

FACULDADE NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ

IASMIN FERNANDES DE LIMA DE OLIVEIRA

**SÍNDROME DE BURNOUT NA REALIDADE DOS ENFERMEIROS NA
PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

MOSSORÓ/ RN

2021

IASMIN FERNANDES DE LIMA DE OLIVEIRA

**SÍNDROME DE BURNOUT NA REALIDADE DOS ENFERMEIROS NA PANDEMIA
DA COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia apresentada à Faculdade Nova Esperança de Mossoró (FACENE/RN) como exigência para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Me. Diego Henrique Jales Benevides.

MOSSORÓ/RN

2021

Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró/RN – FACENE/RN.

Catálogo da Publicação na Fonte. FACENE/RN – Biblioteca Sant'Ana.

O48s Oliveira, Iasmin Fernandes de Lima de.

Síndrome de burnout na realidade dos enfermeiros na pandemia da Covid-19: uma revisão integrativa / Iasmin Fernandes de Lima de Oliveira. – Mossoró, 2021.

40 f.

Orientador: Prof. Me. Diego Henrique Jales Benevides.

Monografia (Graduação em Enfermagem) – Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró.

1. Burnout. 2. Enfermagem. 3. Coronavírus. I. Benevides, Diego Henrique Jales. II. Título.

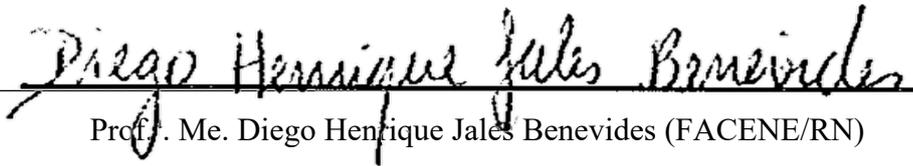
IASMIN FERNANDES DE LIMA DE OLIVEIRA

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA REALIDADE DOS ENFERMEIROS NA
PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia apresentada à Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró (FACENE/RN) como exigência para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

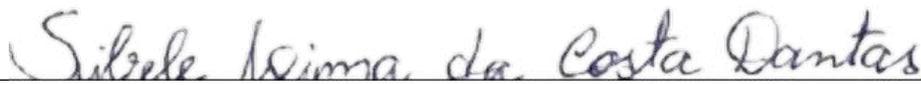
Aprovado em: 29/11/2021

BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Diego Henrique Jales Benevides (FACENE/RN)

Orientador



Profª. Dra. Sibeles Lima da Costa Dantas (FACENE/RN)

Membro



Profª. Ma. Livia Helena Morais de Freitas Melo (FACENE/RN)

Membro

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer a Deus por sempre me dar forças para continuar e me mostrar o caminho certo. Aos meus pais, Noêmia Fernandes e Roberto Cássio, por sempre me incentivarem a superar os obstáculos que a vida me apresentou e por todo esforço investido na minha educação. Às minhas irmãs, Carol Emanuele e Ana Júlia que sempre estiveram ao meu lado, me apoiando nessa trajetória. E ao meu irmãozinho, José Guilherme, por ser a minha fortaleza em momentos difíceis.

Ao meu orientador, Prof.^a. Me. Diego Henrique, que teve um papel fundamental na elaboração deste projeto.

Agradeço a banca, Prof.^ª. Dra. Sibeles Lima da Costa Dantas e Prof.^ª. Ma. Lívia Helena Moraes de Freitas Melo, por aceitarem o convite para contribuir com meu trabalho.

A todos os meus colegas do curso de enfermagem, que compartilharam dos inúmeros desafios que enfrentamos, pelas trocas de ideias e ajuda mútua.

Agradeço a mim mesma, por ter sido forte em um período tão difícil e por ter sido corajosa para enfrentar todos os obstáculos, mostrando para mim mesma que sou capaz.

RESUMO

A síndrome de Burnout, também conhecida como a síndrome do esgotamento profissional, é causada pelo estresse ocupacional, influenciando a redução de entusiasmos na vida pessoal e profissional, que vem acometendo os enfermeiros durante a pandemia da Covid-19. O objetivo foi analisar os impactos da síndrome de Burnout nos enfermeiros durante a pandemia do Coronavírus. A pesquisa foi realizada nas seguintes bases de dados: (LILACS), *Biblioteca Virtual Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e PUBMED. Trata-se de uma revisão integrativa e, para tal, baseia-se na metodologia que é desenvolvida em seis fases: Elaboração da pergunta norteadora; Busca ou amostragem da literatura; Coleta de dados; Análise crítica dos estudos incluídos; Discussão dos resultados; Apresentação da revisão de literatura. Conforme os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): Enfermagem; Burnout; Coronavírus, foi usada a combinação dos descritores para o entrecruzamento dos artigos, padronizados por meio de operador de pesquisa (booleano): AND. Os critérios de inclusão foram os artigos disponíveis no idioma português, publicados entre 2020 a 2021 e os critérios de exclusão são: cartas ao editor, publicações repetidas e editoriais. E os resultados apontaram que os impactos da Síndrome de Burnout interferiram na qualidade de vida dos enfermeiros durante a pandemia do coronavírus, devido aos enfermeiros serem linha de frente durante o enfrentamento da pandemia e estarem mais expostos ao coronavírus, o que acabou causando sintomas como ansiedade, depressão, estresse, insônia e fadiga. O uso adequado de equipamentos de proteção individual (EPIs) é o mais indicado para evitar contaminações e proporciona qualidade na assistências aos pacientes. As estratégias propostas demonstraram ser eficazes se forem utilizadas da forma correta e ao longo prazo. Portanto, essa pesquisa teve grande relevância para busca de conhecimentos sobre a Síndrome de Burnout na realidade dos enfermeiros na pandemia da covid-19, contribuindo para pesquisa de outros autores na área da saúde.

Palavras-chaves: Burnout; Enfermagem; Coronavírus.

ABSTRACT

Burnout syndrome, also known as professional exhaustion syndrome, is caused by occupational stress, influencing the reduction of enthusiasms in personal and professional life, which has been affecting nurses during the Covid-19 pandemic. The objective was to analyze the impacts of Burnout syndrome on nurses during the Coronavirus pandemic. The research was carried out in the following databases: (LILACS), Virtual Scientific Library Electronic Library Online (SciELO) and PUBMED. This is an integrative review, and to this end is based on the methodology that is developed in six phases: Elaboration of the right-hand question; Search or sampling of the literature; Data collection; Critical analysis of the included studies; Discussion of results; Presentation of the literature review. According to the Descriptors in Health Science (DeCS): Nursing; Burnout; Coronavirus, the combination of descriptors was used to cross-reference the articles, standardized by means of a research operator (boolean): AND. The inclusion criteria were the articles available in the Portuguese language, published between 2020 and 2021 and the exclusion criteria are: letters to the editor, repeated publications and editorials. And the results showed that the impacts of Burnout Syndrome interfered in the quality of life of nurses during the coronavirus pandemic, because nurses were frontline during the confrontation of the pandemic and were more exposed to coronavirus, which ended up causing symptoms such as anxiety, depression, stress, insomnia and fatigue. The proper use of personal protective equipment is best suited to avoid contamination and provides quality patient care. The proposed strategies have been shown to be effective if they are used in the correct and long-term way. Therefore, this research had great relevance for the search for knowledge about Burnout Syndrome in the reality of nurses in the pandemic of covid-19, contributing to the research of other authors in the health area.

Keywords: Burnout; Nursing; Coronavirus.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 REVISÃO DE LITERATURA	10
2.1 SÍNDROME DE BURNOUT	10
2.2 SÍNDROME DE BURNOUT NA ENFERMAGEM	12
2.3 SÍNDROME DE BURNOUT EM TEMPOS DE COVID-19.....	14
3 METODOLOGIA	18
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	31
REFERÊNCIAS	32
APÊNDICE A – PROTOCOLO DE BUSCA	37
APÊNDICE B – INSTRUMENTO PARA EXTRAÇÃO DE DADOS	39

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB), também conhecida como a síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio psicológico e tem como uma das causas principais o estresse crônico no trabalho. Por começar de forma lenta, é corriqueiro que a maioria dos profissionais não percebam que estão sendo afetados pela síndrome e, devido ao aumento de sua incidência em profissionais da saúde, a SB tem causado dificuldades no exercício da profissão, como o comando dos pacientes e até mesmo na segurança de sua própria saúde (BRITO *et al.*, 2019).

Em primeiro lugar, frisa-se que profissionais da área da saúde são mais susceptíveis a desenvolver a SB, por fatores como o trabalho em excesso ou a falta de controle sobre isso, estar na função errada e estresse prolongado. A falta de equipamentos adequados, apoio psicológico e reconhecimento dos gestores e da sociedade também são fatores relevantes no processo. Por fim, a escassez de recursos e as cobranças rotineiras fecham um ciclo que causa o esgotamento profissional, o que pode facilitar o desenvolvimento de depressão e ansiedade, por exemplo. Assim, aparecem sintomas como a sensação de fracasso e o cansaço crônico. A pessoa pode sentir dificuldade em administrar a vida e se engajar em suas funções profissionais e pessoais, pode apresentar falta de desejo de sair com os amigos ou familiares, o que leva ao isolamento, entre uma série de outros sintomas (RIBEIRO *et al.*, 2020).

Por essa perspectiva, analisa-se a situação calamitosa da saúde mundial. Em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na China, surgiu uma nova síndrome respiratória aguda com alto nível de infecção e óbitos, causada por um tipo de coronavírus, a covid-19. Em poucos meses, espalhou-se pelo mundo inteiro, transformando-se em uma pandemia que provocou quarentenas a nível global, lotou hospitais e tomou muitas vidas.

