

FACULDADE DE ADMINISTRAÇÃO, NEGÓCIOS E SAÚDE DE SERGIPE
FANESE
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

VANECY RYANY DOS SANTOS

SÍNDROME DE BURNOUT E RISCOS DE SUICÍDIO NA ENFERMAGEM

ARACAJU – SE

2026

VANECY RYANY DOS SANTOS

SÍNDROME DE BURNOUT E RISCOS DE SUICÍDIO NA ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado a Disciplina de Trabalho de
Conclusão de Curso II como requisito
para aprovação na disciplina, sob
orientação da Prof^ª. Esp. Mônica Santos
Matos.

ARACAJU – SE

2026

S237s

SANTOS, Vanecy Ryany dos

Síndrome de burnout e riscos de suicídio na enfermagem / Vanecy Ryany dos Santos. - Aracaju, 2026.

22f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
Faculdade de Administração, Negócios e Saúde de
Sergipe. Coordenação de Enfermagem.

Orientador(a): Profa. Esp. Mônica Santos Matos

1. Enfermagem 2. Síndrome de burnout
3. Suicídio I.Título

CDU 616-083 (045)

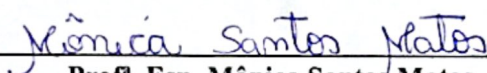
Elaborada pela Bibliotecária Edla de Fatima S. Evangelista CRB-5/1029

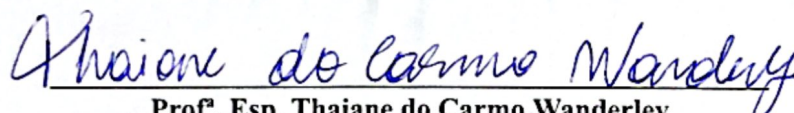
VANECY RYANY DOS SANTOS

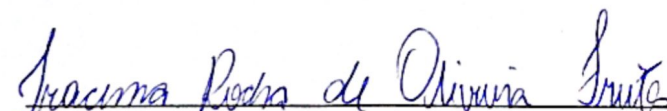
SÍNDROME DE BURNOUT E RISCOS DE SUICÍDIO NA ENFERMAGEM

Artigo Científico apresentado à Faculdade de Administração e Negócios de Sergipe - FANESE, como requisito parcial e elemento obrigatório para a obtenção do grau bacharel em Enfermagem no período de 2026.1.

Aprovado (a) com média: 9,5


Profª. Esp. Mônica Santos Matos
1º Examinadora (Orientadora)


Profª. Esp. Thaiane do Carmo Wanderley
2º Examinadora


Profª. Esp. Iracema Rocha de Oliveira Freitas
3º Examinadora

Aracaju, 16 de junho de 2026

VANECY RYANY DOS SANTOS

SÍNDROME DE BURNOUT E RISCOS DE SUICÍDIO NA ENFERMAGEM

Aprovada em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Profª. Esp.Mônica Santos Matos
Orientadora

Profª. Iracema Rocha de Oliveira Freitas
Examinador 1

Ma. Letícia de Souza Ramos
Examinador 2

RESUMO

A Síndrome de Burnout caracteriza-se como um estado de esgotamento físico, emocional e mental relacionado ao trabalho, sendo amplamente observada entre profissionais de enfermagem em virtude das exigências inerentes à profissão. Considerando a relevância do tema, este estudo teve como objetivo analisar os principais fatores relacionados à Síndrome de Burnout que contribuem para o aumento do risco de suicídio entre profissionais de enfermagem. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada por meio de buscas nas bases de dados SciELO, LILACS, BDENF e PubMed, utilizando descritores relacionados à temática. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados estudos científicos para análise. Os resultados evidenciaram que a sobrecarga de trabalho, jornadas extensas, déficit de profissionais, baixa valorização profissional, conflitos interpessoais, exposição frequente ao sofrimento e à morte, além da ausência de suporte psicológico institucional, constituem fatores associados ao desenvolvimento do Burnout e ao aumento do sofrimento psíquico. Observou-se ainda que profissionais com elevados níveis de exaustão emocional apresentam maior vulnerabilidade à ideação suicida, especialmente quando associados a sintomas depressivos, ansiedade e desesperança. A pandemia da COVID-19 agravou significativamente esse cenário, intensificando o estresse ocupacional e os impactos na saúde mental da equipe de enfermagem. Conclui-se que a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio configuram problemas interligados, exigindo intervenções institucionais e políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental, melhoria das condições de trabalho, valorização profissional e fortalecimento de redes de apoio psicossocial.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Enfermagem; Saúde Mental; Suicídio; Esgotamento Profissional.

ABSTRACT

Burnout Syndrome is characterized as a state of physical, emotional, and mental exhaustion related to work, being widely observed among nursing professionals due to the demands inherent to the profession. Considering the relevance of the topic, this study aimed to analyze the main factors related to Burnout Syndrome that contribute to the increased risk of suicide among nursing professionals. This is an integrative literature review, carried out through searches in the SciELO, LILACS, BDENF, and PubMed databases, using descriptors related to the theme. After applying the inclusion and exclusion criteria, scientific studies were selected for analysis. The results showed that work overload, long working hours, staff shortages, low professional recognition, interpersonal conflicts, frequent exposure to suffering and death, as well as the absence of institutional psychological support, are factors associated with the development of Burnout and the increase of psychological distress. It was also observed that professionals with high levels of emotional exhaustion present greater vulnerability to suicidal ideation, especially when associated with depressive symptoms, anxiety, and hopelessness. The COVID-19 pandemic significantly worsened this scenario, intensifying occupational stress and the impacts on the mental health of the nursing staff. It is concluded that Burnout Syndrome and suicide risk are interconnected problems, requiring institutional interventions and public policies aimed at promoting mental health, improving working conditions, professional recognition, and strengthening psychosocial support networks.

