

SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE OS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM FRENTE A PANDEMIA DA COVID 19

Aline Jenifer de Brito Carvalho¹; Cryslen Suellen da Silva Christalino¹; Graciela Junqueira de Abreu^{2*}

¹ Graduando em Enfermagem, Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS; ² Mestre em Fisioterapia – UNICID, docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS

* autor correspondente: gra_junqueira@hotmail.com

RESUMO

A síndrome respiratória aguda grave causada pelo coronavírus (SARS-CoV-2), um dos sete subtipos do coronavírus que causa doenças em humanos, surgiu em Wuhan, na China, em dezembro de 2019. Trata-se de uma doença viral que apresenta transmissão e disseminação fácil entre os seres humanos, causou e causa internações várias vezes por pneumonia, inicialmente sem o patógeno isolado, e evoluiu com complicações respiratórias graves. Com o surgimento da pandemia do novo coronavírus aumentou a sobrecarga de trabalho, em que, os profissionais de saúde foram submetidos a circunstâncias de grande desgaste físico e psicológico, que podem levar ao desenvolvimento de doenças ocupacionais, sendo a síndrome de *burnout* a principal delas. A pesquisa teve como objetivo compreender os efeitos e as consequências do trabalho durante a pandemia da Covid-19 na saúde mental dos profissionais de saúde e conhecer os fatores que podem estar associados ao desenvolvimento da síndrome de *burnout*. Trata-se de uma revisão bibliográfica e o levantamento de artigos foi realizado nas bases de dados Scielo, Pubmed, Revista de Enfermagem Atual, *Brazilian Journals* e Google Acadêmico. Evidenciou-se que experiência profissional, condições de trabalho, situação financeira, relação entre trabalho e família, medo de contaminação e transmissão da doença foram os principais fatores associados ao desenvolvimento de *burnout* em profissionais de saúde. Essa pesquisa tem como objetivo também, descrever fatores e agravantes estressores para os profissionais de enfermagem, bem como identificar sinais e sintomas de doenças ocupacionais desses profissionais, como a síndrome de *burnout*, sua prevenção e tratamento clínico.

PALVRAS CHAVE: covid 19, enfermagem, doenças ocupacionais e síndrome de *burnout*.

1 INTRODUÇÃO

A síndrome respiratória aguda grave causada pelo coronavírus (SARS-CoV-2), um dos sete subtipos do coronavírus que causa doenças em humanos, surgiu em Wuhan, na China, em dezembro de 2019. Trata-se de uma doença viral que apresenta transmissão e disseminação fácil entre os seres humanos,

causou e causa internações várias vezes por pneumonia, inicialmente sem o patógeno isolado, e evoluiu com complicações respiratórias graves. É considerada uma pandemia pela Organização Mundial da Saúde desde março de 2020 e tem sido apontada por especialistas como uma das maiores de todos os tempos (BRASIL, 2020).

Na época, uma doença ainda

pouco conhecida, a COVID-19 assolou o mundo ao destruir famílias, o que causou pânico em todos, e principalmente entre os profissionais atuantes na linha de frente ao combate desse vírus. Até abril de 2022, há registros de aproximadamente 508 milhões de pessoas infectadas pelo vírus, e 6,21 milhões de mortes pelo mundo todo (OMS, 2022).

O enfrentamento de situações críticas como a COVID-19 pode exigir que os profissionais de enfermagem enfrentem seus recursos psicológicos, o que pode gerar níveis mais elevados de estresse ocupacional, fator relacionado ao surgimento de doenças físicas e mentais. O bom desempenho dos trabalhadores em suas funções profissionais prejudica inclusive, as relações pessoais e familiares. Essas situações de estresse ocupacional em condições clínicas psiquiátricas extremas e crônicas podem levar à síndrome de *burnout*. Nesta, os trabalhadores se sentem extremamente exaustos e sentem que não tem nada a oferecer aos outros. A maior incidência dessa condição é em profissionais que mantêm contato direto e permanente com outras pessoas (BARRETO, 2020).

Os profissionais da enfermagem que exercem atividades em ambientes hospitalares destacam-se nesse contexto, pois esses mantêm contato direto e contínuo com pacientes que possuem doenças mais graves, que necessitam de atenção, cuidados constantes e intensivos, além de estarem expostos diariamente aos riscos físicos, químicos, biológicos, psicossociais e ergonômicos (ESTALELLA et al., 2020).

Essa pesquisa bibliográfica tem como objetivo descrever fatores e agravantes estressores para os profissionais de enfermagem, bem como identificar sinais e sintomas de doenças ocupacionais desses profissionais, como a síndrome de *burnout*, sua prevenção e tratamento clínico.