Durante esse tempo, profissionais da saúde têm sido a linha de frente no cuidado dos pacientes, mas, por essa ser uma doença com nível alto de infecção e morte, tem gerado muito estresse, medo, insegurança, tristeza, desesperança e uma intensa pressão psicológica. Além disso, cita-se a ausência de EPI's (Equipamentos de Proteção Individual), sobrecarga no trabalho e tomadas de decisões sob pressão, que são fatores que ocasionam exaustão física e mental. Isso tem causado um enorme impacto negativo na vida profissional e pessoal dessas pessoas (MIRANDA *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021).

Os profissionais de enfermagem, por atuarem na linha de frente do combate à covid-19, foram afetados na prática do isolamento de familiares e amigos. Dessa maneira, eles ficaram mais vulneráveis a problemas de saúde mental. No início, os profissionais passaram por muita pressão ao cuidar dos pacientes contaminados pelo vírus, por não terem um

conhecimento adequado, o que trouxe outras preocupações como números limitados de ventiladores mecânicos, profissionais adequados e leitos disponíveis (SANTOS *et al.*, 2021).

As baixas condições de saúde mental e física dos enfermeiros reduzem também suas capacidades. Isso influencia no atendimento ao próximo e gera alto custo para a instituição, além de complicações na organização do trabalho. Acredita-se que é difícil identificar ou diminuir os fatores relacionados a Síndrome de Burnout, principalmente agora em época de pandemia. Em função disso, é importante buscar meios de identificar a síndrome, pois assim evitam-se vários adoecimentos e a qualidade de vida dos trabalhadores melhora. À vista disso, surgiu a necessidade de estudar o que causa a síndrome, e a maneira como os profissionais vem enfrentando durante a pandemia (SANTOS *et al.*, 2021).

Esse trabalho é importante devido à averiguação de que a depressão, o estresse e a ansiedade são problemas presentes na vida dos profissionais da saúde, e que essa situação piorou durante a pandemia. A cada dia, tem crescido o índice de síndrome de Burnout entre os enfermeiros. Por causa das tecnologias que avançam nos últimos anos, problemas relacionados com a equipe multidisciplinar, altas cargas de trabalho e jornadas noturnas, baixo piso salarial, contato com várias doenças, as responsabilidades em tomadas de decisões, acidentes de trabalho, falta de materiais e profissionais e cobranças excessivas dos superiores.

A relevância do estudo nos serviços de enfermagem no decorrer da pandemia traz muitos benefícios para equipe de enfermagem, já que esse serviço passa por várias mudanças e trabalha com todo tipo de paciente. Sendo assim, essa pesquisa vai ajudar nas práticas diárias e servir de ensino-aprendizagem, ainda uma melhora no atendimento à população, já que o profissional vai atuar melhor, pois os níveis da Síndrome de Burnout vão estar baixos e isso ajuda bastante no aperfeiçoamento das práticas voltadas ao público.

Para finalizar, é possível ver que esse trabalho é importante também para o mundo científico e formação profissional, pois através dele vamos adquirir mais conhecimentos sobre a síndrome de Burnout nos enfermeiros durante a covid-19 e começar a dar mais importância sobre esse assunto. Diante disso, questiona-se: Quais os impactos da síndrome de Burnout na qualidade de vida dos enfermeiros durante a pandemia do Coronavírus? Decerto, este trabalho tenta averiguar se os enfermeiros sofreram ou não impactos da síndrome de Burnout durante a pandemia do Coronavírus.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 SÍNDROME DE BURNOUT

A SB é a condição de alguém que se tornou fisicamente cansado, depois de fazer um trabalho difícil por um longo período de tempo. O termo “Burnout” indica algo que deixou de funcionar por exaustão ou esgotamento de energia. O conceito de Burnout foi definido por Herbert J. Freudenberger e surgiu na metade da década de 70 nos Estados Unidos, para dar explicação ao distanciamento com a equipe e atendimento desagradável com os pacientes. Essa síndrome tem se desenvolvido devido ao estresse crônico criado no ambiente de trabalho (PÊGO; PÊGO, 2015).

A síndrome se desenvolve com maior frequência nos profissionais que têm contato direto com outras pessoas, como professores, médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, policiais, bombeiros, entre outros, porque essas profissões exigem mais envolvimento com pessoas, problemas e opiniões diversas (KOVALESKI; BRESSAN, 2012).

Isto é, quem trabalha ajudando outras pessoas sempre teve um respeito muito grande por outras pessoas, mas apenas recentemente teve o reconhecimento do nível de desgaste emocional causado para realizações dos objetivos no trabalho. Os profissionais que têm uma relação do cuidado direto convivem com a dificuldade entre envolver-se profissionalmente e não pessoalmente no cuidado com o próximo (PÊGO; PÊGO, 2015).

A SB caracteriza-se pela combinação de três fatores: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Na Exaustão Emocional, há a sensação de esgotamento mental e físico. O trabalhador se sente irritado, estressado, cansado fisicamente e emocionalmente, com falta de motivação. Enfrentar mais um dia de trabalho é bem difícil, pois as exigências excessivas e a diminuição dos recursos emocionais fazem com que ele se sinta sobrecarregado (FERREIRA; LUCCA, 2015).

A despersonalização é o distanciamento do próprio corpo, mente, sentimentos e com as pessoas com quem trabalha. Os profissionais sente-se emocional e fisicamente esgotados e com pouca emoção. Com o passar do tempo, a energia do trabalhador vai diminuindo e isso interfere na qualidade do seu desempenho (SILVEIRA *et al.*, 2016).

Ainda há a baixa realização profissional, que é a sensação de insatisfação, desmotivação, incompetência, baixa autoestima, sentimento de fracasso, incapacidade, falta de realização e produtividade no trabalho, algo que afeta até a habilidade do profissional e o faz ter uma vontade de abandonar o serviço (GALINDO *et al.*, 2012).

Outros sinais e sintomas que os trabalhadores podem apresentar são: falta de energia, dificuldade de concentração, sentimento de incompetência, isolamento, cansaço físico e mental, alterações repentinas de humor, procrastinação, ansiedade, irritabilidade, desconfiança, pensamentos negativos, priorizar as necessidades dos outros, dores de cabeça, tonturas, insônia, fadiga, dores no corpo, entre outros sintomas (SÁ *et al.*, 2014).

Nos últimos anos, a SB vem aumentando rapidamente. De acordo com *International Stress Management Association* no Brasil (ISMA-BR), no ano de 2018, 32% dos trabalhadores do país são portadores de SB. Isso ocorre devido à falta de tratamento precoce dos sintomas, ou seja, por não darem muita importância, o problema passa despercebido e tende a piorar com o tempo.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), aproximadamente 10% da população relatou se sentir constantemente pressionada e estressada no trabalho. Os trabalhadores ainda descreveram que se sentiam tristes ou deprimidos e com problemas de insônia por causa das preocupações sobre suas condições de trabalho.

A síndrome é considerada problema de saúde pública, vistas suas graves implicações para saúde física e mental, algo que prejudica o desempenho do trabalho e da sua vida pessoal. A síndrome vem acometendo os trabalhadores desde do século passado, mas mesmo assim o termo “Burnout” não é muito conhecido e acaba sendo confundido com estresse, depressão ou ansiedade. Em atenção a isso, é preciso que ela seja considerada um problema para que tenha uma atenção maior e seja possível prevenir e ter um tratamento adequado, seja medicamentoso ou por terapias com psicólogo ou exercícios físicos (SILVA *et al.*, 2012).

Alguns dos fatores que têm contribuído para o aumento da SB no Brasil são: estresse no setor de serviços, aumento cada vez maior da instabilidade social e econômica, exaustão emocional e mudanças nos hábitos e estilos de vida dos trabalhadores influenciados pela implantação de novas tecnologias, fazendo com que o profissional “fuja” da sua realidade, deixando de ser produtivo, diminuindo sua qualidade de vida e causando o afastamento da família e amigos (SILVA *et al.*, 2012).

A SB não é sinônimo de estresse, é a resposta de um estresse crônico no trabalho, que influencia na saúde do trabalhador e na organização. É necessário tomar medidas de prevenção e tratamento para que isso não atrapalhe a produtividade, e o indivíduo tenha uma melhor qualidade de vida no trabalho, que é o resultado de uma série de fatores juntos, como bem-estar, rendimento obtido, organização, garantia da saúde e realização de trabalho com segurança (BRITO *et al.*, 2019).

Em vista disso, o mercado de trabalho vem exigindo muito dos novos trabalhadores, como qualificações profissionais e novas competências, dado que vem sofrendo transformações. Em muitos casos, estas mudanças podem interferir na vida pessoal e no trabalho, ajudando no aumento dos distúrbios psicológicos (FERREIRA; LUCCA, 2012).

Já o suporte social no trabalho, definido como o auxílio informacional, instrumental e emocional, é um fator que contribui na saúde mental e física, no bem-estar do trabalhador e colabora com o aumento do comprometimento e satisfação no trabalho (ANDRADE *et al.*, 2012).

Além disso, o suporte social no trabalho pode ajudar aliviar a Síndrome de Burnout, promovendo melhoria nas relações e apoio entre os trabalhadores, contribuindo com a redução do estresse e da Síndrome de Burnout. Já a falta do suporte social no trabalho pode estimular o aumento do estresse. Por falta de apoio dos colegas no ambiente de trabalho, pode gerar afetos não desejáveis, e isso torna o trabalhador mais vulnerável a desenvolver a SB (ANDRADE *et al.*, 2012).

