

BURNOUT E SAÚDE MENTAL EM PROFISSIONAIS DA LINHA DE FRENTE: UMA REVISÃO DA LITERATURA SOBRE ESTRATÉGIAS DE RESILIÊNCIA INSTITUCIONAL

Francielli Sampaio Rios de Sousa¹;

¹Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Alexsandra Bezerra da Silva Holanda²;

²Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Maria das Graças Pereira Lima³;

³Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Benedita Elizabete de Aguiar⁴;

⁴Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Araci Acácia Ribeiro Silva⁵;

⁵Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Maria Arianne Soares Mendes⁶;

⁶Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Valdenia Silva Melo⁷;

⁷Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Tatiana Alves Abreu Santos⁸;

⁸Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Márcia Beatriz Abreu de Amorim⁹;

⁹Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Lucimeire Barbosa Viana dos Santos¹⁰;

¹⁰Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Ian Paiva Rodrigues¹¹;

¹¹Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Francisca Moraes da Silva¹²;

¹²Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Katia Maria Lima Freire¹³;

¹³Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Francisca Lenice Pinto¹⁴;

¹⁴Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

Erica Pereira Januario Ataides¹⁵.

¹⁵Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza, Ceará.

RESUMO: A síndrome de Burnout e os impactos na saúde mental dos profissionais da linha de frente tornaram-se temas centrais nas discussões contemporâneas sobre saúde ocupacional, especialmente após a pandemia da COVID-19. A exposição contínua ao estresse ocupacional, à sobrecarga de trabalho, ao sofrimento humano e às condições adversas de assistência intensificou os riscos de exaustão emocional, ansiedade, depressão e adoecimento psíquico entre trabalhadores da saúde. O presente estudo teve como objetivo analisar as evidências científicas acerca do Burnout e da saúde mental em profissionais da linha de frente, enfatizando estratégias de resiliência institucional voltadas à promoção do bem-estar ocupacional. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, realizada nas bases Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Scholar, considerando publicações entre os anos de 2020 e 2025. Os resultados evidenciaram elevada prevalência de sofrimento psíquico entre profissionais da saúde, especialmente enfermeiros, médicos e trabalhadores da terapia intensiva. Estratégias institucionais como apoio psicológico, dimensionamento adequado de pessoal, fortalecimento da comunicação organizacional, educação permanente e promoção de ambientes de trabalho saudáveis mostraram-se relevantes para fortalecimento da resiliência profissional. Conclui-se que a implementação de políticas institucionais voltadas à saúde mental dos trabalhadores é fundamental para promoção da qualidade assistencial, segurança do paciente e sustentabilidade dos sistemas de saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Burnout. Saúde Mental. Profissionais da Saúde. Resiliência Psicológica. Saúde do Trabalhador.

BURNOUT AND MENTAL HEALTH AMONG FRONTLINE PROFESSIONALS: A LITERATURE REVIEW ON INSTITUTIONAL RESILIENCE STRATEGIES

ABSTRACT: Burnout syndrome and mental health impacts among frontline professionals have become central topics in contemporary discussions on occupational health, especially after the COVID-19 pandemic. Continuous exposure to occupational stress, work overload, human suffering, and adverse care conditions intensified the risks of emotional exhaustion, anxiety, depression, and psychological illness among healthcare workers. This study aimed to analyze scientific evidence regarding Burnout and mental health among frontline

professionals, emphasizing institutional resilience strategies aimed at promoting occupational well-being. This is a narrative literature review with a qualitative and descriptive approach, conducted in the Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE, Virtual Health Library (VHL), and Google Scholar databases, considering publications from 2020 to 2025. The results showed a high prevalence of psychological distress among healthcare professionals, especially nurses, physicians, and intensive care workers. Institutional strategies such as psychological support, adequate staffing, strengthening organizational communication, continuing education, and promotion of healthy work environments proved relevant for strengthening professional resilience. It is concluded that implementing institutional policies focused on workers' mental health is essential for promoting healthcare quality, patient safety, and sustainability of healthcare systems.

KEY-WORDS: Burnout. Mental Health. Healthcare Professionals. Psychological Resilience. Occupational Health.