Compreendendo o aumento do número agravante de profissionais de

enfermagem acometidos pelas doenças ocupacionais durante a pandemia da COVID-19, torna-se de suma importância a abordagem do tema, atentando para suas consequências, sinais e sintomas, prevenção e tratamento das mesmas, tendo destaque a síndrome de *burnout*. O diagnóstico e a intervenção ao nível do *burnout*, constituem-se como uma medida importante a ser tomada pelo enfermeiro que está à frente de sua equipe dentro da organização de saúde, uma vez que, torna-se notório o reflexo da qualidade dos serviços prestados.

2 COVID-19

A pandemia da doença causada pelo novo coronavírus 2019 (COVID-19) tornou-se um dos grandes desafios do século XXI. Atualmente, acomete mais de 100 países e territórios nos cinco continentes. Seus impactos ainda são inestimáveis, mas afetam direta e/ou indiretamente a saúde e a economia da população mundial (WHO, 2019).

2.1 Definição, etiologia e vias de transmissão

A doença é considerada uma zoonose, infecção naturalmente transmissível entre animais vertebrados e seres humanos, onde os animais não doentes albergam e eliminam os agentes etiológicos. O animal no qual a doença se originou ainda está sendo investigado. Espetula-se, com base no sequenciamento genético do vírus, que morcegos, ou ainda, o pangolim, um mamífero da espécie *Manis javanica*, sejam a origem mais provável (LAM et al, 2020).

Os coronavírus foram descritos pela primeira vez na década de 1960 e são os maiores vírus de ácido ribonucleico (RNA) de fita simples, esféricos, encapsulados e cercados por uma camada de proteínas. Dentre os coronavírus identificados, o SARS-CoV-2 é o sétimo identificado a causar doenças em humanos, sendo o terceiro a determinar

uma epidemia, após a síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV) e a síndrome respiratória do Oriente Médio (MERS-CoV), que cursavam com sintomas graves de vias aéreas e alta taxa de mortalidade, entre 10-30%. Os outros quatro, considerados endêmicos, como o HKU1, o OC43, o 229E e o NL63 apresentam sintomas leves semelhantes a um resfriado e são responsáveis por aproximadamente 10% das doenças sazonais das vias aéreas não causadas pela influenza (WANG et al., 2020).

A transmissão principal ocorre através de gotículas, como partículas grandes > 5 mm, movendo-se 1-2 metros, que se originam quando uma pessoa infectada espirra ou tosse. A transmissão por aerossóis, como com pequenas partículas < 5 mm, movendo-se mais de 1 m é possível, porém controversa. Na falta de evidências, sugere-se a adoção de medidas preventivas, pois essa via de transmissão, se confirmada, é especialmente relevante no campo da saúde. A transmissão por contato com superfícies ou fontes contaminadas por gotículas, também é relevante, ao tocar essas superfícies e, subsequentemente, levar as mãos ao nariz, olhos ou boca, porém não há relatos específicos que demonstrem esse tipo de transmissão (LAM et al., 2020).

2.2 Impactos físicos causados pela COVID-19

Por se tratar de uma doença relativamente nova, ainda pouco se sabe sobre seus efeitos a longo prazo. Porém, alguns estudos já evidenciaram a presença de algumas alterações a nível de sistema cardiorrespiratório nos casos mais graves da doença, mesmo naqueles que evoluíram para a alta hospitalar. Estas disfunções que surgem mesmo após o tempo de internação são denominadas de síndrome pós-cuidados intensivos. Estas, podem acometer indivíduos de qualquer faixa etária e são caracterizadas por uma incapacidade prolongada

e até por episódios de fadiga, dispneia, disfunção muscular e dor (AMIB, 2020).

Os casos mais graves da COVID-19, e que inevitavelmente necessitam de um tratamento intensivo evoluem para um importante comprometimento da função respiratória do indivíduo, caracterizado por uma hipóxia grave. Quando a ventilação mecânica invasiva precisa ser utilizada em pacientes críticos é necessário que se tenha em mente, que mesmo após a extubação, esse indivíduo permanecerá com limitações cardiorrespiratórias (GENG et al., 2020).