2.2 SÍNDROME DE BURNOUT NA ENFERMAGEM

A enfermagem teve uma grande evolução em virtude de Florence Nightingale, que ganhou destaque na Guerra da Criméia, por conta da forma com que cuidava do próximo, sempre com empatia, amor, humildade e buscando cuidados adequados de acordo com o ambiente (PANTILHA; MANCIA, 2005).

Florence Nightingale nasceu em 12 de maio de 1820 (dia do enfermeiro). Era filha de um professor de matemática e entrou para faculdade de matemática, mas a família era contra, pois era considerado algo masculino. Depois de um tempo, decidiu cuidar e ajudar as pessoas. Foi ganhando espaço e prestígio, e se destacando por sua inteligência e servidão. Aos 33 anos, foi escolhida para ser administradora de saúde na Guerra da Criméia, em março de 1854. Foi alvo de críticas por ser mulher. Criou a primeira escola de enfermagem em Londres e escreveu vários livros, que são referências para enfermagem até hoje (LOPES *et al.*, 2010).

O objetivo do trabalho do enfermeiro é o cuidado com a vida humana, que envolve recuperar a saúde dos pacientes. Por isso, espera-se habilidade e capacidade. Para atingir isso, é necessário tratar com cuidado, dedicação, proteção, empatia e dominar as técnicas. O enfermeiro também precisa saber se adaptar às situações que envolvem o psicológico, estar preparado para certos tipos de situações, por exemplo: a morte de um paciente (KRAEMER *et al.*, 2011).

Além disso, o trabalho no hospital é muito desgastante, devido à elevada carga de trabalho. A exigência nos hospitais com os profissionais de enfermagem no desempenho das suas funções é muito grande, por isso é importante identificar os problemas existentes e reconhecer os agentes estressores da própria profissão. Isso aumenta os desgastes emocionais e possibilita o desenvolvimento do estresse crônico ocupacional (MENEZHINI *et al.*, 2011).

Com altas cargas de trabalho na enfermagem, os profissionais estão ficando exaustos, pois é mais de um local de trabalho, vários turnos e muitos pacientes para atender. Todas essas coisas levam ao adoecimento do trabalhador, e ele pode começar a faltar, ter um atendimento ruim com os pacientes e relacionamento pouco amistoso com a equipe. Essas situações tem uma fonte de estresse constante, o que pode levar ao desenvolvimento de doenças ocupacionais, como a SB (KUNRATHA *et al.*, 2021).

Existem três situações mais comuns que desencadeiam a SB. A primeira é o reconhecimento do paciente. Muitos profissionais de enfermagem esperam um “obrigado”, elogio e/ou um reconhecimento do próximo, e quando os pacientes veem seu trabalho como algo “normal” ou “mais que sua obrigação”, isso acaba causando frustração e distanciamento no cuidado com o próximo (SILVA *et al.*, 2015).

Já a segunda é sobre ter uma boa relação, com respeito, apoio e empatia, entre os colegas de trabalho. As pessoas que se esforçam para manter essa boa relação, quando percebem que não são tratadas com reciprocidade, tendem a se afastar psicologicamente, agindo de forma insensível e debochando dos colegas. É nesse momento que a síndrome costuma a se desencadear (SILVA *et al.*, 2015).

Ademais, a terceira está relacionada à organização e empregado. É sobre os esforços que o enfermeiro faz e o que espera receber da organização. Quando recebe menos do que merece, o empregado tende a se afastar do trabalho, se envolver menos no serviço, ficar desmotivado e desanimado e começa a faltar. Como foi citado mais acima, a relação da SB e enfermagem não é só estresse, é um conjunto de fatores, que se for mal administrado pelo profissional, vai contribuir para o aumento da síndrome (SILVA *et al.*, 2015).

Os estudos mostram que a maioria dos profissionais de enfermagem é de sexo feminino, e as mulheres tem mais facilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout, devido a dupla jornada de trabalho. Além de trabalhar fora de casa, a enfermeira, geralmente, ainda cuida das tarefas de casa e dos filhos. As mulheres que não têm filhos e tem uma vida financeira estável tem menores chances de desenvolver Burnout, pois conseguem tem um descanso e lazer melhor (LARRÉ *et al.*, 2018).

Os enfermeiros que trabalham no período diurno têm mais predisposição para desenvolver a SB, em virtude da sobrecarga de trabalho. Os trabalhadores noturnos têm mais facilidade, pois têm uma reduzida equipe e o sono desregulado (LARRÉ *et al.*, 2018).

Além disso, foi observado que a síndrome é comum entre os adultos de 20-30 anos, porque são novos no mercado de trabalho, têm pouca experiência e insegurança nas práticas. Mas outras pesquisas mostram que os profissionais com mais de 40 anos também são acometidos, porque estão há mais tempo no mercado de trabalho, e isso muitas vezes causa um cansaço/desgaste físico e mental maior (LARRÉ *et al.*, 2018).

É necessário, pois, investir em estratégias de enfrentamento para os problemas de trabalho, com o intuito de melhorar as condições de vida no trabalho e fora, diminuir as dificuldades encontradas no trabalho, combater o estresse e prevenir o Burnout. Essas estratégias devem ser planejadas de acordo com as queixas de cada um, para poder trabalhar em cima disso e começar as mudanças no ambiente de trabalho, com o intuito de melhorar a relação com os colegas e os atendimentos com os pacientes. Conseqüentemente, a instituição vai ter uma melhora (MORENO *et al.*, 2011).

Os tipos de estratégias nos quais é possível investir são o suporte social, exercícios físicos, tratamento medicamentoso, consultas com psicólogo, meditação, yoga, melhorar a comunicação entre a equipe de trabalho, educação em saúde, entre outras. Lembrando que as estratégias tem o foco na melhora do problema, por isso o tratamento vai de acordo com o que o indivíduo se adaptar melhor (MORENO *et al.*, 2011).

2.3 SÍNDROME DE BURNOUT EM TEMPOS DE COVID-19

A doença surgiu em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, China. Trata-se de uma síndrome respiratória aguda com nível alto de infecção e altas taxas de óbitos em decorrência dela. É um RNA vírus envelopado, encontrado na maioria das vezes em humanos. Nomeada como coronavírus, pois foi observado no microscópio membranas parecidas com uma coroa, ou Covid-19, que é uma abreviação de Coronavírus e o “19” é por causa do ano que surgiu a doença (LIMA, 2020).

Segundo a organização mundial de saúde (OMS), existem sete coronavírus humanos (HCoV) já identificados: HCoV-229E, HCoV-OC43, HCoV-NL63, HCoV-HKU1, SARS-COV (que causa síndrome respiratória aguda grave), MERS-COV (que causa síndrome respiratória do Oriente Médio) e o mais recente coronavírus (que no início foi

temporariamente nomeado 2019-nCoV e, em 11 de fevereiro de 2020, recebeu o nome de SARS-CoV-2). Esse novo coronavírus é responsável por causar a doença COVID-19.

Os sinais e sintomas duram em média de 2 a 14 dias e são febre, tosse seca, dispnéia, fadiga, dor de cabeça, dor de garganta, diarreia, náuseas, vômitos, congestão nasal, perda de paladar e/ou olfato e produção de escarro. Geralmente, os sintomas começam leves e depois vão ficando mais graves (FARO *et al.*, 2020).

Algumas pessoas são infectadas, mas não apresentam nenhum sintoma (assintomáticas). Outras pessoas apresentam sintomas leves, moderados ou graves (sintomáticos). Pacientes com sintomas leves e moderados conseguem fazer o tratamento em casa, já pacientes com sintomas graves precisam de atendimento hospitalar (FARO *et al.*, 2020).

A transmissão ocorre através de contato próximo com pessoas doentes. Segundo a organização de saúde (OMS), pode ser por meio de toque, do aperto de mão contaminadas, gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, objetos ou superfícies contaminadas como celulares, mesas, talheres, maçanetas, brinquedos, teclados de computador, entre outros.

As medidas de prevenção são distanciamento social, evitar lugares fechados, lavar as mãos com água e sabão antes e depois de tocar nos olhos, nariz e boca. Se não houver água e sabão, usar álcool em gel, cobrir a boca e nariz ao tossir ou espirrar, usar máscara e não compartilhar objetos de uso pessoal (BELASCO; FONSECA, 2020). Agora há também a vacina, que está sendo distribuída por prioridades. Até o momento, não existe nenhum tratamento comprovado (DOMINGUES, 2021).

Vale ressaltar os grupos de risco, que são os portadores de doenças crônicas como diabetes e hipertensão, asma, doença pulmonar obstrutiva crônica, indivíduos fumantes, gestantes, obesos e crianças menores de 5 anos (HELIOTERIO *et al.*, 2020).

Nesse momento de tragédia em que o mundo se encontra, foi observado que houve um aumento da ansiedade, depressão e estresse, ajudando no aumento da exaustão emocional. Principalmente os profissionais de enfermagem que têm um contato maior com os pacientes infectados, as demandas tiveram um aumento e os materiais têm diminuído. Os enfermeiros que trabalham em hospital sofrem mais ainda com tudo isso, pois o ambiente hospitalar é cheio de sofrimento, dor, morte e recuperação. É um ambiente bastante intenso, que acaba exigindo muito dos enfermeiros (PEREIRA *et al.*, 2020).

No início, foi mais difícil para os profissionais da saúde, por ser uma doença nova e não ter muita informação, mas com o passar dos meses foram saindo vários estudos, o que tem ajudado bastante os profissionais na segurança, cuidados e práticas. Os enfermeiros

sofrem com as sobrecargas, o estresse no trabalho e as agressões físicas e verbais (PEREIRA *et al.*, 2020).