Keywords: Burnout Syndrome; Nursing; Mental Health; Suicide; Professional Exhaustion.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1	Definição da Síndrome de Burnout	9
2.2	Estratégias de prevenção para a síndrome de burnout	10
2.3	Burnout na enfermagem suas causas e consequências	10
2.4	Aspectos conceituais do suicídio	11
2.5	Prevenção do suicídio em profissionais da enfermagem	12
3	METODOLOGIA	13
4	RESULTADOS	14
5	DISCUSSÃO	16
6	CONCLUSÃO	18
	REFERÊNCIAS	20

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, tem se tornado cada vez mais presente no ambiente hospitalar, especialmente entre os profissionais de enfermagem. Caracterizada pelo desgaste físico, emocional e mental decorrente de condições laborais adversas, como jornadas prolongadas, sobrecarga de trabalho e alta responsabilidade assistencial, essa síndrome evidencia-se como um importante problema de saúde ocupacional. Após a pandemia da COVID-19, esse cenário foi intensificado, uma vez que os profissionais de saúde estiveram na linha de frente, vivenciando situações extremas de sofrimento, perdas e pressão psicológica, o que contribuiu significativamente para o aumento dos níveis de estresse, ansiedade e depressão (Colichi et al., 2023).

O suicídio, por sua vez, não se configura como um fenômeno recente, estando presente historicamente nas sociedades e sendo atualmente reconhecido como um grave problema de saúde pública, com impactos individuais, sociais e econômicos relevantes. Trata-se de um comportamento complexo e multifatorial, resultante da interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais, culturais e ambientais (Freire et al., 2020). Nesse contexto, destaca-se que o suicídio ainda é cercado por estigmas e tabus, o que dificulta sua abordagem e prevenção, mesmo diante do aumento crescente de casos e do reconhecimento de sua gravidade por organismos internacionais, como a Organização das Nações Unidas, que estabelece metas para a redução das taxas de mortalidade por essa causa (Aldrich; Jardim, 2025).

O comportamento suicida é marcado por uma profunda ambivalência, na qual o desejo de morte muitas vezes reflete, na realidade, a busca por alívio de um sofrimento psíquico intenso e persistente. Dessa forma, torna-se essencial a existência de serviços de saúde preparados e organizados em rede para o cuidado integral da saúde mental, visando à redução dos índices de morbimortalidade associados a esse agravo (Correia et al., 2020).

No âmbito da enfermagem, observa-se que a exposição contínua a situações de dor, sofrimento e morte, aliada às condições precárias de trabalho, contribui significativamente para o adoecimento mental desses profissionais. Estudos apontam que a exaustão emocional e a sobrecarga de trabalho são fatores recorrentes, impactando negativamente a saúde mental e favorecendo o desenvolvimento de transtornos psicológicos, incluindo a depressão e a ideação suicida (Bertussi et al., 2024). O estresse crônico vivenciado nesse contexto pode evoluir para o esgotamento profissional, comprometendo não apenas o bem-estar do trabalhador, mas também sua produtividade e qualidade da assistência prestada (Colichi et al., 2023).

Com o reconhecimento do Burnout como doença ocupacional pela Classificação Internacional de Doenças (CID-11), adotada no Brasil, reforça-se a necessidade de atenção e intervenção diante desse agravo, que já vinha sendo responsável por afastamentos laborais e prejuízos significativos à saúde dos trabalhadores (Cofen, 2025). Dados indicam que a síndrome tem apresentado crescimento expressivo em todo o mundo, sendo os profissionais de saúde, especialmente da enfermagem, os mais afetados, cenário agravado durante a pandemia da COVID-19 (Rezer; Faustino, 2022).

Diante disso, evidencia-se que a enfermagem figura entre as profissões com maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos mentais e ao risco de suicídio, independentemente do contexto geográfico, o que demonstra a dimensão global do problema (Carvalho et al., 2021). Ademais, a natureza da profissão, que envolve contato direto com situações-limite da vida humana, contribui para o surgimento e agravamento desses transtornos, indicando a necessidade de maior atenção por parte das instituições e da produção científica (Corrêa et al., 2023).

Nesse sentido, compreender a relação entre a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio entre profissionais de enfermagem torna-se fundamental para a construção de estratégias eficazes de prevenção e promoção da saúde mental. Assim, este estudo propõe analisar os fatores desencadeantes desse processo, bem como seus impactos na saúde psíquica desses trabalhadores, contribuindo para o desenvolvimento de ações que visem à melhoria das condições de trabalho e da qualidade de vida desses profissionais.

Diante do exposto, este trabalho é norteado pela seguinte questão de pesquisa: Quais são os principais fatores relacionados à Síndrome de Burnout que contribuem para o aumento do risco de suicídio entre profissionais de enfermagem?

Este estudo tem como objetivo analisar os principais fatores relacionados à Síndrome de Burnout que contribuem para o aumento do risco de suicídio entre profissionais de enfermagem, bem como seus impactos na saúde mental e na qualidade de vida desses trabalhadores. Como objetivos específicos, pretende-se identificar os fatores ocupacionais e psicossociais associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem; descrever os sinais e sintomas da síndrome e sua relação com transtornos mentais, como ansiedade, depressão e estresse crônico; investigar de que forma a exaustão emocional, a sobrecarga de trabalho e as condições precárias laborais influenciam o risco de ideação suicida na enfermagem; analisar os impactos da pandemia da COVID-19 no agravamento do Burnout e no sofrimento psíquico desses profissionais; discutir estratégias de prevenção e promoção da saúde mental voltadas aos profissionais de enfermagem no

ambiente de trabalho; e contribuir para a reflexão sobre a importância de políticas institucionais que favoreçam melhores condições de trabalho e suporte psicológico à equipe de enfermagem.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Definição da Síndrome de Burnout

A Síndrome de Burnout, termo derivado do inglês *to burn out*, que significa “esgotar-se”, foi descrita inicialmente em 1974 pelo psicanalista Herbert Freudenberger, ao observar em si mesmo e em outros profissionais a perda gradual de motivação, energia e satisfação no trabalho. A partir dessas observações, passou-se a compreender o ambiente laboral como um importante fator desencadeante de estresse crônico, capaz de comprometer a saúde física e mental dos trabalhadores (Carro *et al.*, 2021).

