometidos, assim, pela síndrome de Burnout, em razão do excessivo fluxo de trabalho, especialmente aqueles que atuam em UTIs.

Nessa perspectiva, a presente pesquisa apresenta as seguintes hipóteses, a saber: a carga excessiva de trabalho pode afetar a saúde mental do enfermeiro de UTI? Além disso, pode-se questionar se há condições psicológicas favoráveis ao trabalho após a alta demanda de casos de óbitos de pacientes ou, até mesmo, após um período em que muitos profissionais de saúde também faleceram.

Destarte, essas e outras discussões serão abordadas ao longo desta pesquisa, a fim de que o tema seja cada vez mais esclarecido e para que os enfermeiros de UTI possam se prevenir dessa patologia.⁷

Assim, esta pesquisa é relevante para a comunidade acadêmica interessada em compreender um tema delicado: a saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam em UTIs, em especial a síndrome de Burnout.

Do ponto de vista epidemiológico, essa síndrome é significativa porque acarreta sérias consequências para a saúde física e mental dos trabalhadores, como depressão, ansiedade, doenças cardiovasculares, distúrbios do sono e problemas gastrointestinais.

Por conseguinte, é fundamental compreender como esse profissional/paciente pode ser auxiliado, considerando que um dos critérios utilizados para diagnosticar essa síndrome foi a análise dos dados presentes em artigos científicos sobre a síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19.

METODOLOGIA

Tratou-se de uma revisão narrativa da literatura voltada à rotina dos profissionais de enfermagem de UTI, desenvolvida nos meses de abril a junho de 2020. Na ocasião, todo o desenvolvimento do presente trabalho respeitou as diretrizes do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos. “Uma revisão narrativa é ideal para descrever e discutir o desenvolvimento de um dado assunto, sob ponto de vista teórico ou contextual”.⁸ Nesse sentido, para atingir o objetivo proposto, foi definida a seguinte pergunta norteadora do estudo: “Quais os impactos da síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham em UTI devido à pandemia da COVID-19?”

A pesquisa foi realizada por meio dos estudos disponíveis nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.

(Scientific Electronic Library Online), Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PubMed, BVS (Virtual Health Library).

O presente trabalho teve como ponto de partida o devido entendimento acerca dos impactos da síndrome de Burnout em enfermeiros devido à pandemia da COVID-19. A partir daí, os autores do texto responderam à pergunta de pesquisa, a qual requer esclarecer as consequências da síndrome em questão nos profissionais da área de saúde, no caso, os enfermeiros que estavam trabalhando no auge da pandemia, respeitando sempre os princípios da ética norteados pela resolução nº 510 do Conselho Nacional de Saúde.

Além disso, este estudo possuía o intento de identificar como a ampliação da jornada de trabalho influenciou na saúde mental desses profissionais. Por fim, entender como as novas formas comportamentais impactaram a rotina atual no ambiente de trabalho. Ressalta-se, ainda, que todos os dados da pesquisa foram retirados de uma base de dados de artigos gratuitos.

Por outro lado, como critério de exclusão, foram descartados da presente pesquisa dados provenientes de fontes pagas e artigos com mais de dez anos de publicação. Priorizaram-se, portanto, estudos publicados nos últimos cinco anos (2017 a 2022), com o objetivo de reunir informações atualizadas e pertinentes à compreensão da síndrome estudada. Além disso, foram desconsiderados dados que não estives-

sem relacionados às mudanças de comportamento causadas pelo excesso de pressão decorrente da pandemia da COVID-19, especialmente no que se refere à saúde mental.

Para o levantamento bibliográfico, empregaram-se os seguintes operadores booleanos nas estratégias de busca: “Burnout syndrome and COVID-19”, “Burnout syndrome and nurses” e “Burnout syndrome or job stress”. Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram: esgotamento profissional; COVID-19; enfermeiros; saúde mental.

RESULTADOS

A partir das buscas realizadas nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS, BVS e Google Acadêmico, foram identificados diversos artigos relacionados ao impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem, com ênfase na síndrome de Burnout. Após a leitura dos títulos e resumos, bem como da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, como acesso gratuito, idioma (português, inglês ou espanhol) e período de publicação entre 2017 e 2022, foram selecionados dez artigos para compor esta revisão narrativa.