Nesse tempo de pandemia, os profissionais estão se relacionando de forma mais distante com os colegas e às vezes com os pacientes, isso só influencia ainda mais no distanciamento da equipe. Fora os outros desafios que eles vem enfrentando, como cansaço, angústia, tristeza, mortes e o medo de ser infectado e infectar outras pessoas, e até de morrer (MODESTO *et al.*, 2020).

A função dos enfermeiros tem sido indispensável para o bem da população. Diante disso, foi visto que os enfermeiros têm que ter uma atenção maior em relação à saúde mental, já que são linha de frente na pandemia, têm enfrentado sobrecargas de trabalho, pois vários colegas foram afastados por ser do grupo de risco. A falta de recursos também tem preocupado muito, e ter que lidar com a morte de vários pacientes e as vezes dos colegas de trabalho (BORGES *et al.*, 2021).

Os estudos mostram os motivos pelos quais o estresse tem aumentado na enfermagem durante o combate da covid-19. Os principais são o distanciamento da família e amigos, falta de EPIs, falta de leitos, sobrecarga de trabalho, medo de ser infectado e infectar familiares e amigos, aumento de casos confirmados, pressão no trabalho, muitas mortes e angústia de que “poderia ter feito mais”, e a falta de medicamentos específicos. Fora o estresse, outros sintomas foram apresentados, insônia, medo, tristeza, insegurança, irritabilidade e angústia (BORGES *et al.*, 2021).

Os cuidados com a saúde mental devem ser tão importantes quanto os cuidados com a saúde física, principalmente durante uma crise de saúde, visto que manter um psicológico saudável está sendo bem difícil. A pandemia tem deixado muitas sequelas em relação à saúde mental, em virtude das elevadas cargas de experiências negativas que a população vem enfrentando (FARO *et al.*, 2020).

A falta de EPIs gerou uma preocupação muito grande na enfermagem, pois estes profissionais precisam ter uma proteção maior diante do vírus, tendo que fazer uso de máscaras, aventais, óculos de proteção e gorro de forma contínua, gerando irritação e incômodo nos profissionais. Os enfermeiros, além de ter que atuar com as proteções reduzidas, tiveram que adotar medidas rigorosas de cuidados tanto dentro de casa como no trabalho, tentando minimizar os riscos de contágios com os familiares, pacientes e acompanhantes (PORTUGAL *et al.*, 2020).

Comparando antes e durante a pandemia, em diversos países houve o aumento da SB nos enfermeiros, por falta de treinamentos adequados, por ser linha de frente, falta de amparo

social, entre outros. O que já era considerado problema de saúde pública, agora se torna mais preocupante, pois o aumento da SB durante a pandemia, pode influenciar bastante no desempenho do atendimento com o próximo e até mesmo com a equipe, sendo indispensável o desenvolvimento de estratégias para melhoria dos profissionais afetados (RIBEIRO *et al.*, 2020).

Todos esses fatores que os enfermeiros vem passando durante a covid-19 afetam muito na saúde mental e física, fazendo com que o profissional desenvolva a SB. Devido a pandemia da covid-19, os profissionais de enfermagem vem dando mais importância para sua própria saúde, pois estão tão acostumados a cuidar do próximo que, muitas vezes, acabam se esquecendo de si. Isso pode ser muito bom, pois os enfermeiros podem começar a perceber os fatores que desencadeiam a SB e buscar uma ajuda adequada (SANTANA *et al.*, 2020).

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura. De acordo com Souza e Carvalho (2010, p. 01), “a revisão integrativa emerge como uma metodologia que proporciona a síntese do conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática”. Nesse sentido, segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), existem seis fases necessárias para o desenvolvimento da revisão integrativa, descritas a seguir:

1ª Fase: Elaboração da pergunta norteadora: A definição da pergunta norteadora é a fase mais importante da revisão, pois determina quais serão os estudos incluídos, os meios adotados para a identificação e as informações coletadas de cada estudo selecionado. Logo, inclui a definição dos participantes, as intervenções a serem avaliadas e os resultados a serem mensurados.

Desse modo, a questão norteadora que direcionou o estudo em questão foi: Quais os impactos da síndrome de Burnout na qualidade de vida dos enfermeiros durante a pandemia do Coronavírus?

2ª Fase: busca ou amostragem na literatura: Intrinsecamente relacionada à fase anterior, a busca em base de dados deve ser ampla e diversificada, contemplando a procura em bases eletrônicas, busca manual em periódicos, as referências descritas nos estudos selecionados, o contato com pesquisadores e a utilização de material não-publicado.

3ª Fase: coleta de dados: Para extrair os dados dos artigos selecionados, faz-se necessária a utilização de um instrumento previamente elaborado capaz de assegurar que a totalidade dos dados relevantes seja extraída, minimizar o risco de erros na transcrição, garantir precisão na checagem das informações e servir como registro.

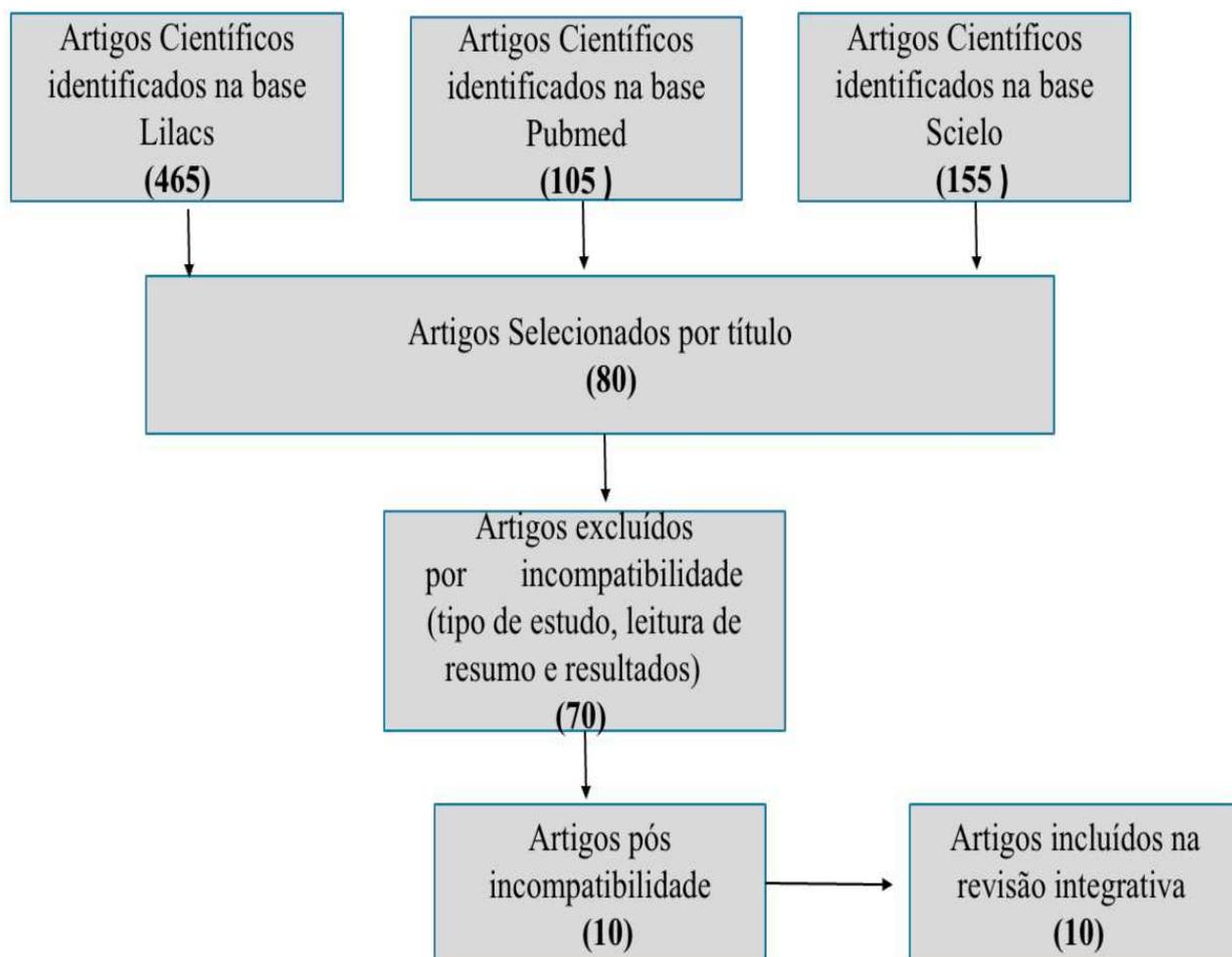
4ª Fase: análise crítica dos estudos incluídos: Análoga à análise dos dados das pesquisas convencionais, esta fase demanda uma abordagem organizada para ponderar o rigor e as características de cada estudo. A Prática Baseada em Evidências focaliza, em contrapartida, sistemas de classificação de evidências caracterizados de forma hierárquica, dependendo da abordagem metodológica adotada.

Para auxiliar na escolha da melhor evidência possível, propõe-se uma hierarquia das evidências, segundo o delineamento da pesquisa, que é um dos itens a serem analisados nesta fase. Nível I: Estudo experimental, ensaio randomizado controlado (RCT). Revisão sistemática de RCTs, com ou sem meta-análise. Nível II: Revisão sistemática de uma combinação de RCTs e estudos quase-experimentais ou quase-experimentais apenas, com ou

sem meta-análise. Nível III: Estudo não experimental. Revisão sistemática de uma combinação de RCTs, estudos quase-experimentais e não experimentais, ou não experimentais apenas, com ou sem meta-análise. Estudo qualitativo ou revisão sistemática, com ou sem meta-análise. Nível IV: Opinião de autoridades respeitadas e / ou comitês de especialistas / painéis de consenso reconhecidos nacionalmente com base em evidências científicas. Inclui: Diretrizes de prática clínica e painéis de consenso. Nível V: Baseado em evidências experienciais e não de pesquisa. Inclui: Revisões da literatura, melhoria da qualidade, avaliação do programa ou financeira, relatos de casos e opinião de especialista(s) nacionalmente reconhecido(s) com base em evidências experienciais (DANG *et al.*, 2018).