Posteriormente, a síndrome foi aprofundada teoricamente por Christina Maslach e Susan Jackson, que, em 1981, a definiram como um fenômeno multidimensional composto por três dimensões centrais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. A exaustão emocional refere-se ao esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo; a despersonalização caracteriza-se por atitudes de distanciamento, frieza e insensibilidade em relação às pessoas atendidas; e a baixa realização profissional está associada à percepção de incompetência e insatisfação com o próprio desempenho no trabalho. Esse conjunto de fatores compromete significativamente o bem-estar do trabalhador e sua capacidade de atuação (Perniciotti *et al.*, 2020).

Como consequência dessas dimensões, os indivíduos acometidos pela síndrome podem apresentar diversos sintomas psicológicos e físicos, tais como humor deprimido, irritabilidade, distanciamento afetivo, redução da satisfação com as atividades laborais, além de manifestações somáticas, como mialgia, cefaleia, distúrbios do sono e alterações gastrointestinais e respiratórias (Carro *et al.*, 2021).

Atualmente, a Síndrome de Burnout encontra-se reconhecida pela Organização Mundial da Saúde e inserida na Classificação Internacional de Doenças (CID-11), sob o código QD85, sendo caracterizada como um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi adequadamente gerenciado. Esse reconhecimento reforça a relevância da síndrome como um problema de saúde pública e evidencia a necessidade de estratégias voltadas à sua prevenção e ao cuidado com a saúde mental dos trabalhadores (Perniciotti *et al.*, 2020).

2.2 Estratégias de prevenção para a síndrome de burnout

As estratégias de prevenção e intervenção da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem devem ser compreendidas de forma ampla, envolvendo tanto o nível individual quanto o organizacional, com ênfase nas condições do ambiente de trabalho. Nesse sentido, torna-se fundamental a promoção de ambientes laborais saudáveis, que favoreçam o bem-estar físico e emocional dos trabalhadores, além do incentivo à prática de atividades físicas, momentos de lazer e políticas institucionais que contribuam para a redução do estresse e para o equilíbrio entre vida pessoal e profissional (Silva et al., 2025).

No âmbito organizacional, destaca-se a importância da identificação precoce dos fatores estressores presentes no cotidiano da enfermagem, possibilitando a implementação de ações voltadas à promoção da saúde e à prevenção do adoecimento ocupacional. A capacidade de enfrentamento desses estressores está diretamente relacionada ao suporte oferecido pelas instituições, sendo necessária a adoção de programas estruturados que auxiliem os profissionais no desenvolvimento de estratégias de coping e adaptação às demandas do trabalho (Corrêa et al., 2023).

Já no nível individual, as intervenções terapêuticas baseadas em evidências têm se mostrado eficazes na redução dos impactos do estresse e na promoção do equilíbrio emocional. Essas abordagens buscam desenvolver a autorregulação emocional, favorecer a expressão de sentimentos e fortalecer o autocuidado, contribuindo para uma melhor capacidade de enfrentamento das adversidades do cotidiano profissional. Dentre essas estratégias, destaca-se o *Community Resiliency Model (CRM)*, que tem apresentado resultados positivos na melhoria do bem-estar psicológico, bem como na redução dos níveis de burnout e dos sintomas somáticos associados, especialmente entre profissionais expostos a situações de estresse intenso, como os da enfermagem (Vargas et al., 2023).

Dessa forma, evidencia-se que a prevenção do Burnout requer uma abordagem integrada, que articule ações institucionais e individuais, visando não apenas a redução dos fatores de risco, mas também o fortalecimento de recursos emocionais e organizacionais que promovam a saúde mental e a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem.

2.3 Burnout na enfermagem suas causas e consequências

A Síndrome de Burnout apresenta elevada incidência entre os profissionais de enfermagem, sendo considerada um dos principais agravos relacionados à saúde mental dessa categoria. Estudos indicam que a prevalência de sintomas depressivos entre enfermeiros é superior à observada na população em geral, evidenciando a vulnerabilidade desses

trabalhadores diante das condições laborais às quais estão expostos. Entre os principais fatores associados, destacam-se o ambiente de trabalho adoecedor, a sobrecarga de atividades, os conflitos interpessoais, a solidão, o estresse ocupacional, a falta de autonomia profissional, as relações hierárquicas rígidas, a insegurança no desempenho das funções, além dos plantões noturnos e questões relacionadas à renda (Freire et al., 2020).

Outro aspecto relevante refere-se à violência no ambiente de trabalho, que tem se mostrado um fator significativo para o adoecimento dos profissionais de enfermagem. As consequências dessa exposição incluem sintomas de estresse, baixa autoestima, desmotivação e prejuízos na qualidade da assistência prestada. Tais manifestações estão diretamente relacionadas às dimensões da Síndrome de Burnout, caracterizada por elevados níveis de exaustão emocional e despersonalização, associados à redução da realização profissional (Carvalho et al., 2021).