Os critérios de exclusão adotados foram: artigos com acesso restrito (pagos), publicados há mais de dez anos, duplicados, ou que não abordassem diretamente a relação entre o esgotamento emocional e o contexto pandêmico entre profissionais de enfermagem.

Tabela 1. Apresenta as principais características dos artigos incluídos:

Ano	Título do Artigo	Autores	Periódico
2021	Fatores de risco para a síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19	Borges FE <i>et al.</i>	Rev Enferm Atual In Derme
2021	A síndrome de Burnout em enfermeiros frente à pandemia: uma revisão integrativa da literatura	Reese MFA <i>et al.</i>	Research, Society and Development
2020	Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital	Dal'Bosco EB <i>et al.</i>	Rev Bras Enferm
2022	Stress and burnout among healthcare professionals of the emergency room during the COVID-19 pandemic	Barreto MS <i>et al.</i>	Ciência, Cuidado e Saúde
2020	Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)	Schmidt B <i>et al.</i>	Estud Psicol (Campinas)
2021	Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de UTI durante a pandemia da COVID-19	Freitas RF <i>et al.</i>	J Bras Psiquiatr
2021	The threat of COVID-19 and its influence on nursing staff burnout	Manzano GG, Calvo JCA	J Adv Nurs
2020	Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during COVID-19	Raudenská J <i>et al.</i>	Best Pract Res Clin Anaesthesiol
2020	A enfermagem em destaque na pandemia da COVID-19: uma análise em mídias sociais	Domingues PHS <i>et al.</i>	Enferm Foco
2020	É possível pensar em qualidade de vida no trabalho da enfermagem em tempos de coronavírus?	Pereira MS <i>et al.</i>	Rev Enferm UFGM



DISCUSSÃO BIBLIOGRÁFICA

Impacto da covid-19 na saúde mental do profissional de enfermagem

Atuando na linha de frente no combate à COVID-19, a equipe de enfermagem continuou exercendo suas funções de acordo com normas, princípios ontológicos e regulamentos vigentes. No desempenho de suas atividades, fez uso de sua autonomia profissional, avaliando os contratempos surgidos ao longo da jornada assistencial, em articulação com as instituições médicas de saúde e com as equipes multiprofissionais diretamente envolvidas na assistência prestada ao paciente.⁹

Durante a vivência imposta pela pandemia da COVID-19, o papel da enfermagem ficou em evidência em todas as mídias, expondo, assim, diversas situações que vão desde o adoecimento até riscos de vida, em razão das condições de trabalho.¹⁰ Conforme as pesquisas,¹¹ notou-se que os profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, foram os mais afetados pela Síndrome de Burnout durante a pandemia. Observa-se, também, que o número de profissionais na linha de frente que apresentam sinais e sintomas da síndrome de Burnout aumentou substancialmente com o advento da COVID-19.

O papel da equipe de enfermagem ganha ênfase por estar diretamente relacionado à assistência aos pacientes infectados, em diferentes contextos de cuidado em saúde. Seja no pronto-socorro, em unidades de internação hospitalar ou mesmo em UTIs, esses profissionais desempenham suas funções juntamente com as demais equipes de saúde, muitas vezes sem os recursos necessários para oferecerem um cuidado de excelência.¹²

A esse respeito, aponta-se que, no Brasil, as principais condições desfavoráveis para o exercício da enfermagem incluem a elevada incidência de desgaste físico e mental dos trabalhadores, o que compromete diretamente a qualidade da assistência prestada aos pacientes. As condições de trabalho, ou a ausência delas, talvez representem a face mais evidente da baixa valorização da profissão.¹³

Sob a perspectiva do que foi estudado, percebe-se que, principalmente, fatores sociodemográficos, ocupacionais e comportamentais são determinantes para o desencadeamento de sinais e/ou sintomas da síndrome de Burnout. Do mesmo modo, o estudo⁷ que realizou uma síntese qualitativa de 26 outros trabalhos confirma que fatores preditores estão, de fato, relacionados ao surgimento da síndrome, evidenciando que as profissionais do sexo feminino são as mais acometidas pela síndrome de Burnout.¹⁴

As modificações que a síndrome de Burnout causa na vida dos enfermeiros(as)

