

QUALIDADE DE VIDA E RISCO PARA A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Maria Cecília Carlos do Nascimento¹
Mariana Cândida Diniz Barbosa¹
Juliana Macedo Melo Andrade¹
Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹

RESUMO

Introdução: Profissionais de enfermagem estão expostos a condições de trabalho desgastantes, o que aumenta o risco de desenvolvimento da síndrome de Burnout, afetando sua saúde física, mental e qualidade de vida (QV). **Objetivo:** Avaliar a relação entre qualidade de vida e dimensões da síndrome de Burnout em enfermeiros atuantes em serviços de urgência e emergência. **Materiais e Métodos:** Estudo transversal com 55 profissionais de enfermagem em Anápolis, Goiás, em 2025. Foram utilizados os instrumentos Maslach Burnout Inventory (MBI) e WHOQOL-BREF para mensurar, respectivamente, Burnout e qualidade de vida. Os dados foram analisados descritivamente e por associações estatísticas ($p < 0,05$). **Resultados:** Predominaram níveis altos e moderados de exaustão emocional e despersonalização, e baixos de realização pessoal. Observou-se associação significativa entre percepção de qualidade de vida e exaustão emocional ($p = 0,043$), indicando que menor QV está relacionada a maior risco de Burnout. **Conclusão:** A qualidade de vida influencia diretamente a exaustão emocional, reforçando a necessidade de estratégias institucionais e individuais para promoção da saúde e prevenção do Burnout.

Palavras-chave: Enfermagem; Qualidade de vida; Síndrome de Burnout.

INTRODUÇÃO

A qualidade de vida e o bem-estar dos profissionais de enfermagem são fundamentais não apenas para a saúde individual, mas também para a eficácia, segurança e qualidade dos serviços de saúde (Nascimento et al., 2021; Ferreira et al., 2025). Nos serviços de urgência e emergência, caracterizados por alta demanda, imprevisibilidade e situações críticas, os profissionais enfrentam desafios que afetam significativamente sua saúde física, emocional e mental (Faustino et al., 2025).

Entre os fatores de risco destaca-se a síndrome de Burnout, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, frequentemente presente em trabalhadores expostos a altas cargas de trabalho e contato constante com sofrimento humano (Neves et al., 2021). A literatura aponta que a percepção de qualidade de vida atua como fator protetor, influenciada por condições laborais, suporte organizacional, recursos pessoais e estratégias de enfrentamento (Zanata et al., 2025).

Anápolis, no Centro-Oeste brasileiro, possui uma rede estruturada de Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) e do SAMU, onde os profissionais de enfermagem lidam diariamente com demandas complexas e decisões rápidas, aumentando o estresse ocupacional e impactando a qualidade de vida (Ferreira et al., 2025). Este estudo visa avaliar a relação entre qualidade de vida e dimensões da síndrome de Burnout entre esses profissionais, oferecendo subsídios para estratégias preventivas e interventivas, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis e impactando positivamente tanto os profissionais quanto os pacientes atendidos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal e descritivo (Hernán et al., 2004). A pesquisa foi conduzida na UPA Pediátrica e no SAMU, reconhecidas como referências em atendimentos de urgência e emergência. A população-alvo incluiu enfermeiros e técnicos de enfermagem em atividade; estagiários e profissionais afastados foram excluídos. A amostra final consistiu em 55 participantes, previamente informados sobre confidencialidade e anonimato, que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A coleta ocorreu entre fevereiro e junho de 2025 em ambientes reservados. A avaliação da qualidade de vida foi realizada pelo WHOQOL-BREF, que mensura domínios físico, psicológico, social e ambiental, enquanto a síndrome de Burnout foi avaliada pelo Maslach Burnout Inventory (MBI), abrangendo as dimensões exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. A análise estatística buscou identificar associações entre os escores de QV e as dimensões de Burnout.

Os dados foram digitados em Excel® com dupla verificação e analisados no Stata® 17.0, utilizando estatísticas descritivas, testes não paramétricos (Kruskal-Wallis, Mann-Whitney) e teste exato de Fisher para associações, com significância de 5%. O estudo seguiu a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UniEVANGÉLICA (Parecer nº 7.322.441).

RESULTADOS

A avaliação da qualidade de vida (QV) dos profissionais de enfermagem revelou percepção majoritariamente positiva nos domínios físico, psicológico, relações

sociais e meio ambiente (acima de 95%), enquanto a percepção geral foi considerada boa por 45,5% dos participantes. A satisfação individual apresentou distribuição mais heterogênea, indicando que a experiência subjetiva do trabalho e da vida pessoal pode não ser totalmente captada apenas por avaliações segmentadas (Vieira et al., 2021; Gómez-Urquiza et al., 2017).

Observou-se associação significativa entre percepção de QV e exaustão emocional ($p = 0,043$), evidenciando que percepções menos favoráveis de QV se relacionam a níveis mais elevados de desgaste emocional, reforçando a exaustão como fator central no desenvolvimento do Burnout (Khatatbeh et al., 2022). Profissionais com menor percepção de QV apresentam maior vulnerabilidade a sintomas ansiosos e depressivos, fadiga crônica e menor resiliência frente a estressores ocupacionais (Vargas-Benítez et al., 2023).