Além disso, a enfermagem é reconhecida como uma das profissões mais estressantes na área da saúde, em razão das condições frequentemente precárias e insatisfatórias do ambiente de trabalho. O contato constante com situações de dor, sofrimento e morte, aliado à escassez de profissionais, à alta demanda de tarefas e à sobrecarga laboral, contribui para o desenvolvimento de um estado contínuo de estresse. Quando esse estresse se torna persistente e não é adequadamente gerenciado, pode evoluir para um quadro crônico, culminando no desenvolvimento da Síndrome de Burnout (Lima et al., 2023).

Diante desse contexto, observa-se que as causas do Burnout na enfermagem são multifatoriais e estão diretamente relacionadas tanto às condições organizacionais quanto aos aspectos emocionais do exercício profissional. Suas consequências ultrapassam o âmbito individual, afetando também a qualidade da assistência em saúde, o funcionamento das instituições e a segurança do paciente, o que reforça a necessidade de maior atenção e intervenção frente a esse problema.

2.4 Aspectos conceituais do suicídio

O suicídio é compreendido como um fenômeno complexo, multifacetado e de etiologia multifatorial, envolvendo uma ampla interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. De acordo com o Ministério da Saúde, os elementos associados ao comportamento suicida podem ser classificados em fatores distais, como experiências adversas na infância, predisposições genéticas e influências culturais, e fatores proximais, como vivências traumáticas recentes, crises emocionais e o uso abusivo de substâncias psicoativas. Além disso, destaca-se que o suicídio deve ser entendido como uma experiência

subjetiva e individual, frequentemente marcada por ambivalência, na qual coexistem o desejo de cessar o sofrimento e a necessidade de ser acolhido e ajudado. Ressalta-se ainda a forte associação entre transtornos mentais e comportamento suicida, presente em grande parte dos casos.

Sob uma perspectiva etimológica e conceitual, o termo suicídio surgiu no século XVIII, derivado do latim *sui* (de si mesmo) e *caedere* (matar), indicando o ato de tirar a própria vida. Tal conceito aponta para a compreensão do suicídio como uma tentativa de fuga de um sofrimento psíquico intenso e insuportável, não devendo ser interpretado como ato de coragem ou covardia, mas sim como expressão de desespero diante de uma dor emocional profunda (Pense; Sena, 2020).

Além disso, o suicídio caracteriza-se como uma ação intencional e voluntária, geralmente precedida por um processo que envolve ideação, planejamento e tentativa. Nesse sentido, o comportamento suicida não deve ser analisado de forma simplista, mas sim como resultado de um conjunto de fatores que se acumulam ao longo do tempo, exigindo uma abordagem sensível, ética e multidisciplinar para sua compreensão e prevenção.

2.5 Prevenção do suicídio em profissionais da enfermagem

A prevenção do suicídio entre profissionais de enfermagem demanda uma abordagem sistemática e contínua, voltada principalmente para a identificação precoce de fatores de risco e para o fortalecimento das redes de apoio à saúde mental. Nesse contexto, a avaliação e o rastreio periódico das condições psicológicas desses profissionais configuram-se como estratégias essenciais, permitindo a detecção antecipada de sinais de sofrimento psíquico. A partir dessa identificação, torna-se possível o encaminhamento adequado para serviços especializados, evitando a progressão dos sintomas e contribuindo para a prevenção da ideação suicida e do suicídio (Vargas et al., 2023).

No âmbito organizacional, destaca-se a necessidade de implementação de ações preventivas estruturadas, que envolvam a contratação e o treinamento de equipes especializadas para a identificação e acompanhamento de demandas psicossociais no ambiente de trabalho. Tais ações podem ser organizadas em diferentes níveis de prevenção: primária, voltada à resolução imediata de conflitos e melhoria das condições laborais; secundária, relacionada à identificação precoce das causas do sofrimento; e terciária, direcionada à intervenção e reabilitação dos profissionais já adoecidos. Além disso, a adoção de ferramentas de gestão, como o ciclo PDCA (Planejar, Fazer, Checar e Agir), contribui para o monitoramento contínuo das condições de trabalho e para a implementação de protocolos

institucionais que favoreçam um ambiente organizacional mais saudável, com participação ativa dos trabalhadores (Corsi et al., 2020).

Ademais, a prevenção do suicídio deve ser compreendida como um processo complexo, que envolve múltiplas dimensões, incluindo fatores sociais, culturais, emocionais e políticos. Nesse sentido, a existência de políticas públicas eficazes voltadas à promoção da saúde mental e ao cuidado integral dos profissionais de saúde desempenha papel fundamental na redução das taxas de mortalidade por suicídio. Evidências científicas demonstram que a consolidação dessas políticas, aliada à ampliação do acesso aos serviços de saúde mental, contribui significativamente para a proteção e o bem-estar dos profissionais de enfermagem (Silva Junior et al., 2023).

Dessa forma, torna-se evidente que a prevenção do suicídio nessa categoria profissional exige a articulação entre ações individuais, institucionais e governamentais, com foco na promoção da saúde mental, na valorização profissional e na construção de ambientes de trabalho mais seguros e acolhedores.

3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo revisão integrativa da literatura. Segundo Minayo 2014, a pesquisa qualitativa trabalha com o universo dos significados, esse método possibilita a análise, síntese e sistematização de resultados de estudos já publicados acerca da Síndrome de Burnout e dos riscos de suicídio entre profissionais de enfermagem, permitindo uma compreensão ampla e aprofundada da temática. A abordagem qualitativa foi adotada com o intuito de compreender as percepções e experiências desses profissionais diante do esgotamento físico e emocional decorrente das condições de trabalho, contribuindo, assim, para a construção de um panorama teórico que auxilie na elaboração de estratégias voltadas à promoção da saúde mental e à prevenção do suicídio nessa categoria.

