

Burnout e Sobrecarga em Trabalhadoras da Saúde que Maternam: revisão integrativa

**DARYENE SILVEIRA LIMA¹; LÍVIA SILVA PIVA²; EDUARDA HALLAL DUVAL³;
FABIANA LEMOS GOULARTE DUTRA⁴ VANESSA SOARES MENDES
PEDROSO⁵; JULIANE FERNANDES MONKS DA SILVA⁶**

¹Universidade Federal de Pelotas – daryeneenf@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – liviapivamed@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – eduardahd@hotmail.com

⁴ Prefeitura Municipal de Pelotas – fgoularte@hotmail.com

⁵ Prefeitura Municipal de Pelotas – vanessasoaresmendes@gmail.com

⁶ Universidade Federal de Pelotas – julianemonks@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) é um fenômeno psicossocial que se instala de forma gradual, quando o trabalhador é exposto a pressões constantes e demandas elevadas por longos períodos. Esse cenário de sobrecarga compromete o equilíbrio emocional e físico, interferindo no desempenho profissional e na qualidade de vida. A condição é marcada por esgotamento intenso, perda de motivação e sensação de ineficácia, surgindo na maioria das vezes, em ambientes caracterizados por alta exigência e pouca valorização profissional (SANTOS et al., 2016; LIMA, 2016).

Os sintomas associados à SB vão além do cansaço comum do dia a dia. Alteração de humor, irritabilidade, isolamento social, queda da autoestima, dificuldade de concentração e exaustão persistente afetam diretamente a vida pessoal e profissional. Estudos mostram que, embora a síndrome possa atingir qualquer trabalhador, sua prevalência é maior entre mulheres, especialmente em áreas relacionadas ao cuidado, como a enfermagem, nas quais há alta demanda emocional e física (FRANÇA et al., 2014; KOHLS et al., 2016). Esse risco aumenta quando a trabalhadora também exerce a maternagem. A dupla jornada, somada à responsabilidade pelos cuidados domésticos, desigualdade salarial, assédio e barreiras no crescimento profissional, intensifica a sobrecarga física e emocional. No caso das mães solo, essa realidade torna-se mais desafiadora pela ausência de suporte compartilhado, o que amplia a vulnerabilidade a condições como o burnout (APA, 2022; SILVA, 2022).

Compreender os impactos dessa síndrome em trabalhadoras da saúde que maternam é essencial para o desenvolvimento de políticas e estratégias de prevenção. Nesse sentido, o PET-Saúde Equidade, exclusivamente o grupo 5, voltado à promoção de práticas equitativas na maternagem, lactação e climatério, constitui um espaço estratégico para refletir sobre o tema e propor ações.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

O estudo foi desenvolvido a partir de um levantamento bibliográfico com foco na Síndrome de Burnout em mulheres que maternam e atuam profissionalmente, especialmente no contexto da saúde. As buscas foram realizadas nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, escolhidas por sua abrangência e relevância na área da saúde.

Na base BVS, utilizou-se a estratégia de busca com as palavras-chave “trabalhadoras AND burnout”, resultando em 24 artigos. Após a leitura dos títulos

e resumos, verificou-se que apenas 10 atendiam ao tema proposto. Na base PubMed, aplicou-se a estratégia de busca com os termos “health Workers AND burnout AND mothering”, filtrando os resultados para revisões sistemáticas, meta análise e revisões da literatura. Foram encontrados 8 artigos, dos quais 4 abordavam, ao menos parcialmente, o objetivo deste estudo.