Foram encontrados 725 artigos que correspondem aos artigos selecionados, de acordo com os seguintes resultados: Lilacs (465), Pubmed (105), Scielo (155). Foram selecionados por títulos 80 artigos na primeira fase, dentre esses foram excluídos 70 artigos por incompatibilidade, como tipo de estudo, leitura de resumo e resultados, restando 10 artigos que foram incluídos na revisão integrativa. Os resultados da busca estão apresentados no fluxo grama abaixo. (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma dos resultados da busca, seleção e inclusão dos estudos.



Fonte: Elaborada pela autora, (2021).

5ª Fase: discussão dos resultados: Nesta etapa, a partir da interpretação e síntese dos resultados, comparam-se os dados evidenciados na análise dos artigos ao referencial teórico. Além de identificar possíveis lacunas do conhecimento, é possível delimitar prioridades para estudos futuros.

6ª Fase: apresentação da revisão integrativa: A apresentação da revisão deve ser clara e completa para permitir ao leitor avaliar criticamente os resultados. Deve conter, então, informações pertinentes e detalhadas, baseadas em metodologias contextualizadas, sem omitir qualquer evidência relacionada.

As buscas das publicações aconteceram durante os meses de setembro a outubro de 2021. Para construção dessa pesquisa, foi realizada uma busca nas seguintes bases de dados:

Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Biblioteca Virtual Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e PUBMED. Foi realizado entrecruzamento dos descritores, padronizados por meio de operador de pesquisa (booleano): AND. Conforme os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): Enfermagem; Burnout; Coronavírus; Esgotamento Profissional.

Foram adotados os critérios de inclusão: artigos disponíveis no idioma português, publicados entre 2020 a 2021. Os critérios de exclusão foram: cartas ao editor, publicações repetidas e editoriais.

A coleta de dados foi baseada no instrumento criado por Ursi (2006). Um modelo de quadro organizado e elaborado pela própria autora (Apêndice B), que contém os seguintes itens: Descrição da numeração dos artigos; autores; ano; títulos; periódico; objetivo; base de dados.

Para análise de dados, foi realizada a leitura de todo material escolhido, organizados em quadros, a fim de tirar a pertinência do seu conteúdo para análise, discussão e apresentação dos resultados.

Em relação aos aspectos éticos e legais, o presente estudo trata de um revisão integrativa que não terá participação de seres humanos. Este estudo não necessitou ser submetido a um Comitê de Ética em Pesquisas preconizado pela resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Não houve risco por se tratar de uma pesquisa de revisão integrativa. Os benefícios são que seja possível investigar os impactos da SB na qualidade de vida dos enfermeiros diante da pandemia do Coronavírus e assim trazer melhorias para vida dos profissionais.

Espera-se que, a partir deste trabalho, os profissionais de enfermagem consigam adquirir mais conhecimentos sobre a SB nos enfermeiros durante este período em que ainda se luta contra a Covid-19. Dessa forma, este trabalho irá contribuir no mundo científico e formação profissional.

Acrescenta-se que os resultados obtidos na pesquisa serão encaminhados para publicação na Revista Ciências da Saúde Nova Esperança da FACENE/FAMENE.

Além do mais, os custos gerados desse projeto foram de inteira responsabilidade da pesquisadora associada.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Aplicando os critérios de inclusão e a leitura integral dos artigos que atendiam a todos os requisitos pré-estabelecidos, restaram 10 artigos para discussão. Os principais objetivos de cada artigo apresentam-se de forma nítida e coerente. Os anos das publicações variam entre 2020 a 2021, sendo a maioria de 2020. (Quadro 1)

QUADRO 1 - DESCRIÇÃO DA NUMERAÇÃO DOS ARTIGOS, AUTORES, ANO, TÍTULOS, PERÍODICO, OBJETIVO, BASE DE DADOS.

N	Autores e ano	Títulos	Periódicos	Objetivo	Bases de dados
1	Júnior et al., (2020)	Pandemia do coronavírus: estratégias amenizadoras do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde.	Revista oficial do conselho federal de enfermagem.	Sistematizar conhecimentos sobre as estratégias amenizadoras do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde, durante a pandemia do coronavírus.	LILACS
2	Luz et al., (2020)	Repercussões da covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.	Revista de enfermagem do centro-oeste mineiro.	Refletir acerca das repercussões da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.	LILACS
3	Freitas et al., (2020)	Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19	Burnout syndrome in nursing technicians.	Avaliar a prevalência e a existência de fatores preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem que atuam em unidade de terapia intensiva (UTI) durante a pandemia da COVID-19.	SCIELO
4	Humerez et al., (2020)	Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto	Cogitare Enfermagem	Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem	PUBMED

		da pandemia covid-19: ação do conselho federal de enfermagem.		brasileiros no contexto da pandemia COVID-19.	
5	Souza et al., (2021)	Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores.	Revista Gaúcha De Enfermagem.	Refletir sobre o contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem na pandemia da Covid-19 e as repercussões para saúde mental desses profissionais.	SCIELO
6	Miranda et al., (2020)	Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: Scoping Review.	Scoping Review. Escola Anna Nery.	Mapear sistematicamente a produção de conhecimento, com a literatura nacional e internacional, de situações de sofrimento psíquico que os profissionais de enfermagem vivenciam quando expostos à pandemia da COVID-19.	SCIELO
7	Paiano et al., (2020)	Saúde mental dos profissionais de saúde na China durante pandemia do novo coronavírus: revisão integrativa.	Revista Brasileira de Enfermagem	Identificar as publicações relacionadas com a saúde mental dos profissionais de saúde atuantes diante da pandemia de COVID-19.	SCIELO
8	Vega et al., (2021)	Riscos de adoecimento ocupacional em profissionais da saúde que atendem pacientes com COVID-19: revisão integrativa.	Revista Latino-Americana de enfermagem.	Analisar as evidências sobre os riscos de adoecimento ocupacional aos quais estão expostos os profissionais de saúde que	SCIELO

				cuidam de pacientes acometidos pela COVID-19.	
9	Toescher et al., (2020)	Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio.	Scoping Review. Escola Anna Nery.	Refletir sobre as implicações da pandemia de coronavírus na saúde mental dos profissionais de enfermagem e os principais recursos de apoio em desenvolvimento.	SCIELO
10	Horta et al., (2021)	O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral.	Front line staff stress	Investigar os efeitos da atuação na linha de frente da COVID-19 na saúde mental de profissionais de hospital público.	SCIELO

Fonte: Elaborada pela autora, (2021).

Segundo Júnior *et al.* (2020), o impacto que o coronavírus gera na saúde mental dessas pessoas (enfermeiros e seus familiares) é forte, relatando percentuais consideráveis de sintomas depressivos (50,4%), ansiedade (44,6%), insônia (34,0%) e angústia (71,5%).

O estresse tem crescido bastante entre os profissionais da área da saúde, principalmente durante a pandemia de covid-19. E a sobrecarga de trabalho durante o momento de pandemia tem levado o profissional ao esgotamento (Júnior *et al.*, 2020).

Algumas estratégias para combater o estresse durante a pandemia da covid-19 são: a melhoria na alimentação, propagação de histórias exitosas entre pares e atualizações constantes sobre a situação local quanto à pandemia. O diálogo também é uma das estratégias adotadas, pois ajuda a prevenir e diminuir o estresse, ajudando também a não prejudicar na assistência prestada aos clientes, algo que traz uma melhoria na relação com os clientes e colegas (Junior *et al.*, 2020).

Como foi citado acima, o estresse e o esgotamento profissional estão bem presentes na vida dos enfermeiros durante a pandemia, e esses são fatores para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. A busca pelas estratégias é considerável, pois, assim, evita-se que tais aspectos prejudiquem sua vida profissional.

De acordo com Luz *et al.* (2020), os enfermeiros são linha de frente no enfrentamento da pandemia, o que ocasionou o alto risco de adoecimento mental, devido ao risco de exposição e contaminação pelo coronavírus, isolamento familiar e de amigos, convívio com altas taxas de mortalidade dos cliente e colegas, e o aumento de cargas de trabalho. Sem contar a desvalorização, desrespeito e a falta de apoio, pelos colegas da área de saúde e pelos pacientes e acompanhantes.

O uso adequado de equipamentos de proteção individual (EPIs) é o mais indicado para evitar contaminações e proporcionar qualidade na assistência aos pacientes. As consequências são evidentes para esses profissionais e se manifestam, por exemplo, com lesões de pele, na região da face, devido ao uso prolongado da máscara N95, fadiga, cansaço e à retenção urinária, por passar muito tempo paramentados (Luz et al. 2020).

Essas são situações em que pode haver estresse, e esse fator em excesso pode levar à progressão para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Além disso, quando o indivíduo está indisponível às estratégias para lidar com o estresse, acaba adoecendo.

Como aponta Freitas *et al.* (2020), o fato da enfermagem atuar na linha de frente na pandemia do coronavírus os faz ter maior predisposição a desenvolver a SB, devido à maioria dos enfermeiros estarem trabalhando em condições precárias, com horas extras, jornadas prolongadas, falta de treinamento e insuficiência de equipamentos de proteção, que são os maiores motivos para o desenvolvimento da síndrome de Burnout.