As demais variáveis da QV não apresentaram associação estatisticamente significativa com as dimensões de Burnout ($p > 0,05$), sugerindo que a relação entre QV e Burnout é mediada principalmente pela exaustão emocional. Esse achado reforça a importância de intervenções organizacionais que promovam equilíbrio entre demandas e recursos laborais, favorecendo percepção positiva de QV e redução do risco de Burnout (Lei et al., 2022).

O perfil observado evidencia que, mesmo com percepção global de QV adequada, os profissionais de enfermagem apresentam disposição significativa para Burnout, indicando que condições organizacionais precárias e falta de suporte institucional repercutem negativamente na saúde física e mental, comprometendo a qualidade do cuidado prestado. Estratégias institucionais de promoção da saúde, como programas de prevenção de Burnout, incentivo à resiliência, acompanhamento psicológico e medidas de equilíbrio entre demandas e recursos laborais, são fundamentais para minimizar impactos negativos sobre o bem-estar profissional (Khatatbeh et al., 2022; Othman et al., 2024).

CONCLUSÃO

O presente estudo evidencia que a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem está diretamente relacionada à exaustão emocional, principal dimensão da síndrome de Burnout. Profissionais com percepção mais negativa de QV apresentam maior vulnerabilidade ao desgaste físico, cognitivo e psicológico,

comprometendo tanto o bem-estar pessoal quanto a qualidade do cuidado prestado. Esses achados reforçam a importância de estratégias institucionais e individuais que promovam o equilíbrio entre demandas e recursos laborais, ofereçam suporte psicossocial, valorizem o profissional e incentivem ações de promoção da saúde. A implementação dessas medidas é fundamental para reduzir o risco de Burnout e favorecer a saúde integral da equipe de enfermagem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FAUSTINO W. R.; et al. Síndrome de Burnout em Enfermeiros dos Serviços de Urgência e Emergência. **Nursing Edição Brasileira**, v. 29, n. 321, p. 10587–10594, 2025. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3323/4102>.

Acesso em: 20 ago. 2025.

FERREIRA F. C. R.; et al. Estresse ocupacional e Síndrome de Burnout em enfermeiros de unidades de emergência. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 25, p. e18898, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e18898.2025>. Acesso em: 20 ago. 2025.

HERNÁN, M. A.; HERNÁNDEZ-DÍAZ, S.; ROBINS, J. M. A structural approach to selection bias. **Epidemiology**, v. 15, n. 5, p. 615–625, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1097/01.ede.0000135174.63482.43>. Acesso em: 11.set.2025.

GÓMEZ-URQUIZA, J. L.; et al. Prevalence of Burnout Syndrome in Emergency Nurses: a meta-analysis. **crit care nurse**. 2017, v. 37, n. 5, e1-e9. doi: 10.4037/ccn2017508. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28966203/>. Acesso em: 06.set.2025.

KHATATBEH, H.; et al. Nurses' burnout and quality of life: a systematic review and critical analysis of measures used. **Nurs Open**. 2022 v. 9, n. 3, p.1564-1574. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8994939/>. Acesso em: 06.set.2025.

LEI, L.-P.; LIN, K.-P.; HUANG, S.-S.; TUNG, H.-H.; TSAI, J.-M.; TSAY, S.-L. O impacto do comprometimento organizacional e do estilo de liderança na satisfação profissional de enfermeiros em práticas de cuidados intensivos. **Journal of Nursing**

Management, v. 30, n. 3, p. 651-659, 2022. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jonm.13562>. Acesso em: 10.set.2025

NASCIMENTO, R. dos S.; et al. Bem-estar mental de enfermeiros em um hospital de urgência e emergência. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 17, n. 2, p. 34-443, jun. 2021. Disponível em <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.159664>. Acesso em: 20 ago. 2025.

NEVES, N. C. DA S.; ARAÚJO, A. J. A.; NOGUEIRA, G. F.; SOUZA, T. A. A. D. Fatores associados à síndrome de burnout em enfermeiros dos serviços de urgência e emergência. **Revista Multidisciplinar Em Saúde**, v. 2, n. 4, p.191. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.51161/remss/2628>. Acesso em: 20 ago. 2025.

OTHMAN, M. I.; KHALIFEH, A.; OWEIDAT, I.; NASHWAN, A. J. The Relationship between Emotional Intelligence, Job Satisfaction, and Organizational Commitment among First-Line Nurse Managers in Qatar. **J Nurs Manag.** 2024, v. 25. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11918854/>. Acesso em: 06.set.2025.

VARGAS-BENÍTEZ, M. Á.; et al. Burnout syndrome and work engagement in nursing staff: a systematic review and meta-analysis. **Front Med (Lausanne)**. 2023, v.17, n. 10. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37529242/>. Acesso em: 10.set.2025.

VIEIRA, G. C.; et al. Satisfação profissional e qualidade de vida de enfermeiros de um hospital brasileiro. **Avances en Enfermería**. v. 39, n. 1, p. 52–62, 2021. V. 39, n. 1. Disponível em: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/85701>. Acesso em: 10.set. 2025.

ZANATTA L. M.; PERAZZOLI de S, A.; CARLA B. D.; BRAUN, L. A.; SANTOS de O. R. Burnout na Enfermagem: Fatores de Risco, Impactos e Estratégias de Enfrentamento. **Nursing Edição Brasileira**, v. 29, n. 320, p. 10461–10468, 2025. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3294>. Acesso em: 20 ago. 2025.