A pesquisa foi realizada por meio de levantamento em bases de dados eletrônicas de relevância na área da saúde, como Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), PubMed e sites institucionais. A escolha dessas bases se justifica pela confiabilidade e pela disponibilidade de estudos atualizados relacionados à saúde mental, à Síndrome de Burnout e aos riscos de suicídio na enfermagem.

A população do estudo foi composta por produções científicas disponíveis nessas bases de dados, abrangendo artigos publicados no período de 2020 a 2026. A amostra foi

definida de forma intencional, sendo constituída por estudos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, formando um conjunto representativo de publicações pertinentes ao tema.

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos publicados entre 2020 e 2026, que abordassem a saúde mental, a Síndrome de Burnout, os riscos de suicídio e os profissionais de enfermagem, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol, e com texto completo acessível. Foram excluídos artigos duplicados, publicações anteriores a 2020, estudos que não estivessem diretamente relacionados à temática proposta e trabalhos com dados insuficientes ou que não apresentassem resultados relacionados aos fatores de risco e à prevalência.

A coleta de dados foi realizada por meio de busca sistematizada nas bases selecionadas, utilizando os descritores “Síndrome de Burnout”, “Enfermagem”, “Saúde Mental” e “Suicídio”, combinados com o operador booleano AND, a fim de refinar os resultados. O processo de seleção ocorreu em etapas, incluindo a leitura dos títulos, análise dos resumos, verificação do ano de publicação e leitura completa dos artigos que atenderam aos critérios estabelecidos.

Para a organização das informações, foi utilizado como instrumento de coleta de dados uma tabela elaborada pelos pesquisadores, contendo campos como referência completa do estudo, objetivo, tipo de pesquisa, principais resultados e ano de publicação. Esse instrumento permitiu a padronização e sistematização dos dados, facilitando a análise.

A análise dos dados foi realizada de forma qualitativa, com base na interpretação do conteúdo dos estudos selecionados. Os dados foram organizados em categorias temáticas, como fatores associados à Síndrome de Burnout, riscos e sinais de ideação suicida e estratégias de prevenção e promoção da saúde mental entre profissionais de enfermagem, possibilitando uma análise crítica e reflexiva dos achados.

Por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, foram respeitados os princípios éticos da pesquisa científica, assegurando a correta citação das fontes, o uso de dados de domínio público e o respeito à integridade intelectual dos autores analisados.

4 RESULTADOS

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos, realizou-se a seleção dos estudos que compuseram a amostra final desta pesquisa. O processo de busca ocorreu nas bases de dados SciELO, LILACS, BDENF e PubMed, utilizando

descritores relacionados à Síndrome de Burnout, risco de suicídio e profissionais de enfermagem. Inicialmente, foram encontrados 128 artigos potencialmente relevantes. Após a remoção dos estudos duplicados e a realização da primeira leitura dos títulos e resumos, 84 artigos foram excluídos por não atenderem aos objetivos da pesquisa e aos critérios estabelecidos. Assim, 44 estudos seguiram para leitura na íntegra. Ao final da análise completa, 8 artigos foram selecionados para compor a amostra final desta revisão.

Ao final desse processo metodológico, foram selecionados os estudos que atenderam aos objetivos propostos e responderam à questão norteadora da pesquisa. Os artigos incluídos possibilitaram identificar evidências importantes acerca da relação entre a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio entre profissionais de enfermagem, destacando fatores ocupacionais, emocionais e institucionais envolvidos nesse contexto.

A seguir, apresenta-se a tabela referente ao processo de seleção dos artigos nas bases de dados, demonstrando de forma sistematizada como se constituiu a amostra final analisada neste estudo.

Tabela 1 - Síntese dos principais estudos analisados

Autor/Ano	Objetivo do Estudo	Tipo de Estudo	Principais Resultados
Freire et al. (2020)	Identificar fatores associados ao risco de suicídio em profissionais de saúde	Estudo transversal	Elevada prevalência de sintomas depressivos e associação com fatores ocupacionais
Aldrighi; Jardim (2025)	Avaliar o risco de suicídio em enfermeiros	Estudo transversal	Identificação de altos níveis de risco relacionados ao ambiente hospitalar
Correia et al. (2020)	Analisar a atenção psicossocial ao comportamento suicida	Estudo qualitativo	Necessidade de fortalecimento da rede de apoio em saúde mental
Bertussi et al. (2024)	Investigar a relação entre risco de suicídio e segurança do paciente	Estudo analítico	Associação entre sofrimento psíquico e desempenho profissional
Colichi et al. (2023)	Avaliar burnout e fatores associados durante a pandemia	Estudo quantitativo	Aumento do burnout relacionado à COVID-19 e insegurança alimentar

Autor/Ano	Objetivo do Estudo	Tipo de Estudo	Principais Resultados
Rezer; Faustino (2022)	Comparar burnout antes e Durante a pandemia	Estudo Comparativo	Crescimento significativo dos casos durante a pandemia
Carvalho et al. (2021)	Analisar burnout em profissionais da saúde	Estudo descritivo	Alta prevalência de exaustão emocional e desmotivação
Corrêa et al. (2023)	Identificar fatores de risco para ideação suicida	Estudo transversal	Relação direta entre condições de trabalho e sofrimento mental

Fonte: Elaborado pela autora (2026)

5 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidenciou que a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio entre profissionais de enfermagem estão diretamente relacionados a fatores ocupacionais, emocionais e organizacionais, sendo considerados problemas relevantes no contexto da saúde pública e do trabalho em saúde. Tal constatação reforça a necessidade de compreender o ambiente laboral como espaço determinante para a manutenção ou comprometimento da saúde mental desses trabalhadores.