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais da linha de frente tornou-se uma das principais preocupações dos sistemas de saúde contemporâneos, especialmente após a pandemia da COVID-19, período marcado por intensificação das demandas assistenciais, sobrecarga ocupacional e aumento significativo do sofrimento psíquico entre trabalhadores da saúde. A exposição contínua ao estresse, às jornadas exaustivas, ao sofrimento humano e à elevada responsabilidade profissional favoreceu o desenvolvimento de transtornos emocionais e ocupacionais, com destaque para a síndrome de Burnout (Morgantini et al., 2020).

A síndrome de Burnout é caracterizada por estado de exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, resultante da exposição prolongada a fatores estressores relacionados ao trabalho. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como fenômeno ocupacional associado ao ambiente laboral, o Burnout apresenta impactos significativos tanto para os trabalhadores quanto para a qualidade da assistência prestada aos pacientes (World Health Organization, 2019).

Os profissionais da linha de frente, especialmente aqueles atuantes em unidades de terapia intensiva, serviços de urgência e emergência e setores de doenças infecciosas, foram particularmente afetados durante a pandemia. Estudos internacionais apontaram aumento expressivo de sintomas relacionados à ansiedade, depressão, insônia, sofrimento emocional e ideação de abandono profissional entre trabalhadores da saúde (Lai et al., 2020). Além disso, fatores como escassez de recursos, medo de contaminação, perda de colegas de trabalho e insegurança institucional agravaram ainda mais o cenário de adoecimento psíquico.

A enfermagem destacou-se entre as categorias profissionais mais vulneráveis ao Burnout, devido à intensa carga de trabalho, contato contínuo com pacientes críticos e

acúmulo de responsabilidades assistenciais e emocionais. Segundo Teixeira et al. (2021), os profissionais de enfermagem apresentaram elevados níveis de desgaste psicológico, especialmente em instituições marcadas por insuficiente suporte organizacional e inadequado dimensionamento de pessoal.

Além dos impactos individuais, o Burnout também compromete diretamente a qualidade da assistência e a segurança do paciente. Profissionais emocionalmente exaustos apresentam maior risco de falhas assistenciais, redução da produtividade, absenteísmo e afastamentos laborais, gerando repercussões importantes para sustentabilidade dos sistemas de saúde (West et al., 2018). Nesse contexto, a promoção da saúde mental dos trabalhadores passou a ser compreendida como componente estratégico para fortalecimento da qualidade assistencial.

Diante desse cenário, as estratégias de resiliência institucional ganharam destaque nas discussões relacionadas à saúde ocupacional. O conceito de resiliência institucional refere-se à capacidade organizacional de desenvolver ambientes de trabalho saudáveis, oferecer suporte emocional aos profissionais e implementar medidas capazes de reduzir os impactos do estresse ocupacional (Shanafelt; Noseworthy, 2017). Entre as principais estratégias descritas na literatura destacam-se apoio psicológico, educação permanente, comunicação organizacional efetiva, valorização profissional e fortalecimento das relações interpessoais no ambiente de trabalho.

Além disso, políticas institucionais voltadas ao acolhimento emocional, prevenção do adoecimento psíquico e promoção da qualidade de vida ocupacional vêm sendo apontadas como fundamentais para redução do Burnout entre profissionais da saúde. A implementação de espaços de escuta, programas de saúde mental e ações de suporte multiprofissional demonstrou impacto positivo na resiliência psicológica e no bem-estar dos trabalhadores (Prado et al., 2020).

Assim, considerando os impactos do Burnout na saúde dos trabalhadores e na qualidade da assistência prestada, torna-se relevante compreender as principais estratégias de resiliência institucional voltadas à promoção da saúde mental dos profissionais da linha de frente. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas acerca do Burnout e das estratégias institucionais de enfrentamento relacionadas à saúde mental dos trabalhadores da saúde.