Os artigos selecionados foram lidos integralmente e organizados em eixos temáticos, conceito e características da SB, prevalência e diferenças de manifestação entre gêneros, impactos da dupla jornada e maternagem solo, e fatores de risco específicos das trabalhadoras da saúde. Essa sistematização possibilitou identificar elementos relevantes para a compreensão do fenômeno e para subsidiar reflexões sobre estratégias preventivas.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise das revisões sistemáticas evidenciou diferentes dimensões da Síndrome de Burnout (SB) no contexto do trabalho em saúde. O estudo de ROTCHILD e WARD (2022) destacou o esgotamento entre médicos em início de carreira, relacionando-o às pressões do ambiente hospitalar e à ausência de suporte institucional. PELLELY et al. (2016) apontaram que médicas enfrentam desafios específicos relacionados ao equilíbrio entre carreira e maternagem, o que amplia a vulnerabilidade ao burnout. De VRIES et al. (2024), em sua metanálise, identificaram que a intenção de abandonar a profissão esteve fortemente associada ao esgotamento físico e emocional em profissionais da saúde durante a pandemia. MIZUNO-LEWIS e MCALLISTER (2008) ressaltaram o peso da cultura e das normas sociais sobre a experiência de enfermeiras japonesas, evidenciando como fatores externos ao trabalho influenciam diretamente a saúde mental.

Essas conclusões foram complementadas por 10 artigos identificados na BVS, que reforçam a prevalência do burnout em profissionais de saúde, com maior impacto sobre mulheres. Estudos evidenciaram que riscos psicossociais, desigualdades de gênero e condições precárias de trabalho intensificam o desgaste emocional (ANSOLEAGA et al., 2016; GRIEP et al., 2011). Outros trabalhos destacaram a sobrecarga das jornadas e os efeitos negativos sobre o bem-estar (MIRANDA et al., 2011; TALARICO et al., 2021).

De forma convergente, as duas frentes de análise indicam que a SB não é apenas um fenômeno individual, mas um problema organizacional e estrutural, reforçando a necessidade de políticas públicas e institucionais voltadas à redução da sobrecarga, à valorização profissional e ao suporte às mulheres que maternam, especialmente mães solo, no ambiente laboral. Futuras pesquisas podem investigar de forma mais aprofundada a efetividade de intervenções que integrem saúde mental, equidade de gênero e qualidade do trabalho em diferentes contextos da saúde.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). **Burnout and Stress**. 2022. Disponível em: <https://www.apa.org/monitor/2022/01/special-burnout-stress>. Acesso em: 6 ago. 2025.

ANSOLEAGA, E.; DÍAZ, X.; MAURO, A. Associação entre estresse, riscos psicossociais e qualidade do emprego de trabalhadores assalariados chilenos:

uma perspectiva de gênero. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 32, n. 7, e00176814, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00176814>. Acesso em: 15 ago. 2025.

DE VRIES, N.; MANISCALCO, L.; MATRANGA, D.; BOUMAN, J.; DE WINTER, J. P. Determinantes da intenção de sair entre enfermeiros e médicos em ambiente hospitalar durante a pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática e meta-análise. **PLoS One**, 19(3):e0300377, 14 mar. 2024. DOI: 10.1371/journal.pone.0300377. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0300377>. Acesso em: 15 ago. 2025.

DOMINGUEZ ALONSO, J.; LÓPEZ CASTEDO, A.; IGLESIAS VAQUEIRO, E. Prevalencia del síndrome de burnout en personal de centros de menores: diferencias según su contexto sociolaboral. **Acta Colombiana de Psicología**, 20(2), 148-157, 2017. DOI: 10.14718/ACP.2017.20.2.7. Disponível em: <https://doi.org/10.14718/ACP.2017.20.2.7>. Acesso em: 15 ago. 2025.

EIDELWEIN, C. A. D.; TRINDADE, L. L.; BORDIGNON, M. Estresse Ocupacional entre Psicólogos Atuantes na Atenção Primária à Saúde no Contexto Pandêmico. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 44, 1-15, 2024. DOI: 10.1590/1982-3703003259089. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003259089>. Acesso em: 15 ago. 2025.

ESQUIAGOLA-ARANDA, E. A.; DÍAZ-MUJICA, J. Y.; NAGAMINE-MIYASHIRO, M. M.; NEYRA-VILLANUEVA, J. A. Caracterización del impacto del evento en profesionales de la salud. **Revista Vive**, 5(15), 828–840, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i15.191>. Acesso em: 15 ago. 2025.