Fatores sociodemográficos (idade > 36 anos), ocupacionais (realizar hora extra, considerar a carga horária de trabalho rígida) e comportamentais (etilismo), também são fatores para o desenvolvimento da SB (Freitas *et al.*, 2020). Os enfermeiros que estão há mais tempo no mercado de trabalho têm mais predisposição para desenvolver a síndrome, e os enfermeiros mais inexperientes, que estão há pouco tempo no mercado de trabalho também têm predisposição para SB. (Freitas *et al.*, 2020).

O fato da enfermagem ser linha de frente na pandemia, influenciou muito na qualidade de vida profissional e pessoal, principalmente no início, em que não se tinha muito conhecimento sobre a covid-19. Isso fez com que os enfermeiros se isolassem cada vez mais, conseqüentemente começaram a perder a vontade de ir trabalhar, de fazer o que gostam e perderam a vontade de manter contato com os colegas e familiares.

Para Humerez *et al.* (2020), a maioria dos profissionais de enfermagem afastados têm entre 31 e 40 anos de idade, e 83% são mulheres. Durante a pandemia, o trabalho se tornou algo complexo que tem gerado muito sofrimento e sensação de esvaziamento, e tudo isso

aconteceu de forma rápida, trazendo alguns sentimentos como ansiedade, medo, estresse, depressão e exaustão.

A falta de EPIs, pressão por parte dos chefes, mortes como nunca houve, os riscos de se infectar e infectar outras pessoas, ter que se afastar dos familiares e amigos, o aumento da carga de trabalho, entre outros, também são fatores consideráveis (Humerez et al., 2020).

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) determinou que Comissão Nacional de Enfermagem em Saúde Mental efetivasse o atendimento a ser realizado por enfermeiros especialistas, mestres ou doutores em Saúde Mental aos profissionais de enfermagem que se encontram na linha de frente na atuação da pandemia (Humerez et al., 2020).

A intervenção significa ações objetivas ou específicas na realidade da pandemia da covid-19. Neste caso, o sofrimento emocional dos enfermeiros está sendo tratado de forma correta e por profissionais especialistas. Nas palavras de Souza *et al.* (2021), declarou-se que é necessário adotar estratégias e ações para capacitação dos trabalhadores quanto aos meios de transmissão do vírus e as medidas preventivas para eliminar e/ou reduzir a transmissão viral, conhecimentos sobre os sinais e sintomas da doença, diagnósticos e tratamentos. Pois assim, geram-se mais conhecimentos, e os profissionais conseguem atuar de forma correta, evitando o sofrimento psíquico.

Apointa-se a importância de equipamentos de proteção coletiva, bem como ambientes amplos, arejados, iluminados, procedimentos de limpeza, desinfecção e de esterilização dos materiais e equipamentos hospitalares recolhimento dos resíduos hospitalares e de outras unidades de saúde, para proteger a saúde dos pacientes e trabalhadores (Souza *et al.*, 2021).

O sofrimento psíquico já era presente na enfermagem devido à escassez de material e humano, longas jornadas de trabalho, salários não condizentes com o nível de responsabilidade e relevância de suas atividades, laborais, pouco reconhecimento profissional e social. É necessário inferir que, durante a pandemia, houve um aumento em relação ao adoecimento mental. (Souza *et al.*, 2021)

A enfermagem já sofria com tudo isso antes mesmo da pandemia da covid-19, isso só fez com que aumentassem os sintomas e ficasse mais evidente a importância de cuidar da saúde mental, mostrando que o adoecimento mental interfere na qualidade de vida do profissional, igual a saúde física. Por isso, é importante buscar ajuda e adotar estratégias, tanto no trabalho quanto na vida pessoal.

Miranda *et al.* (2021) revelou que os enfermeiros hospitalares apresentaram altas taxas de sintomas de ansiedade (60,9%) e depressão (64,8%), ao cuidarem de pacientes diagnosticados com covid-19, por ter um contato mais direto com o paciente acaba tendo

bastante medo, o que leva o aumento da depressão e ansiedade, e, referente aos casos suspeitos, ansiedade (57,7%) e de depressão (58%). E, quanto mais anos de experiência o enfermeiro tiver, menos intensos serão os sintomas de ansiedade e depressão.

Os principais sinais e sintomas que comprovam o adoecimento mental dos enfermeiros durante a pandemia são: depressão, estresse, insônia, ansiedade, Burnout, solidão, medo, raiva, fadiga, estresse pós-traumático, cefaleia, dor no estômago, pânico, entre outros. A mídia também contribuiu com os sintomas porque, no início da pandemia, muitas notícias falsas, as *fake news*, foram compartilhadas, e muitos tanto profissionais quanto a população acreditaram, pois era uma doença nova. Isso acabou gerando muita preocupação nos enfermeiros, fazendo com que eles desencadeassem sinais e sintomas (Miranda *et al.*, 2021).

As estratégias de melhoria têm que ser de longo prazo, pois os sintomas podem permanecer por muito tempo. Algumas estratégias sugeridas foram a providência de EPIs adequados, para evitar contágio, assistência psicoeducação por telefone e webchat, comunicação com os colegas de trabalho e com os familiares, por ligação e/ou chamada de vídeo (MIRANDA *et al.*, 2021).

Manter um diálogo com os familiares e amigos é muito essencial, pois a conversa já ajuda bastante nesse processo de recuperação ou até mesmo para uma possível prevenção. Mas, isso não descarta a procura de um profissional qualificado.

Paiano *et al.* (2020) afirmam que a falta de EPIs e de treinamento adequado aos profissionais de saúde para prevenção e controle da covid-19, tem gerado muito desconforto, pânico, fadiga e insegurança com os cuidados prestado aos pacientes. Algumas estratégias para garantir segurança aos profissionais são instalações de barreiras físicas, apoio psicológico, diálogo com familiares e colegas.

Para melhorar a confiança da capacidade de auto prevenção e controle dos profissionais, foram ofertadas três etapas de treinamento antes de assumir o cuidado com os pacientes: treinamento pré-trabalho, treinamento geral para todos os enfermeiros e treinamento na enfermagem com pressão negativa (Paiano *et al.*, 2020).

Durante o surto de H1N1 em 2009, constatou-se que a taxa média de sofrimento psicológico entre os profissionais de saúde expostos foi de aproximadamente 40%. Na epidemia de SARS em 2003, 27% dos profissionais de saúde relataram ter sintomas psiquiátricos. Durante a pandemia da covid-19, quase 16% dos enfermeiros descreveram sintomas depressivos moderados ou graves. Com predominância no sexo feminino, menor experiência profissional e prestação de atendimento direto aos pacientes (Paiano *et al.*, 2020).

Alguns dos profissionais de saúde que passaram pelo o surto de SARS continuaram com problemas psicológicos mesmo após o término da epidemia, por causa do preconceito sofrido na época, por serem considerados pela população uma provável fonte de infecção, quando comparados a outros profissionais (Paiano *et al.*, 2020).

Devido a isso, alguns enfermeiros tiveram perda de apetite, irritabilidade, insônia, medo, sonolência, desatenção e desespero. Por isso, há uma importância evidente em colocar essas estratégias em dia, para evitar o desgaste emocional.

Conforme Vega *et al.* (2021), para a enfermagem, o risco maior em relação ao contágio foi no uso inadequado dos EPI's, tanto para colocar e retirar, e, por ser linha de frente, ter um contato contínuo com os pacientes. A lavagem da mão inadequada, depois de ter um contato com pacientes infectados e profissionais com mais carga horária, apresentaram maior risco de contrair a covid-19.

Em média, os enfermeiros usaram a máscara facial N95 por 18,3 dias, com uma média de uso correspondente a 5,9 horas por dia. O uso de óculos de proteção teve frequência de 96,8% entre os entrevistados. Os autores identificaram que 87,5% dos participantes relataram a sensação de pressão ou peso nos locais afetados, com alguns caracterizando-a como uma dor pulsante (11,7%) ou puxada (0,8%) (Vega *et al.*, 2021).

Foi identificado que (10,35%) sofriam de ansiedade leve, 1,36%, de ansiedade moderada e 0,78%, de ansiedade severa. Os enfermeiros que tiveram um contato mais direto com pacientes infectados, desenvolveram um nível maior de ansiedade, em relação aos enfermeiros que tiveram pouco contato com esses pacientes. Os enfermeiros tiveram níveis mais severos de ansiedade e depressão do que médicos, e essa ansiedade se manifesta de forma predominante em profissionais do sexo feminino (Vega *et al.*, 2021).

Diante disso, durante a pandemia a ansiedade, medo, depressão e estresse tiveram um aumento. Estes sentimentos são típicos de pós-traumático, porque os enfermeiros têm um contato muito próximo com os pacientes, absorvem o sofrimento deles e acabam tendo uma predisposição para desenvolver esse trauma.

Segundo Toescher *et al.* (2020), os traumas e estresse já são presentes na vida dos enfermeiros há um tempo. O surto da covid-19 gerou muitos sentimentos nos enfermeiros como angústia, medo, incerteza, insônia, insegurança, sentimento de incapacidade, tristeza, aumento do uso de álcool, tabaco e outras drogas, falta de energia e dores em geral, que são fatores responsáveis pelo aumento da SB.

Durante os surtos globais como SARS, MERS e Ebola, houve um aumento em relação aos aspectos traumáticos e estressantes, devido ao aumento de Burnout, fadiga, menor

satisfação no trabalho e sofrimento moral. Enfermeiros podem desenvolver distúrbios psiquiátricos após vivenciarem eventos epidêmicos estressantes. (Toescher *et al.*, 2020)

Os profissionais de enfermagem que prestaram serviços relacionados ao MERS mostraram sintomas de transtorno de estresse pós-traumático, especialmente relacionados à sensação de isolamento interpessoal e medo de contágio e transmissão entre familiares. Durante o surto da Ebola em 2014, a equipe de enfermagem que atuava em contato direto com pacientes infectados relatou altos níveis de ansiedade e estigma. (Toescher *et al.*, 2020)

A maior preocupação dos enfermeiros durante a pandemia do coronavírus é preocupação com um grau de ansiedade moderadamente alto (56,7%). A preocupação mais frequente foi a infecção de familiares e amigos, e as consequências da doença para a saúde (54,9%) (Toescher *et al.*, 2020).