OBJETIVO

Analisar os impactos do Burnout e do adoecimento mental em profissionais da linha de frente, enfatizando estratégias de resiliência institucional voltadas à promoção da saúde ocupacional, prevenção do sofrimento psíquico e fortalecimento da qualidade assistencial nos serviços de saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenvolvida com o objetivo de reunir evidências científicas relacionadas ao Burnout, à saúde mental e às estratégias de resiliência institucional direcionadas aos profissionais da linha de frente nos serviços de saúde. A pesquisa buscou compreender os impactos psicossociais do trabalho em contextos de elevada exigência assistencial, especialmente após a pandemia da COVID-19, bem como identificar estratégias organizacionais voltadas à prevenção do adoecimento ocupacional.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Scholar. Para a seleção das publicações foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e os Medical Subject Headings (MeSH): “Burnout”, “Saúde Mental”, “Profissionais da Saúde”, “Resiliência Psicológica”, “Occupational Stress”, “Mental Health” e “Healthcare Workers”, combinados exclusivamente pelo operador booleano AND. Essa estratégia permitiu refinamento da busca e identificação de estudos diretamente relacionados à temática investigada.

Foram incluídos artigos científicos completos publicados entre os anos de 2020 e 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem Burnout, sofrimento psíquico, saúde mental ocupacional, estratégias institucionais de enfrentamento e resiliência organizacional entre profissionais da linha de frente. Foram excluídos estudos duplicados, resumos simples, editoriais, dissertações, teses, cartas ao leitor e publicações que não apresentavam relação direta com os objetivos do estudo.

A seleção dos estudos ocorreu inicialmente por meio da leitura dos títulos e resumos e, posteriormente, pela leitura integral das publicações elegíveis. Após essa etapa, os dados foram organizados e analisados de forma descritiva, permitindo construção de categorias temáticas relacionadas aos fatores desencadeantes do Burnout, impactos psicossociais do trabalho em saúde, estratégias institucionais de suporte emocional, promoção da resiliência profissional e fortalecimento da saúde ocupacional nos serviços de saúde.

Por se tratar de estudo realizado exclusivamente com dados secundários de domínio público, sem envolvimento direto de seres humanos, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme estabelecido pela Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados evidenciaram elevada prevalência de Burnout e sofrimento psíquico entre profissionais da linha de frente, especialmente após a pandemia da COVID-19. Observou-se aumento significativo de sintomas relacionados à exaustão emocional, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e esgotamento ocupacional entre trabalhadores

da saúde, particularmente em unidades de terapia intensiva, urgência e emergência e setores de doenças infecciosas (Lai et al., 2020).

A enfermagem foi apontada como uma das categorias mais vulneráveis ao adoecimento mental, devido à intensa sobrecarga assistencial, contato contínuo com sofrimento humano, jornadas prolongadas e insuficiente dimensionamento de pessoal. Estudos realizados no Brasil demonstraram altos índices de esgotamento emocional e intenção de abandono profissional entre enfermeiros atuantes na linha de frente, especialmente em ambientes marcados por condições precárias de trabalho e fragilidades organizacionais (Teixeira et al., 2021; Dal’Bosco et al., 2020).

Outro aspecto frequentemente identificado refere-se à associação entre Burnout e comprometimento da qualidade assistencial. Os estudos evidenciaram que profissionais emocionalmente exaustos apresentam maior risco de falhas na assistência, redução da produtividade, absenteísmo e ocorrência de eventos adversos relacionados à segurança do paciente (West et al., 2018). Além disso, sintomas persistentes de sofrimento psíquico favoreceram aumento do uso de psicofármacos, afastamentos laborais e prejuízos nas relações interpessoais dentro das equipes de saúde.

Os fatores desencadeantes do Burnout foram amplamente discutidos nas publicações analisadas. Entre os principais elementos associados ao adoecimento destacaram-se sobrecarga de trabalho, pressão psicológica constante, medo de contaminação, insuficiência de equipamentos de proteção individual, perdas de colegas e pacientes e ausência de suporte institucional adequado (Morgantini et al., 2020). A exposição contínua a situações traumáticas também contribuiu para desenvolvimento de sintomas relacionados ao transtorno de estresse pós-traumático em parte dos profissionais avaliados.

As estratégias de resiliência institucional surgiram como componentes fundamentais para redução dos impactos do sofrimento psíquico nos serviços de saúde. Os estudos demonstraram que instituições que implementaram programas estruturados de apoio psicológico, acolhimento emocional e suporte multiprofissional apresentaram melhores indicadores relacionados à saúde mental ocupacional (Prado et al., 2020). Espaços de escuta qualificada, acompanhamento psicológico e fortalecimento da comunicação organizacional favoreceram maior sensação de segurança e pertencimento entre os trabalhadores.