Os achados demonstram que a prevalência de sofrimento psíquico entre profissionais de enfermagem é significativamente elevada, sobretudo em decorrência das condições de trabalho adversas. Fatores como sobrecarga laboral, jornadas extensas, déficit de recursos humanos, conflitos interpessoais, baixa autonomia profissional e insegurança no exercício das atividades contribuem para o desenvolvimento de sintomas depressivos, ansiedade, irritabilidade e aumento do risco de suicídio (Freire et al., 2020; Corrêa et al., 2023). Esses aspectos reforçam a compreensão de que o ambiente de trabalho exerce papel determinante no adoecimento mental desses profissionais, especialmente em instituições marcadas por alta demanda assistencial e escassez de suporte organizacional.

Além disso, a enfermagem apresenta características laborais específicas que ampliam sua vulnerabilidade ao esgotamento emocional. O contato constante com a dor, o sofrimento, a terminalidade e a morte exige grande investimento afetivo e psicológico por parte desses trabalhadores. Muitas vezes, o profissional precisa manter postura técnica e equilíbrio emocional mesmo diante de situações extremamente desgastantes, o que favorece o acúmulo

de tensões e desgaste psíquico ao longo do tempo. Quando não há espaços institucionais de escuta e acolhimento, esse sofrimento tende a se intensificar.

Nesse sentido, estudos apontam que o risco de suicídio na enfermagem está associado não apenas a fatores individuais, mas também às condições institucionais e organizacionais. A exposição contínua a situações de estresse, aliada à precarização das condições de trabalho, vínculos empregatícios instáveis, remuneração insuficiente e ausência de reconhecimento profissional, favorece o desenvolvimento de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, características centrais da Síndrome de Burnout (Carvalho et al., 2021; Perniciotti et al., 2020). Assim, torna-se evidente que o Burnout ultrapassa a dimensão individual, configurando-se como reflexo de problemas estruturais presentes nos serviços de saúde.

Adicionalmente, a pandemia da COVID-19 intensificou significativamente esses fatores de risco, ampliando os níveis de estresse, ansiedade e esgotamento entre os profissionais de saúde. A sobrecarga assistencial, o medo de contaminação, a escassez de equipamentos de proteção individual, as mudanças rápidas nos protocolos e o contato frequente com a morte contribuíram para o agravamento do Burnout, evidenciando o impacto de eventos críticos na saúde mental dos trabalhadores (Colichi et al., 2023; Rezer; Faustino, 2022; Silva et al., 2025). Mesmo após o período mais crítico da pandemia, muitos profissionais permaneceram com sequelas emocionais importantes, demonstrando que os efeitos desse contexto ainda repercutem no cotidiano laboral.

A literatura também evidencia uma relação consistente entre Burnout e comportamento suicida, indicando que profissionais com altos níveis de exaustão emocional apresentam maior propensão à ideação suicida, desesperança e sentimentos de incapacidade. Esse quadro é agravado quando há ausência de suporte psicológico e institucional adequado, o que dificulta o enfrentamento do sofrimento psíquico e favorece o silêncio diante do adoecimento mental (Bertussi et al., 2024; Lima et al., 2023). Em muitos casos, o medo do julgamento, do estigma e de repercussões profissionais impede a busca por ajuda especializada.

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de fortalecimento da atenção psicossocial no contexto da saúde. A organização de serviços em rede, com foco na escuta qualificada, acolhimento, acompanhamento multiprofissional e encaminhamento oportuno, mostra-se essencial para a prevenção do suicídio e para o cuidado integral da saúde mental (Correia et al., 2020). Além disso, a implementação de ações de vigilância em saúde do trabalhador e a adoção de estratégias de monitoramento contínuo podem contribuir para a

identificação precoce de fatores de risco e para a redução dos agravos relacionados ao trabalho (Corsi et al., 2020).

Nesse contexto, as estratégias preventivas devem contemplar tanto intervenções individuais quanto organizacionais. Programas de promoção da saúde mental, capacitação das equipes, incentivo ao autocuidado, fortalecimento da liderança, melhoria da comunicação institucional, dimensionamento adequado de pessoal e valorização profissional são fundamentais para minimizar os impactos do Burnout e reduzir o risco de suicídio (Vargas et al., 2023; Silva Junior et al., 2023). Tais medidas devem ser permanentes e incorporadas à cultura organizacional das instituições de saúde.

Também se destaca a importância de ações educativas voltadas à redução do estigma relacionado ao sofrimento mental entre profissionais de enfermagem. Reconhecer que trabalhadores da saúde também adoecem emocionalmente é passo essencial para ampliar o acesso ao cuidado e fortalecer redes de apoio dentro e fora do ambiente laboral. A criação de espaços seguros para diálogo e apoio entre equipes pode favorecer vínculos mais saudáveis e maior percepção de pertencimento institucional.

Por fim, destaca-se que o suicídio deve ser compreendido como um fenômeno complexo e multifatorial, associado a fatores biopsicossociais e ao contexto de vida e trabalho dos indivíduos. A presença de sofrimento psíquico intenso, muitas vezes relacionado ao ambiente laboral, reforça a necessidade de ações integradas e contínuas para sua prevenção (Ministério da Saúde, 2021; Penso; Sena, 2020). Dessa forma, não se trata apenas de responsabilidade individual, mas de compromisso coletivo envolvendo gestores, instituições, equipes e políticas públicas.

Dessa forma, os resultados discutidos evidenciam que a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio na enfermagem são problemas interligados, que exigem atenção prioritária por parte das instituições de saúde, gestores e políticas públicas, visando à promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis, condições laborais dignas e proteção efetiva da saúde mental desses profissionais.

6 CONCLUSÃO

A presente pesquisa possibilitou compreender que a Síndrome de Burnout e o risco de suicídio entre profissionais de enfermagem constituem problemas relevantes e interligados, diretamente associados às condições de trabalho e ao sofrimento psíquico vivenciado por esses trabalhadores. A análise dos estudos demonstrou que fatores como sobrecarga laboral, jornadas extensas, déficit de profissionais, baixa valorização, pressão constante, exposição

continua à dor e à morte, além da ausência de suporte institucional, favorecem o adoecimento mental e aumentam a vulnerabilidade ao comportamento suicida.