Nos dias atuais, os profissionais da enfermagem vêm se deparando com os desafios impostos pela pandemia de COVID-19, principalmente pelos seguintes fatores: alto risco de ser infectado pelo vírus, de adoecer e até morrer; possibilidade de infectar outras pessoas; angústia e esgotamento; exposição a mortes em proporções ampliadas; frustração por não conseguir salvar vidas, mesmo diante de todos os esforços; ameaças e ofensas diretas por parte de indivíduos que pro-

curam atendimento, mas não podem ser acolhidos devido à limitação de recursos; além do distanciamento de amigos e familiares causado pelas altas cargas de trabalho.¹⁵

Diante disso, esses profissionais ficaram extremamente esgotados, tanto psicologicamente quanto fisicamente, uma vez que atuavam por longos períodos e, ao mesmo tempo, se preocupavam com a real possibilidade de contrair o vírus durante o trabalho. Em decorrência desse cenário, muitos desenvolveram a síndrome de Burnout, transtorno mental que surge em resposta a situações prolongadas de estresse ocupacional, relacionadas à sobrecarga de responsabilidades e demandas excessivas. Assim, crises e agravos relacionados a essa classe profissional vêm aumentando, prejudicando consideravelmente a funcionalidade da rede hospitalar.

O número de profissionais que relatam sintomas relacionados à síndrome vem crescendo gradativamente. Especialmente no contexto pandêmico, a falta de tempo para o autocuidado faz com que o enfermeiro não perceba os sinais do próprio corpo indicando que algo está errado, como insônia, cansaço excessivo, dores de cabeça, entre outros. Todos esses cenários de conflito geram prejuízos significativos à qualidade de vida dos profissionais, tanto no ambiente de trabalho quanto fora dele.¹⁶

As pesquisas demonstram que, quando acometido pela síndrome de Burnout, o profissional apresenta características como exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Tais sintomas decorrem de fontes de estresse crônico, muito comuns entre os profissionais de enfermagem, especialmente em momentos de alta demanda, como o enfrentamento da pandemia. O medo constante de contrair a doença e de infectar familiares também representa um dos principais fatores de estresse psicológico.⁴

Fica claro que a pandemia da COVID-19 trouxe um fator agravante à vida dos profissionais: o distanciamento obrigatório em relação aos familiares.¹³ Tal situação é determinante para o aumento do estresse, visto que a ausência de afeto e apoio emocional pode acentuar ainda mais o desgaste psicológico, tornando esses trabalhadores mais vulneráveis à síndrome de Burnout. Em muitos casos, eles também se sentem inadequados, decepcionados e desvalorizados em sua atuação profissional.

Outro aspecto relevante está no fato de que grande parte dos pacientes com COVID-19 encontrava-se gravemente enferma, sendo o cuidado intensivo a única alternativa viável. Diante dessa realidade, a ansiedade entre os profissionais de enfermagem tornou-se mais intensa, além de haver sobrecarga decorrente de outros fatores estressores, como a exposição constante ao risco de infecção, acúmulo de funções e falta de profissionais suficientes para dividir as responsabilidades.

Essa conjuntura gerou fadiga física e mental, caracterizando claramente os sintomas da síndrome de Burnout. As evidências apontam que pressões no ambiente de trabalho, conflitos interpessoais, responsabilidades técnicas e a escassez de recursos humanos são preditores importantes do adoecimento emocional ao longo do tempo de exposição.¹⁷

Outros transtornos psicológicos também foram registrados, como transtorno de estresse pós-traumático, ansiedade, depressão e transtorno de estresse agudo, todos relacionados ao



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.

esgotamento dos profissionais diretamente envolvidos com a pandemia em seu ambiente de trabalho.¹⁸

À luz dessas considerações, observa-se que a síndrome de Burnout está frequentemente associada a sentimentos de desamparo e desesperança, que permearam o cotidiano desses profissionais de saúde ao longo do período pandêmico, como resultado do trabalho exaustivo e emocionalmente desgastante.¹⁹

DISCUSSÃO

A pandemia da COVID-19, que assolou o Brasil e o mundo, teve um impacto profundo e duradouro sobre os enfermeiros brasileiros. Esses profissionais da saúde estiveram na linha de frente da batalha contra o vírus, enfrentando desafios físicos e emocionais sem precedentes. À medida que a pandemia avançava, tornaram-se heróis da nação, mas, infelizmente, também foram submetidos a um fardo imenso que deixou marcas profundas em suas vidas e em sua profissão.