Os enfermeiros relataram altas taxas de depressão (50%), ansiedade (45%) e insônia (34%); e, por fim, um grande número desses profissionais relatou sofrimento psicológico moderado (42%) a grave (26%) (Toescher *et al.*, 2020).

Por conta do distanciamento dos colegas e do uso constante de EPIs, os enfermeiros estão sentindo dificuldades em perceber possíveis problemas psicológicos em seus colegas de trabalho, o que dificulta no auxílio dos colegas que estão sofrendo com o esgotamento.

Destarte, Horta *et al.*, (2021) mostram que quem está na linha de frente tem mais predisposição para desenvolver estresse e esgotamento físico e emocional, por ter um contato maior com pacientes infectados pela covid-19. Antes da pandemia, o estresse e o esgotamento eram baixos, mas após a pandemia aumentou. A sobrecarga também está muito presente e uma estratégia que pode trazer melhoria é o repouso, além de intervalos com escalas diferentes. Isso pode ajudar também em relação ao estresse e o esgotamento.

Diante dos resultados, (40%) dos enfermeiros mencionados têm escores compatíveis com transtornos mentais comuns no SRQ-20 e (45%) tiveram escores iguais ou superiores a 25 pontos no PSS. No OBI, (60%) atingiram escores de exaustão e (49%) apresentaram distanciamento do trabalho, indicando dificuldade de manter atenção e dedicação plenas às atividades. *Burnout* estava presente para (41%) do grupo (Horta *et al.*, 2021).

A faixa etária predominante varia entre 19 e 56 anos, sendo (50%) inferior a 36 anos, com uma média de 37,4 anos, predominando o sexo feminino. O tempo em atividade na profissão foi de oito anos ou mais, com média de nove anos, variando de menos de 1 até 36 anos, sendo (50%) dos enfermeiros, com 39, 9 meses de atividade hospitalar, variando de menos de 1 mês até 20 anos completos, com mediana igual a 22 meses. (Horta *et al.*, 2021)

Apenas (9%) dos enfermeiros estão tendo acompanhamento psicológico e (13%) estão fazendo uso de psicofármacos. Em relação ao uso de bebidas alcoólicas, são (41%) dos trabalhadores, e (10%) estão fazendo o uso do tabaco. Eles negam o uso de outros tipos de drogas. (Horta *et al.*, 2021)

A prevalência de Burnout, estresse e sofrimento mental é bem elevada nos trabalhadores que são linha de frente no combate a COVID-19. Por isso, é tão importante elaborar estratégias de melhoria dentro do trabalho, para que se consiga diminuir os níveis de SB, estresse e sofrimento mental, evitando também o uso de drogas ilícitas e lícitas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como foco a análise de dados e pesquisas referentes à Síndrome de Burnout na realidade dos enfermeiros na pandemia da covid-19, com o intuito de esclarecer e desmistificar a SB, em especial suas causas, sintomas e tratamentos, como isso afeta a vida dos profissionais da saúde e como a situação tem piorado por causa do esforço redobrado que a pandemia do novo coronavírus exige destes profissionais, com a finalidade de compreender e buscar formas de amenizar o estresse no ambiente de trabalho para, então, ter profissionais mais motivados e saudáveis no cumprimento de suas funções como trabalhadores e cidadãos.

Com base no arcabouço de conhecimentos reunido durante a pesquisa, entendeu-se a Síndrome de Burnout é um distúrbio que acomete profissionais em várias áreas de trabalho, por uma série de motivos que diminuem a motivação, o prazer, a vontade e a sensação de sucesso com o trabalho, algo que leva a pessoa a apresentar sintomas específicos que podem se agravar com o tempo e levar à depressão e ansiedade, por exemplo. Desta feita, passou-se a entender que a SB tem acometido profissionais da saúde ao longo dos anos, mas que sua manifestação piorou bastante durante a pandemia, posto que a demanda excessiva de trabalho, a falta de equipamentos, de leitos, além do estresse, do medo e da insegurança, fizeram com que estes profissionais se exaurissem física e emocionalmente.

Nesse sentido, o estudo obteve êxito em alcançar seu objetivo proposto e confirmar sua hipótese, haja vista ter demonstrado que algumas estratégias de ação para com os profissionais da saúde podem ajudá-los a se restabelecer e voltar a trabalhar com mais vigor e motivação, além de melhorar sua vida pessoal. Além disso, é importante destacar que muitos estudos e avanços científicos têm atenuado a situação da pandemia e se espera que logo este período difícil para a saúde pública passe.

Portanto, é necessário afirmar que, mesmo diante das limitações, o presente estudo tem ampla relevância para a busca dos conhecimentos sobre a Síndrome de Burnout na realidade dos enfermeiros na pandemia da covid-19, contribuindo para pesquisa de outros autores na área da saúde.

Indubitavelmente, este estudo não se esgota em si mesmo e deve servir como base para novos trabalhos acerca da SB em profissionais da saúde, com o propósito de oferecer aos trabalhadores um caminho para aprender mais sobre o assunto e agir na prevenção do esgotamento. Alguns títulos semelhantes que podem contribuir para as próximas pesquisas: Síndrome de Bornout na enfermagem, Síndrome de Bournout durante a pandemia do coronavírus, Assistência de enfermagem durante a pandemia da Covid-19.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Taís de *et al.* Síndrome de Burnout e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de enfermagem de hospitais públicos e privados. **Organizações & Sociedade**, Salvador, v. 19, n. 61, p. 231-251, 2012. Disponível: <https://www.scielo.br/j/osoc/a/MqbMCp3kmvGss7phGymYhTC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 mar. 2021.
- BELASCO, Angélica Gonçalves Silva; FONSECA, Cassiane Dezoti da. Coronavírus 2020. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 2, 2020. Disponível: <https://www.scielo.br/j/reben/a/59cMj854MHCwtCG7X8Pncnr/?lang=pt>. Acesso em: 15 mar. 2021.
- BORGES, Francisca Edinária *et al.* Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, Piauí, v. 95, n. 33, 2021. Disponível: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/835/790>. Acesso em: 24 abr. 2021.
- BRITO, Taiana Borges; SOUSA, Maria do Socorro das Chagas; RODRIGUES, Tatyane Silva. Síndrome de Burnout: Estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem. **Revista UNINGÁ**, Paraná, v. 56, n. S2, p. 113-122, 2019. Disponível: <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2383/1907>. Acesso em: 16 mar. 2021.
- FARO, André *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, 2020. Disponível: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt>. Acesso em: 18 mar. 2021.
- FERREIRA, Naiza do Nascimento; LUCCA, Sergio Roberto de. Síndrome de burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 18, p. 68-79, 2015. Disponível: <https://www.scielosp.org/pdf/rbepid/2015.v18n1/68-79/pt>. Acesso em: 20 abr. 2021.
- GALINDO, Renata Hirschle *et al.* Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 420-427, 2012. Disponível: <https://www.scielo.br/j/re USP/a/GN4pSLTt9Bxg7ntPcR6gshF/?lang=pt>. Acesso em: 29 abr. 2021.
- HELIOTERIO, Margarete Costa *et al.* **COVID-19**: por que a proteção da saúde dos trabalhadores e trabalhadoras da saúde é prioritária no combate à pandemia? Rio de Janeiro, 2020. Disponível: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/664/version/689>. Acesso em: 25 abr. 2021.
- KOVALESKI, Douglas Francisco; BRESSAN, Adriana. A síndrome de Burnout em profissionais de saúde. **Saúde & Transformação Social/Health & Social Change**, Minas Gerais, v. 3, n. 2, p. 107-113, 2012. Disponível: <https://www.redalyc.org/pdf/2653/265323670015.pdf>. Acesso em: 30 abr. 2021.

KRAEMER, Fernanda Zanoto; DUARTE, Maria de Lourdes Custódio; KAISER, Dagmar Elaine. Autonomia e trabalho do enfermeiro. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v. 32, n. 3, p. 487-494, 2011. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/NpqC7NKZjvYVHrQ8qXr6BLQ/?lang=pt>. Acesso em: 12 abril 2021.

KUNRATH, Gustavo Mattes *et al.* Preditores associados ao absenteísmo-doença entre profissionais de enfermagem de um serviço hospitalar de emergência. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v. 42, 2021. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/HFkFRtMP475pwkZh8mJhRhJ/?lang=en>. Acesso em 11 abril 2021.

LARRÉ, Mariana Costa; ABUD, Ana Cristina Freire; INAGAKI, Ana Dorcas de Melo. A relação da síndrome de Burnout com os profissionais de enfermagem: revisão integrativa. **Nursing**, São Paulo, 2018. Disponível:

http://www.revistanursing.com.br/revistas/237-Fevereiro2018/A_relacao_da_sindrome_de_burnout.pdf. Acesso em: 17 mar. 2021.

LIMA, Claudio Márcio Amaral de Oliveira. Informações sobre o novo coronavírus (COVID-19). **Radiologia Brasileira**, São Paulo, v. 53, n. 2, 2020. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/rb/a/MsJJz6qXfjpkXg6qVj4Hfj/?lang=pt>. Acesso em: 15 mar. 2021.