FRANÇA, T. L. B. et al. **Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção**. **Revista de Enfermagem UFPE Online**, Recife, v. 8, n. 10, p. 3539-3546, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/issue/view/1246>. Acesso em: 6 ago. 2025.

GRIEP, R. H.; ROTENBERG, L.; LANDSBERGIS, P.; VASCONCELLOS-SILVA, P. R. Uso combinado de modelos de estresse no trabalho e a saúde auto-referida na enfermagem. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, n. 1, p. 145-152, fev. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102011000100017>. Acesso em: 15 ago. 2025.

KOLHS, M. et al. **Sentimentos de enfermeiros frente ao paciente oncológico**. **Journal of Health Sciences**, Rio Grande do Sul, v. 18, n. 4, p. 245-250, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.17921/2447-8938.2016v18n4p245-50>. Acesso em: 6 ago. 2025.

LIMA, A. S. **Prevalência e fatores associados à síndrome de Burnout nos profissionais da saúde da atenção primária de Juiz de Fora**. 2016. 139 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023281.09272022>. Acesso em: 6 ago. 2025.

MARQUES, V. S.; CARLOTTO, M. S. Demandas e recursos para predição da síndrome de burnout em psicólogos clínicos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 44, 1-17, 2024. DOI: 10.1590/1982-3703003258953. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003258953>. Acesso em: 15 ago. 2025.

MIRANDA, D. B.; MATÃO, M. E. L.; CAMPOS, P. H. F.; SOARES, J. T.; MOREIRA, K. M. S.; CAMPOS, L. S. Factors leading to stress in the nursing obstetric area. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, 5(4), 901–909, 2011. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/6734>. Acesso em: 15 ago. 2025.

MIZUNO-LEWIS, S.; MCALLISTER, M. Tirar licença do trabalho: o impacto da cultura nas enfermeiras japonesas. **Journal of Clinical Nursing**, 17(2), 274–281, jan. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2006.01855.x>. Acesso em: 15 ago. 2025.

PELLEY, E.; DANOFF, A.; COOPER, D. S.; BECKER, C. Médicas e o Futuro da Endocrinologia. **J Clin Endocrinol Metab**, 101(1), 16-22, jan. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1210/jc.2015-3436>. Acesso em: 15 ago. 2025.

ROTHSCHILD, L.; WARD, C. Esgotamento médico em início de carreira. **Anesthesiol Clin**, 40(2), 315-323, jun. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.anclin.2021.12.003>. Acesso em: 15 ago. 2025.

SANTOS, A. V. S. et al. Sentimentos e dificuldades do familiar do idoso com transtorno mental. **Atas do CIAIQ**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 1060-1069, 2016. Disponível em: https://www.semanticscholar.org/paper/Sentimentos-e-dificuldades-do-familiar-do-idoso-com-Santos-Otani/5e5420db5616cfaacc953748b4c39e6467a6ab44?utm_source=direct_link. Acesso em: 6 ago. 2025.

SILVA, M. E. **Fatores predisponentes à síndrome de Burnout no trabalho em Unidade de Emergência**. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2010. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/10/1121628/monica20evangelista.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2025.

SILVA, R. P. V.; BEIDACKI, C. S.; BOEIRA, L. S. **Burnout e problemas de saúde mental entre profissionais da saúde: uma resposta rápida**. Brasília: Instituto Veredas, 2020. Disponível em: https://www.veredas.org/wordpress/wp-content/uploads/2021/05/63eaa2_edd94b7310d64117b7b01370d71a6159.pdf. Acesso em: 15 ago. 2025.

TALARICO BRUNO, V. H.; DA SILVA BETETO, I.; LEONEL HABIMORAD, P. H.; DE CARVALHO NUNES, H. R.; PAVÃO PATRÍCIO, K. Fatores associados ao bem-estar em profissionais da atenção primária. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, 34, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/18061230.2021.11878>. Acesso em: 15 ago. 2025.