Observou-se que a enfermagem se encontra entre as categorias profissionais mais expostas ao estresse ocupacional, em razão das particularidades inerentes ao exercício da profissão e da elevada responsabilidade assistencial. Nesse contexto, o Burnout manifesta-se por meio da exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, comprometendo não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada aos pacientes e o funcionamento das instituições de saúde.

Os resultados também evidenciaram que a pandemia da COVID-19 agravou significativamente esse cenário, intensificando sintomas de ansiedade, depressão e esgotamento emocional. A crise sanitária expôs fragilidades estruturais já existentes nos serviços de saúde e reforçou a necessidade de investimentos contínuos na proteção e valorização dos profissionais de enfermagem.

Conclui-se, portanto, que a prevenção da Síndrome de Burnout e do risco de suicídio exige ações integradas que envolvam trabalhadores, gestores e políticas públicas. Torna-se indispensável a implementação de estratégias voltadas à promoção da saúde mental, oferta de apoio psicológico, melhoria das condições de trabalho, dimensionamento adequado de pessoal, valorização profissional e fortalecimento de ambientes laborais saudáveis.

Ademais, destaca-se a importância da identificação precoce dos sinais de sofrimento psíquico, bem como da criação de espaços institucionais de escuta e acolhimento, capazes de reduzir o estigma relacionado ao adoecimento mental entre profissionais da saúde. Tais medidas podem contribuir para a prevenção de agravos mais graves e para a construção de uma cultura organizacional baseada no cuidado também com quem cuida.

Por fim, ressalta-se a necessidade de novas pesquisas sobre a temática, especialmente no contexto brasileiro, a fim de ampliar a produção científica e subsidiar intervenções cada vez mais eficazes. Espera-se que este estudo contribua para reflexões e ações concretas voltadas à proteção da saúde mental da equipe de enfermagem e à prevenção do suicídio nessa população.

REFERÊNCIAS

ALDRIGHI, Laíne Bertinetti; JARDIM, Vanda Maria da Rosa. **Risco de suicídio em profissionais de enfermagem**: um estudo transversal em hospitais universitários no extremo sul do Brasil. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 50, n. 170, e23, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/pCWXKLPZr3bVttKbWn8QBcb/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

BERTUSSI, Vanessa Cristina; FERREIRA, Lúcia Aparecida; PEREIRA, Lorryne Sousa; SANTANA, Lucas Carvalho; JUNQUEIRA, Marcelle Aparecida de Barros. **Risco de suicídio na enfermagem e sua relação com atitudes de segurança do paciente**. *Cogitare Enfermagem*, Curitiba, PR, v. 29, e94834, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/zzKbSnK6YBXdCMpLJKM6qFG/?lang=pt>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

CARRO, Ana Carolina; NUNES, Rodrigo Dias. **Ideação suicida como fator associado à síndrome de burnout em estudantes de Medicina**. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, São Paulo, v. 70, n. 2, p. 91-98, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/NqqrmgfvSp8TcYtGJWQ96CL/?lang=pt>. Acesso em 27 de setembro de 2025.

CARVALHO, Dayara de Nazaré Rosa de; AGUIAR, Viviane Ferraz Ferreira de; COSTA, Rafael Everton Assunção Ribeiro da; NEVES, Lorena Nayara Alves; SOUZA, Monique Lindsay Silva de; NOGUEIRA, Maicon de Araújo; FEITOSA, Elisa da Silva; ORLANDI, Fabiana de Souza; PEIXOTO, Ivonete Vieira Pereira. **Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19**. *Revista Científica de Enfermagem (Recien)*, Belém, PA, v. 5, n. 2, 2021. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/523/542>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

COLICHI, Rosana Maria Barreto; BERNARDO, Larissa Cassiano; BAPTISTA, Simone Cristina Paixão Dias; FONSECA, Alan Francisco; WEBER, Silke Anna Theresa; LIMA, Silvana Andrea Molina. **Burnout, COVID-19, apoio social e insegurança alimentar em trabalhadores da saúde**. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 36, n. 2, eAPE03725, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/v9TLqZDFPQwZ5XLJCBdpSYd/?lang=pt>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM (COFEN). **Burnout**: síndrome passa a integrar lista de doenças ocupacionais pela OMS. Cofen, Brasília, 20 jan. 2025. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/burnout-sindrome-passa-a-integrar-lista-de-doencas-ocupacionais-pela-oms/>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

CORRÊA, Kariciele Cristina; JUNQUEIRA, Marcelle Aparecida de Barros; ALVES, Helenitta Melo da Silva; ARAÚJO, Lúcio Borges de; SANTOS, Ana Luiza Vieira Loiola; OLIVEIRA, Michelle Pinheiro de; OLIVEIRA, Simonia Mara de. **Fatores de risco para ideação suicida: estudo com profissionais de enfermagem**. *Research, Society and*

Development, v. 12, n. 5, 2023. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/41597>. Acesso em 27 de setembro de 2025.

CORREIA, Cíntia Mesquita; ANDRADE, Isabela Carlyne Sena de; GOMES, Nadirlene Pereira; RODRIGUES, Gilmar Ribeiro dos Santos; CUNHA, Kamylla Santos da; DINIZ, Normélia Maria Freire. **Atenção psicossocial às pessoas com comportamento suicida na perspectiva de usuários e profissionais de saúde**. Revista Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 54, ed. e03643, 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/mkX3GWtwDMbKRhsTMWXfgVm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

CORSI, Carlos Alexandre Curylofo; ASSUNÇÃO-LUIZ, Alan Vinicius; CINTRA, Álefe Saloum; PITTA, Natássia Condilo; PASCHOAL, Ana Cláudia da Silva; QUEIROZ, Talita Silva; FLÓRIA-SANTOS, Milena. **Vigilância em saúde do trabalhador: o suicídio relacionado ao trabalho**. SMAD – Revista Eletrônica Saúde Mental, Álcool e Drogas, v. 16, n. 4, p. 133-143, 2020. Disponível em:
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1806-69762020000400016&script=sci_arttext. Acesso em 27 de setembro de 2025.