As alterações causadas pela COVID-19 a longo prazo possuem uma grande variação, de acordo com a gravidade do quadro do paciente e se o mesmo possui algumas comorbidades prévias. As características fisiopatológicas presentes em pacientes que sofreram com a parte mais grave da doença evidenciam a presença de uma redução nas capacidades e volumes pulmonares, causada pelo processo inflamatório do vírus e, conseqüentemente, uma diminuição na capacidade funcional. Pode-se encontrar também uma diminuição da força do diafragma por conta do uso da ventilação mecânica e uma importante redução da capacidade de realização das atividades de vida diária e atividades laborais do indivíduo (GENG et al., 2020).

Dentre as disfunções no sistema musculoesquelético, estão a perda de massa e da função muscular, responsáveis pela fraqueza muscular, mialgia, neuropatia e déficit de equilíbrio. Portanto, a limitação musculoesquelética e a diminuição da capacidade cardiorrespiratória, contribuem na má qualidade de vida desses pacientes pós-covid-19, pois acabam deixando-os incapazes funcionalmente de realizar sua rotina habitual, bem como podem gerar outras doenças psicossomáticas e dores multifocais (SILVA; SOUSA, 2020).

2.3 Impactos emocionais e psíquicos causados pela COVID-19

Os indivíduos reagem de maneira diferente em situações estressantes. Com relação a pandemia e como cada um reage pode depender da sua história de vida, da sua formação, das suas características particulares e da comunidade em que o mesmo vive. Os grupos que podem responder mais intensamente ou negativamente ao estresse de uma crise são as pessoas idosas ou com doenças crônicas, que apresentam maior risco se tiverem a doença, profissionais de saúde que trabalham no atendimento à Covid-19 e pessoas que tem transtornos mentais, incluindo problemas relacionados ao uso de substâncias (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O aumento dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais durante a pandemia pode ocorrer por diversas causas. Dentre elas, pode-se destacar a ação direta do vírus da covid-19 no sistema nervoso central, as experiências traumáticas associadas à infecção ou à morte de pessoas próximas, o estresse induzido pela mudança na rotina devido às medidas de distanciamento social ou pelas consequências econômicas, na rotina de trabalho ou nas relações afetivas e, por fim, a interrupção de tratamento por dificuldades de acesso (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O distanciamento social alterou os padrões de comportamento da sociedade, com o fechamento de escolas, a mudança dos métodos e da logística de trabalho e de diversão, minando o contato próximo entre as pessoas, algo tão importante para a saúde mental (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O convívio prolongado dentro de casa aumentou o risco de desajustes na dinâmica familiar. Somam-se a isso as reduções de renda e o desemprego, que pioram ainda mais a tensão sobre as famílias. E, ainda, as mortes de entes queridos em um curto espaço de tempo, juntamente à dificuldade para realizar os

rituais de despedida, dificultando a experiência de luto e impedindo a adequada ressignificação das perdas, aumentando o estresse (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O cuidado com a saúde mental deve estar na lista de prioridades neste período de isolamento e distanciamento social. A Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ) publicou uma cartilha com recomendações gerais para a saúde mental durante a pandemia. A cartilha explica que algumas das reações mais frequentes nesse período é o medo de contrair a doença e de infectar outras pessoas, a angústia, a solidão, a tristeza, a insônia. Para reverter esse quadro, o documento sugere que a população invista no diálogo, mantendo ativa a rede socioafetiva, nos exercícios físicos, mesmo que em ambiente restrito, na meditação, na leitura, na participação em ações solidárias, sejam presenciais ou à distância. O leque de possibilidades é vasto e pode ajudar a amortecer a sobrecarga de informações (BRASIL, 2020).

3 SÍNDROME DE *BURNOUT*

Durante a pandemia, o foco está na doença em si, não nos transtornos mentais que podem resultar dela. No entanto, com a crescente carga observada para os profissionais de saúde, o COVID-19 criou a necessidade de considerar os problemas de saúde mental. A síndrome de *burnout* afeta muitos profissionais de saúde e, diante da situação de pandemia do COVID-19 e de toda a sobrecarga que esses profissionais estão vivenciando, os empregadores precisam fazer um trabalho melhor para enfrentá-la. Considerando a questão psicológica, é importante reconhecer e acolher os medos e receios dos profissionais de enfermagem e explorar essa questão, o que também ajuda a estruturar novas pesquisas, ampliar conhecimentos e possibilitar novas estratégias de enfrentamento da síndrome de *burnout* (WU et al.,

2009).