Antes da pandemia, a profissão de enfermagem já enfrentava desafios, como a falta de reconhecimento e de investimento em treinamento e em equipamentos adequados. A chegada do coronavírus apenas amplificou essas questões e lançou luz sobre a importância vital dos enfermeiros em nossa sociedade. Muitos desses profissionais tiveram que lidar com a escassez de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) e com a falta de recursos nos hospitais, o que os expôs a um risco ainda maior de contrair o vírus.

O estresse emocional enfrentado pelos enfermeiros durante a pandemia também foi avassalador. Eles estavam na linha de frente, testemunhando a perda de vidas diariamente, enquanto tentavam manter a esperança e a empatia para com os pacientes e seus familiares. A ausência de apoio psicológico adequado durante esse período tumultuado deixou muitos enfermeiros com traumas que persistem até hoje. Além disso, o medo constante de infectar seus próprios entes queridos estava sempre presente. Muitos optaram por se isolar de suas famílias para protegê-las, suportando a solidão e o distanciamento social como parte do sacrifício necessário para continuar seu trabalho essencial.

À medida que a pandemia da COVID-19 arrefeceu, os enfermeiros enfrentaram uma nova realidade. Muitos ainda lidam com as consequências físicas e emocionais da batalha contra o vírus.

A síndrome de Burnout, um estado de exaustão física e mental causado pelo excesso de trabalho e pelo estresse constante, tornou-se uma epidemia entre os profissionais de saúde, incluindo os enfermeiros. Muitos relataram exaustão profunda, depressão e ansiedade decorrentes da sobrecarga de trabalho e das experiências traumáticas vividas durante a pandemia.

Além do impacto individual, a pandemia também expôs deficiências estruturais do sistema de saúde brasileiro. A falta de investimento em infraestrutura e recursos humanos, aliada à burocracia e à corrupção, dificultou ainda mais o desempenho eficiente da enfermagem.

A desvalorização da profissão permanece evidente, com baixos salários e condições de trabalho precárias sendo comuns.

Apesar de todos esses desafios, os enfermeiros brasileiros demonstraram uma resiliência extraordinária. Continuaram a atender seus pacientes com dedicação e comprometimento, mesmo em condições adversas. A solidariedade entre os profissionais de saúde se fortaleceu, com muitos se unindo para oferecer apoio mútuo e para compartilhar experiências.

A pandemia também destacou a importância de reconhecer e valorizar esses profissionais. A sociedade passou a perceber com mais clareza a contribuição fundamental dos enfermeiros para a saúde pública. Isso gerou um movimento por melhores condições de trabalho e maior valorização da categoria, embora ainda haja um longo caminho a percorrer rumo a um sistema de saúde mais justo e eficiente.

Além disso, os enfermeiros têm buscado apoio psicológico e recursos para lidar com o trauma e o estresse pós-pandêmico. Esforços vêm sendo feitos para oferecer o suporte necessário à recuperação emocional desses profissionais, uma vez que enfrentaram diversos entraves, tais como:

- Estresse e ansiedade: o aumento da carga de trabalho, a exposição constante ao vírus e a falta de recursos adequados levaram a níveis elevados de estresse e ansiedade. O medo de contrair a doença e transmiti-la aos familiares também contribuiu significativamente para esses sentimentos.

- Esgotamento profissional: a luta contínua contra a pandemia, frequentemente em condições adversas e com longas jornadas, gerou exaustão física e emocional, afetando a motivação e a capacidade de prestar cuidados de forma eficaz.

- Trauma psicológico: muitos enfermeiros testemunharam um número elevado de mortes e sofrimento, o que pode desencadear traumas, como flashbacks, pesadelos e até Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

- Isolamento social: o afastamento de familiares e amigos para evitar a disseminação do vírus resultou em sentimentos de solidão e isolamento.

- Culpa e angústia moral: em meio à escassez de recursos, muitos profissionais enfrentaram dilemas éticos e decisões difíceis, o que gerou sentimentos de culpa e sofrimento moral.

- Desgaste e abandono da profissão: alguns enfermeiros optaram por deixar a carreira devido à pressão e ao estresse contínuos, resultando na perda de profissionais experientes em um momento crítico.

- Depressão: a exposição constante a situações desafiadoras emocionalmente favoreceu o surgimento de quadros depressivos.