FREIRE, Fernanda de Oliveira; MARCON, Samira Reschetti; ESPINOSA, Mariano Martínez; SANTOS, Hugo Gedeon Barros dos; KOGIEN, Moisés; LIMA, Nathalie Vilma Pollo de; FARIA, Jesiele Spindler. **Fatores associados ao risco de suicídio entre enfermeiros e médicos: estudo transversal**. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 73, n. 1, 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reben/a/vnHK3kzz8YFqmmwhgfsj57J/?lang=en>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

LIMA, Thaís Sousa Mendes de; SILVA, Maria Jéssica Romas da; FRANÇA, Nayra Karolini Almeida de; NUNES, Ronaldo Lima. **Suicídio em profissionais de enfermagem e seus principais fatores**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação (REASE), v. 9, n. 9, p. 1206-1217, out. 2023. Disponível em:
<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10701>. Acesso em 27 de setembro de 2025.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. Rio de Janeiro: Hucitec, 2014.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). **Boletim Epidemiológico SVS nº 33: Mortalidade por suicídio e notificações de lesões autoprovocadas no Brasil**. Brasília, DF: Secretaria de Vigilância em Saúde, 2021. Disponível em:
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2021/boletim_epidemiologico_svs_33_final.pdf. Acesso em 27 de setembro de 2025.

PENSO, Maria Aparecida; SENA, Denise Pereira Alves de. **A desesperança do jovem e o suicídio como solução**. Sociedade e Estado, [S. l.], v. 35, n. 01, p. 61–81, 2020. DOI: 10.1590/s0102-6992-202035010004. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/se/a/rLfXhwgd7qgpBzMSrjwFXmj/?format=html&lang=pt>. Acesso em 28 de setembro de 2025.

PERNICIOTTI, Patrícia; SERRANO JÚNIOR, Carlos Vicente; GUARITA, Regina Vidigal; MORALES, Rosana Junqueira; ROMANO, Bellkiss Wilma. **Síndrome de Burnout nos**

profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Revista da SBPH, São Paulo, v. 23, n. 1, jan./jun. 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005. Acesso em 27 de setembro de 2025.

REISER, Milene Negri; LOHN, Arilene; CUNHA, Viviane Pecini da; LANZONI, Gabriela Marcellino de Melo. **Comportamento suicida entre profissionais de enfermagem na pandemia de COVID-19: revisão integrativa da literatura.** Rio de Janeiro, ago. 2025. Disponível em: <https://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/comportamento-suicida-entre-profissionais-de-enfermagem-na-pandemia-de-covid19-revisao-integrativa-da-literatura/19749>. Acesso em 27 de setembro de 2025.

REZER, Fabiana; FAUSTINO, Wladimir Rodrigues. **Síndrome de burnout em enfermeiros antes e durante a pandemia da COVID-19.** Journal Health NPEPS, [S.l.], v. 7, n. 2, e6193, jul.-dez. 2022. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/03/1418193/art4-sindromedeburnoutemenfermeirosanteseduranteapandemiadacovid-19.pdf>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

SILVA JUNIOR, Agnelo Pereira da; SILVA JÚNIOR, Fernando José Guedes da; SALES, Jaqueline Carvalho e Silva; MONTEIRO, Claudete Ferreira de Souza; MIRANDA, Priscilla Ingrid Gomes. **Estratégias para prevenção e posvenção do suicídio em tempos de pandemia de Covid-19.** Interface – Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 27, p. e230181, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/gfk7C5xrWfkN9bRVD8hgdRb/?lang=pt>. Acesso em 27 de setembro de 2025.

SILVA, Alexa Richeli dos Santos; SILVA, Chayrisllane Ferreira; FREITAS, Rosa Caroline Matos Vercosa de. **Fatores de risco da síndrome de burnout em enfermeiros que atuam na unidade de terapia intensiva: revisão integrativa.** Revista JRG de Estudos Acadêmicos, v. 2, n. 1, p. 1-10, 2025. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/1503/1248>. Acesso em: 27 de setembro de 2025.

SILVA, Ana Clara Ramos; MOURO, Maria Fernanda; OLIVEIRA, Jordão Ribeiro; LOBO, Elisa Galhardo Guimarães; DINIZ, Nicolly Alvez; CASTILHO, Leonardo Oliveira; QUEIROZ, Luiz Felipe Elias de; AGUIAR, Brunna Ferreira. **Os efeitos da Síndrome de Burnout pós-pandemia nos profissionais da saúde.** Journal of Medical and Biological Research, São Paulo, v. 2025, p. 1-10, 2025. Disponível em: <https://journalmbr.com.br/index.php/jmbr/article/view/453/364>. Acesso em 26 de setembro de 2025.

VARGAS, Divane de; LIMA, Ana Vitória Corrêa; SILVA FILHO, José Adelmo da; OLIVEIRA, Sheila Ramos de; AGUILAR, Thiago Faustino; PEREIRA, Caroline Figueira. **Estratégias preventivas ao suicídio para equipe de enfermagem na pandemia da COVID-19: uma revisão de escopo.** Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo, v. 36, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/bYvSp6Z4mSx6QSf3Tyb69KK/?lang=pt>. Acesso em 27 de setembro de 2025.