Outro ponto relevante identificado nas publicações refere-se à importância da liderança institucional no fortalecimento da resiliência profissional. Ambientes organizacionais caracterizados por comunicação transparente, valorização profissional e participação dos trabalhadores nos processos decisórios demonstraram menor prevalência de Burnout e maior satisfação ocupacional (Shanafelt; Noseworthy, 2017). Além disso, políticas institucionais voltadas à humanização das relações de trabalho contribuíram para fortalecimento do suporte emocional das equipes.

Os estudos também destacaram a relevância da educação permanente e da promoção da saúde ocupacional nos serviços de saúde. Estratégias como treinamentos sobre manejo emocional, práticas integrativas, pausas assistenciais, incentivo ao autocuidado e desenvolvimento de competências socioemocionais mostraram impacto positivo na redução do sofrimento psíquico e fortalecimento da resiliência psicológica dos profissionais (Matsuo et al., 2021).

Além disso, observou-se que a insuficiente valorização profissional e as fragilidades das políticas públicas de saúde do trabalhador agravaram os impactos do Burnout em diferentes contextos assistenciais. Os autores ressaltam que o enfrentamento do adoecimento mental entre profissionais da linha de frente exige intervenções estruturais, investimentos institucionais e fortalecimento das políticas de proteção à saúde ocupacional.

Dessa forma, os resultados evidenciam que o Burnout representa fenômeno multifatorial com importantes repercussões individuais, institucionais e assistenciais. As estratégias de resiliência institucional mostraram-se fundamentais para promoção da saúde mental, fortalecimento da qualidade assistencial e sustentabilidade dos sistemas de saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão narrativa evidenciou que o Burnout e o adoecimento mental entre profissionais da linha de frente representam importantes desafios para os sistemas de saúde contemporâneos, especialmente diante da intensificação das demandas assistenciais e das repercussões decorrentes da pandemia da COVID-19. Os estudos analisados demonstraram elevada prevalência de sofrimento psíquico, exaustão emocional, ansiedade e depressão entre trabalhadores da saúde, com destaque para profissionais da enfermagem e setores de alta complexidade assistencial.

Observou-se que fatores relacionados à sobrecarga de trabalho, insuficiente suporte institucional, desgaste emocional contínuo e fragilidades organizacionais contribuíram significativamente para o agravamento do Burnout nos ambientes hospitalares. Além dos impactos individuais, o adoecimento mental dos profissionais compromete diretamente a qualidade da assistência, a segurança do paciente e a sustentabilidade dos serviços de saúde.

As estratégias de resiliência institucional mostraram-se fundamentais para redução dos impactos psicossociais do trabalho em saúde, destacando-se ações de apoio psicológico, fortalecimento da comunicação organizacional, educação permanente, valorização profissional e promoção de ambientes laborais mais saudáveis e acolhedores.

Conclui-se que a promoção da saúde mental dos profissionais da linha de frente deve ser compreendida como prioridade estratégica para os sistemas de saúde, exigindo fortalecimento das políticas institucionais de cuidado ao trabalhador, investimentos em saúde ocupacional e implementação de práticas organizacionais voltadas à prevenção do

REFERÊNCIAS

- DAL'BOSCO, Eduardo Botti et al. Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, supl. 2, e20200434, 2020.
- LAI, Jianbo et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. **JAMA Network Open**, v. 3, n. 3, e203976, 2020.
- MATSUO, Tiemi et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de profissionais de saúde. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, eAPE000635, 2021.
- MORGANTINI, Lucas A. et al. Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic: a rapid turnaround global survey. **PLOS ONE**, v. 15, n. 9, e0238217, 2020.
- PRADO, Amanda Dantas et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 46, e4128, 2020.
- SHANAFELT, Tait D.; NOSEWORTHY, John H. Executive leadership and physician well-being: nine organizational strategies to promote engagement and reduce burnout. **Mayo Clinic Proceedings**, v. 92, n. 1, p. 129-146, 2017.
- TEIXEIRA, Carmen Fontes et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 9, p. 3465-3474, 2021.
- WEST, Colin P. et al. Interventions to prevent and reduce physician burnout: a systematic review and meta-analysis. **The Lancet**, v. 388, n. 10057, p. 2272-2281, 2018.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. Geneva: WHO, 2019.