- Abuso de substâncias: o estresse intenso levou alguns profissionais a recorrer ao álcool ou outras substâncias como forma de enfrentamento.

- Exaustão física e mental: a longa duração da pandemia e a alta demanda por cuidados intensivos impactaram a saúde geral dos enfermeiros.

- Impacto nas relações pessoais: as pressões e o desgaste emocional interferiram também nas relações familiares e sociais, gerando conflitos.

Nessa ótica, a pandemia da COVID-19 deixou um legado duradouro na vida dos enfermeiros brasileiros.



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.

Esses profissionais foram verdadeiros heróis, que lutaram incansavelmente contra uma ameaça global, muitas vezes colocando sua própria saúde em risco. O impacto físico e emocional da pandemia continuará a ser sentido por muitos anos, mas também revelou a necessidade urgente de reformas no sistema de saúde e de valorização mais efetiva da enfermagem.

À medida que o Brasil caminha para um cenário pós-pandêmico, é essencial que a sociedade e o governo mantenham o compromisso de apoiar os enfermeiros, investindo na melhoria de suas condições de trabalho e em seu bem-estar. Somente assim será possível garantir que esses profissionais essenciais possam continuar desempenhando seu papel vital na promoção da saúde e no cuidado à população brasileira.

É importante destacar que as consequências emocionais da pandemia variam entre os profissionais, de acordo com fatores como ambiente de trabalho, apoio social disponível e capacidade individual de enfrentamento. Portanto, é fundamental que os enfermeiros tenham acesso adequado a serviços de saúde mental, além de políticas públicas que visem a prevenção do estresse e a promoção do bem-estar, reduzindo, assim, os impactos emocionais a longo prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto no decorrer do estudo, cabe, neste momento, salientar que os profissionais de enfermagem estão propensos a enfrentar situações de estresse e necessidade de tomada rápida de decisão. Contudo, o cenário atual é novo sob diversos aspectos, exigindo uma resposta tanto técnica quanto psicoemocional, o que tem se tornado alvo de preocupação de pesquisadores e profissionais da saúde mental, como psicólogos, psiquiatras e terapeutas ocupacionais.

Sabe-se que a pandemia da COVID-19 provocou prejuízos em todas as esferas da sociedade, e atingiu principalmente os profissionais de saúde que estiveram na linha de frente, afetando sua saúde mental com manifestações de depressão, medo e ansiedade. Diante desse fato, ressalta-se a necessidade de valorização desses profissionais, reconhecendo como prioridade o cuidado com sua saúde física e mental, algo urgente e vital na atualidade, que deve ser um dos alicerces da resiliência em uma sociedade que enfrentará inúmeros desafios como resultado dessa pandemia, cujas consequências definitivas ainda são incertas.

Observa-se que as limitações deste estudo estão relacionadas à escassez de publicações que abordem as consequências da pandemia de COVID-19 sobre o sofrimento emocional dos enfermeiros. Isso se deve ao fato de tratar-se de uma temática ainda recente e pouco explorada, especialmente pela ausência de evidências científicas robustas sobre intervenções terapêuticas aplicáveis a profissionais de enfermagem que apresentem sinais de esgotamento emocional e manifestações de transtornos mentais.

Este artigo serve como alerta para que o enfermeiro esteja mais atento à sua saúde mental, visto que, quando esses sinais são negligenciados a longo prazo, podem evoluir de sintomas leves de desgaste emocional para quadros mais graves de transtornos mentais.