LOPES, Lúcia Marlene Macário; SANTOS, Sandra Maria Pereira dos. Florence Nightingale–Apontamentos sobre a fundadora da enfermagem moderna. **Revista de Enfermagem Referência**, Portugal, v. 3, n. 2, p. 181-189, 2010. Disponível:

<https://www.redalyc.org/pdf/3882/388239961010.pdf>. Acesso em: 30 abr. 2021.

LUCESI, Luciana Barizon; SANTOS, Claudia Benedita dos. Enfermagem: o que esta profissão significa para adolescentes. Uma primeira abordagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 13, n. 2, p. 158-164, 2005. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/wD3mb3FTcdZVQhGvVfjTGKz/?lang=pt>. Acesso em 14 abr. 2021.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto & contexto enfermagem**, Florianópolis, SC. v. 20, n. 2, p. 225-233, abr./jun., 2011.

Disponível: <https://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2>. Acesso em: 22 abr. 2021.

MIRANDA, Fernanda Berchelli Girão *et al.* Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19: Scoping Review. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 25, 2021. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/ean/a/zDJ3GbRydMdvkhCR7P4xpxL/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 mar. 2021.

MODESTO, João Gabriel; SOUZA, Luísa Meirelles de; RODRIGUES, Tatiana S. L. Esgotamento profissional em tempos de Pandemia e suas repercussões para o trabalhador. **PEGADA, a Revista da Geografia do Trabalho**, Brasília, v. 21, n. 2, p. 376-391, 2020. Disponível: <https://revista.fct.unesp.br/index.php/pegada/article/view/7727>. Acesso em: 28 abr. 2021.

MORENO, Fernanda Novaes *et al.* Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout. **Revista enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 140-5, 2011.

Disponível:

<http://ead.bauru.sp.gov.br/efront/www/content/lessons/76/TEcto%20complementar%20-%20estrat%C3%A9gias%20e%20interven%C3%A7%C3%B5es%20no%20enfrentamento%20da%20S%C3%ADndrome%20de%20Burnout.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2021.

PADILHA, Maria Itayra Coelho de Souza; MANCIA, Joel Rolim. Florence Nightingale e as irmãs de caridade: revisitando a história. **Revista brasileira de enfermagem**, Brasília, v. 58, n. 6, p. 723-726, 2005. Disponível:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/ssxh6MfGXgHZxVDpBYTjX9v/?lang=pt>. Acesso em: 10 abr. 2021.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, Anápolis, v. 14, n. 2, p. 171-176, 2016. Disponível:

https://docs.bvsalud.org/biblioref/2016/09/1833/rbmt-v14n2_171-176.pdf. Acesso em: 12 mar. 2021.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, Minas Gerais, v. 9, n. 8, p. e67985121-e67985121, 2020. Disponível: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.512>.

Acesso em: 25 abr. 2021.

PORTUGAL, Jéssica Karoline Alves *et al.* Percepção do impacto emocional da equipe de enfermagem diante da pandemia de COVID-19: relato de experiência. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Amazonas, n. 46, p. e3794-e3794, 2020. Disponível:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3794/1975>. Acesso em: 1 mai. 2021.

RIBEIRO, Larissa Maciel; VIEIRA, Thayana de Almeida; NAKA, Karytta Sousa. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Pará, v. 12, n. 11, 2020. Disponível:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/download/5021/3280/>. Acesso em: 15 mar. 2021.

SÁ, Adriana Muller Saleme de; SILVA, Priscilla de Oliveira Martins; FUNCHAL, Bruno. Burnout: o impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem. **Psicologia & Sociedade**, Recife, v. 26, n. 3, p. 664-674, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/psoc/a/CL8jLVJJrsFvYpgGXmPwcTs/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 mar. 2021.

SANTANA, Ana Clara Cruz Santos; SANTOS, Layane Estefany Siqueira; SANTOS, Lucas Siqueira. Covid-19, estresse contínuo e síndrome de Burnout: como anda a saúde dos profissionais da enfermagem? **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-SERGIPE**, v. 6, n. 2, p. 101, 2020. Disponível em:

<https://periodicos.set.edu.br/cadernobiologicas/article/view/9253/4203>. Acesso em: 1 maio 2021.

SANTOS, Katarina Marcia Rodrigues dos *et al.* Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 25, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ean/a/DfmDPNnHcwnVymcDsHDc6hp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 mar. 2021.

SILVA, Jorge *et al.* Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **Aquichan**. Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 144-159, ago. 2012. Disponível: <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n2/v12n2a06.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2021.

SILVA, Renata Pimentel da *et al.* Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de enfermagem. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 67, n. 1, p. 130-145, 2015. Disponível: <https://www.redalyc.org/pdf/2290/229039192010.pdf>. Acesso em: 16 mar. 2021.

SILVEIRA, Ana Luiza Pereira da *et al.* Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, Minas Gerais, v. 14, n. 3, p. 275-84, 2016. Disponível: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v14n3a13.pdf>. Acesso em: 17 mar. 2021.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível: https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf. Acesso em: 2 maio 2021.

URSI, Elizabeth Silva; GAVÃO, Cristina Maria. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 124-131, 2006. Disponível: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/7hS3VgZvTs49LNX9dd85VVb/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 2 maio 2021.

DE SOUSA JÚNIOR, Belarmino Santos *et al.* Pandemia do coronavírus: estratégias amenizadoras do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde. **Enfermagem em Foco**, Rio Grande do Norte, v. 11, n. 1. ESP, 2020. Disponível: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3644>. Acesso em: 5 set. 2021.

DA LUZ, Emanuelli Mancio Ferreira *et al.* Repercussões da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, Minas Gerais, v. 10, 2020. Disponível: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3824>. Acesso em: 5 set. 2021.

FREITAS, Ronilson Ferreira *et al.* Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 70, p. 12-20, 2021. Disponível: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/3VtJMCNZFXXp8JbqfWX7Xwz/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 5 set. 2021.

DE HUMEREZ, Dorisdaia Carvalho; OHL, Rosali Isabel Barduchi; DA SILVA, Manoel Carlos Neri. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, Paraná, v. 25, 2020. Disponível: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115>. Acesso em: 5 set. 2021.

SOUZA, Norma Valéria Dantas de Oliveira *et al.* Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v. 42, 2021. Disponível: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/MHPHGNFpTgYJgQzwyFQnZZr/?lang=pt>. Acesso em: 6 set. 2021.

MIRANDA, Fernanda Berchelli Girão *et al.* Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: Scoping Review. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 25, 2021. Disponível: <https://www.scielo.br/j/ean/a/zDJ3GbRydMdVkhCR7P4xpxL/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 6 set. 2021.

PAIANO, Marcelle *et al.* Saúde mental dos profissionais de saúde na China durante pandemia do novo coronavírus: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, 2020. Disponível: <https://www.scielo.br/j/reben/a/fVpnLtzZYxs5DN7ZYQyhbFF/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 6 set. 2021.

VEGA, Edwing Alberto Urrea *et al.* Riscos de adoecimento ocupacional em profissionais da saúde que atendem pacientes com COVID-19: revisão integrativa. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v. 29, 2021. Disponível: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/xj7XXMTkcfdtwmhX4gnGCxF/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 7 set. 2021.

RAMOS-TOESCHER, Aline Marcelino *et al.* Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 24, n. SPE, 2020. Disponível: <https://www.scielo.br/j/ean/a/HwhCLFJwBRv9MdDqWCw6kmy/?lang=pt>. Acesso em: 7 set. 2021.

HORTA, Rogério Lessa *et al.* O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 70, p. 30-38, 2021. Disponível: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/3wN8kZGYJVd3B4tF6Wcctgs/>. Acesso em: 7 set. 2021.

APÊNDICE A – PROTOCOLO DE BUSCA

PROTOCOLO DE BUSCA	
Título: A SÍNDROME DE BORNOUT NA REALIDADE DOS ENFERMEIROS NA PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
1) Objetivo: Analisar, na literatura, os impactos da síndrome de Burnout na qualidade de vida dos enfermeiros durante a pandemia do Coronavírus.	
2) Questão norteadora: Quais os impactos da síndrome de Burnout na qualidade de vida dos enfermeiros durante a pandemia do Coronavírus?	
3) Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Um graduando de enfermagem na condição de pesquisadora assistente; • Uma pesquisadora orientadora; 	
4) Participação dos pesquisadores: <ul style="list-style-type: none"> • O graduando de enfermagem realizará a busca na literatura, bem como a análise dos achados e a produção do manuscrito. • A pesquisadora orientadora indicará todo o processo de produção da revisão integrativa, desde a ideia inicial à aprovação final para publicação. 	
5) Estratégias de busca (pesquisa avançada)	
Base de dados <ul style="list-style-type: none"> • Base de dados 1: LILACS • Base de dados 2: PUBMED • Base de dados 3: SCIELO 	
Descritores <ul style="list-style-type: none"> • Burnout; • Enfermagem; • Coronavírus. 	
Cruzamentos (ALL)	
Burnout AND Enfermagem; Enfermagem AND Coronavírus; Coronavírus AND Burnout.	
6) Seleção dos estudos <ul style="list-style-type: none"> • Critérios de inclusão: <ul style="list-style-type: none"> • Artigos completos no idioma “português” • Artigos que datem sua publicação nos últimos 10 anos (jun/2011 á jan/2021). • Critérios de exclusão: <ul style="list-style-type: none"> • Dissertação; • Trabalho de Conclusão de Curso; 	

<ul style="list-style-type: none">• Editoriais.
7) Estratégia para coleta de dados dos estudos
<ul style="list-style-type: none">• Instrumento construído para tal finalidade

APÊNDICE B – INSTRUMENTO PARA EXTRAÇÃO DE DADOS

N	Autores e ano	Título	Periódico	Objetivo	Base de dados

Fonte: Elaborada pela autora, (2021).