Os profissionais de enfermagem sempre estiveram na linha de frente ao combate de várias doenças, das quais sempre sofreram exposição e riscos. Porém, só tiveram destaque aos olhos do mundo com a pandemia da COVID 19. As marcas deixadas em suas faces pela utilização dos EPIs, depois de uma jornada exaustiva de trabalho, compadeciam todo o mundo, e conforme a pandemia avançava e os casos aumentavam, tanto o número de casos, quanto o de mortes, se via o medo, mas também a irresponsabilidade e o negacionismo por parte de muitas pessoas. Fatores esses que agravaram ainda mais o atendimento aos doentes, e com isso, grande parte do sistema de saúde entrou em colapso no Brasil, pois as jornadas de trabalho aumentaram entre os profissionais de saúde, em especial os da enfermagem (AVANIAN, 2020; SCHWARCZ, 2020).

Estes fatores contribuíram para o agravante das doenças ocupacionais entre os profissionais de enfermagem, doenças essas que já afetavam a classe, porém teve uma piora significativa nesse período de pandemia da COVID-19 (FI-OCUZ, 2020).

3.1 Definição e Histórico

A síndrome de *burnout* ou síndrome do esgotamento profissional é um distúrbio psíquico, descrito em 1974, por Freudenberg, um médico americano. O transtorno está registrado no grupo 24 do CID-11 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), como um dos fatores que influenciam a saúde ou o contato com os serviços de saúde, entre os problemas relacionados ao emprego e ao desemprego (VARELLA, 2018).

O *burnout* é um transtorno de humor caracterizado por sintomas de exaustão extrema, estresse e exaustão física, com um trabalho estressante, que exige muita competitividade ou respon-

sabilidade. A principal causa desta doença é simplesmente o excesso de trabalho. Essa síndrome é comumente observada em profissionais que trabalham diariamente sob pressão e tem responsabilidades contínuas, como médicos, enfermeiros, professores, policiais, jornalistas. A síndrome de *burnout* também pode ocorrer quando os profissionais planejam ou são orientados por objetivos de trabalho muito difíceis, caso em que, por algum motivo, as pessoas podem achar que não possuem habilidades suficientes para atingir esses objetivos. Essa síndrome pode levar a um estado profundamente depressivo, por isso é essencial buscar apoio profissional nos primeiros sintomas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

3.2 Sinais e sintomas

O paciente apresenta cansaço excessivo, físico e mental, dores de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração, sentimentos de fracasso e insegurança, negatividade constante, sentimentos de derrota e de desesperança, sentimentos de incompetência, alterações repentinas de humor, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares, problemas gastrointestinais e alteração nos batimentos cardíacos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

3.3 Profissionais acometidos pela síndrome de *burnout*

De acordo com pesquisa realizada pela *International Stress Management Association* (ISMA), 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofrem com o problema. A intensidade da doença varia de acordo com a carga imposta por cada indivíduo e suas necessidades internas. Algumas profissões, como bombeiros, policiais, professores, bancários, médicos e enfermeiros exigem mais dos trabalhadores e são estes os que tem maior impacto com a síndrome de *burnout* (ANAMT, 2018).

3.4 Incidência de enfermeiros acometidos pela síndrome de *burnout*

Um estudo realizado pela PEBMED revela que 78% dos profissionais de saúde tiveram sinais de síndrome de *burnout* no período da pandemia. A prevalência foi de 74% entre enfermeiros e 64% entre técnicos de enfermagem (PEBMED, 2021).

No Brasil, de acordo com o COFEN, o quantitativo de profissionais afastados sofreu um aumento de 660% no mês de abril de 2020, cerca de 78,4% desses profissionais apresentaram uma prevalência da SB (RIBEIRO et al., 2020). E de acordo com Freitas et al. (2020), 80% dos profissionais de saúde que atuavam no enfrentamento da pandemia, tiveram sintomas relacionados à SB, isso pode sinalizar um aumento da incidência da síndrome durante a pandemia. Esse aumento no quantitativo de profissionais afastados e contaminados leva conseqüentemente a sobrecarga de trabalho ocasionando esgotamento psíquico da equipe (LUZ et al., 2021).

Já de acordo com um estudo realizado pela SCIELO, a prevalência da SB foi de 25,5% nos técnicos de enfermagem que atuaram em UTI durante a pandemia da COVID-19. Os resultados deste estudo evidenciaram que a prevalência da SB aumenta com o avançar da idade, contradizendo os achados de outros estudos realizados anteriormente que afirmam que jovens são mais propensos a desenvolver a SB, em virtude da inexperiência e da não adaptação às condições de trabalho e das organizações (JORNAL BRASI-LEIRO DE PSIQUIATRIA, 2020).