REFERÊNCIAS

1. Marques L. A pandemia incide no ano mais importante da história da humanidade: serão as próximas zoonoses gestadas no Brasil? Campinas: Unicamp; 2020.
2. Organização Pan-Americana da Saúde. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo [Internet]. 2 mar. 2022 [acesso em 23 jun. 2024]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>
3. Marques F. Pesquisa mostra impacto da pandemia na saúde mental de profissionais da saúde. Brasília: Portal Fiocruz Brasília; 2022.
4. Borges FE, Silva PC, Oliveira RM, Souza DB. Fatores de risco para a síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. Rev Enferm Atual In Derme. 2021;95:e021240. doi: 10.31011/reaid-2020-v.94-n.32-art.835.
5. Reese MFA, Soares JFS, Rocha AF, Amaral AS. A síndrome de Burnout em enfermeiros frente à pandemia: uma revisão integrativa da literatura. Res Soc Dev. 2021;10(13):e104101321160. doi: 10.33448/rsd-v10i13.21571.
6. Vilhena A. Impacto da pandemia sobre o SUS: aprendizado e oportunidades. Rio de Janeiro: Centro de Estudos Estratégicos da Fiocruz Antonio Ivo de Carvalho; 2020 [acesso em 18 jun 2025]. Disponível em: <https://cee.fiocruz.br/?q=Impacto-da-pandemia-sobre-o-SUS-aprendizado-e-oportunidades>
7. Silva MS, Souza NVDO, Pires ADS, Gonçalves FGA, Cunha LDS. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. Res Soc Dev. 2021;10(12):e467101220187. doi: 10.33448/rsd-v10i12.20747.
8. Silva WM. Contribuições e limitações de revisões narrativas e revisões sistemáticas na área de negócios. Rev Adm Contemp. 2019;23(2):1–11. doi: 10.1590/1982-7849rac2019190094.
9. Brito LL, Simonivil S, Giotto AC. Autonomia do profissional de enfermagem diante da COVID-19: revisão integrativa. Rev Iniciação Científ. 2020;3(2):420-37.
10. Oliveira CO, Soares PJR. O impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental das equipes de enfermagem no Brasil e o enfrentamento frente a este desafio: revisão integrativa. Braz J Health Rev. 2021;4(1):2102–14. doi: 10.69849/revistaft/cl10202410192036.
11. Manzano GG, Calvo JCA. The threat of COVID-19 and its influence on nursing staff burnout. J Adv Nurs. 2021;77(2):832–44. doi: 10.1111/jan.14642.
12. Domingues PHS, Faustino AM, Cruz KCT. A enfermagem em destaque na pandemia da COVID-19: uma análise em mídias sociais. Enferm Foco. 2020;11(Spe2):97–102. doi: 10.21675/2357-707X.2020.v11.n2.ESP.4000.
13. Pereira MS, Lopes SKB, Figueiredo MFS, Alves YR. É possível pensar em qualidade de vida no trabalho da enfermagem em tempos de coronavírus? Rev Enferm UFMG. 2020;8(Spe):e202003.
14. Freitas RF, Silva SS, Lima FB, Rocha JC. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. J Bras Psiquiatr. 2021;70(1):12–20. doi: 10.1590/0047-2085000000313.
15. The Lancet. COVID-19: protecting health-care workers. Lancet. 2020;395(10228):922. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30644-9.
16. Queirós C, Borges E, Mosteiro P, Abreu M, Baldonedo M. Personalidade, ansiedade e vulnerabilidade ao burnout em enfermeiros: um estudo comparativo Portugal/Espanha. Rev ROL Enferm. 2020;43(1Suppl):83–9. <http://hdl.handle.net/10400.26/31338>
17. Schmidt B, Crepaldi MA, Bolze SDA, Neiva-Silva L, Demenech LM. Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). Estud Psicol (Campinas). 2020;37:e200063. doi: 10.1590/1982-0275202037e200063.



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.

18. Raudenská J, Steinerová V, Javůrková A, Urits I, Kaye AD, Viswanath O, et al. Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. *Best Pract Res Clin Anaesthesiol.* 2020;34(3):553–60. doi: 10.1016/j.bpa.2020.07.008.
19. Dal'Bosco EB, Floriano LSM, Skupien SV, Arcaro G, Martins AR, Anselmo ACC. Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. *Rev Bras Enferm.* 2020;73(Suppl 2):e20200434. doi: 10.1590/0034-7167-2020-0434.
20. Barreto MS, Arruda GO, Marcon SS, Correia LPS, Queruz ALD, Rissardo LK, et al. Stress and burnout among healthcare professionals of the emergency room during the COVID-19 pandemic. *Cien Cuid Saude.* 2022;20:e60841. doi:10.4025/ciencuid-saude.v20i0.60841.

Como citar este artigo:

Alves GG, Novais IG, Jacob VN, Cliquet MB. Os impactos da síndrome de Burnout em enfermeiros devido à pandemia da COVID-19. *Rev Fac Ciênc Méd Sorocaba.* 2025;27:e63918. doi: 10.23925/1984-4840.2025v27a18.



Todo conteúdo desta revista está licenciado em Creative Commons CC By 4.0.