3.5 Relação entre COVID-19 e síndrome de *burnout* entre enfermeiros

A síndrome de *burnout* é um transtorno que demanda muita atenção, dada a incapacidade mental e física que acarreta. No contexto de pandemia do coronavírus, a enfermidade se encontra em alta prevalência no setor de profis-

sionais de saúde, sobretudo aos que estão trabalhando na linha de frente (PEBMED, 2021).

Os enfermeiros vivem momentos de desgastes tanto físico como emocionais, porém na medida em que se envolvem com o trabalho, buscam alternativas em como dividir as preocupações com outros colegas no sentido de dividir a sobrecarga de trabalho presente nesta pandemia. A busca por ajuda e valorização no ambiente de trabalho, sobrecarregado de tarefas tendem a fazer com que muitos profissionais se sintam desanimados e cansados mentalmente. Neste panorama de trabalhos excessivos, a síndrome de *burnout* pode acometer estes indivíduos e fazer com que desenvolvam um estresse que passa despercebido devido a correria e as exigências da situação (MEDEIROS et al., 2018).

3.6 Medidas de prevenção da síndrome de *burnout* na pandemia

Nesse sentido, as unidades de saúde podem realizar avaliações e monitoramento da saúde física e mental dos profissionais. Além disso, outras medidas precisam ser mencionadas, incluindo o bom relacionamento entre as equipes e uma comunicação eficaz, sendo assim, reduzindo conflitos internos e formando cooperativas multiprofissionais, além de boas relações entre trabalhadores e estabelecimentos hospitalares (GOMEZ et al., 2020; MOURA et al., 2020).

Além disso, terapias complementares, como mudanças no estilo de vida são recomendadas para reduzir a carga e os sintomas de transtornos mentais. Entre essas mudanças, deve-se incentivar a atividade física e as atividades de integração mente-corpo, como meditação e ioga (SOUZA et al., 2021).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do COVID-19 trouxe

muitas mudanças no estilo de vida da população mundial. No entanto, os profissionais de saúde permanecem na linha de frente, cuidando dos afetados pela doença. Esta pesquisa avalia aumento de casos de síndrome de *burnout* entre profissionais de saúde durante essa pandemia, a qual identifica suas definições, seus sinais e sintomas, seus efeitos e sua prevenção.

A síndrome de *burnout* teve como sinais mais destacados entre os profissionais a depressão, o medo e a angústia, por estarem continuamente lidando com as demandas de exigências dos pacientes que são complexos e graves. Além disso, os estudos levantaram que essa síndrome pode ser desencadeada por fatores associados ao ambiente de trabalho, como a falta de recursos humanos, de estrutura física e de valorização por parte dos gestores e empregadores. Tais resultados encontrados foram acompanhados de sugestões sobre as estratégias que podem ser úteis para minimizar os momentos de desgastes, tanto físico quanto mental vividos pelos profissionais de enfermagem, como turnos em rodízios e locais mais apropriados para descanso durante os turnos de trabalho, bem como traçar estratégias que favoreçam e melhorem as condições de trabalho, realizar ações preventivas e ofertar tratamento psicológico.

Constata-se que os resultados desta pesquisa se assemelham com os achados das publicações científicas consultadas. Desse modo, reconhece-se a relevância de pesquisas na área, contribuindo para ampliar os estudos sobre o tema. Recomenda-se novos estudos nessa temática, sobretudo de intervenções para minimizar os danos psicológicos gerados pela pandemia a esses profissionais.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, G. D. et al. O impacto da pandemia por covid 19 na saúde mental

dos profissionais da saúde: revisão integrativa. Disponível em: <<https://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/758/714>>. Acesso em: 19 mar. 2022.

BORGES, F. E. S. et al. Fatores de risco para a síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de covid 19. Disponível em: <<https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/835/790>>. Acesso em: 25 mar. 2022.

COELHO, A. F. F. M. et al. O impacto da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem no contexto da pandemia da covid 19. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/46010/pdf>>. Acesso em: 21 mar. 2022.

FERRAZ, I. S. Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem no enfrentamento da pandemia da COVID-19. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15510>>. Acesso em: 21 mar. 2022.

FREITAS, R. F. 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*, v. 70, n. 1, p. 06-22, 2021.

LIMA, A. P. et al. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em tempos da pandemia da covid-19. Disponível em: <<https://www.revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/10>>. Acesso em: 22 mar. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE 2001. Doenças relacionadas ao trabalho: Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde. Disponível em <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho1.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Síndrome de Burnout. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrome,justamente%20o%20excesso%20de%20trabalho>>. Acesso em: 22 maio 2022.

MORAIS, J. P. et al. Doenças ocupacionais em profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa. Disponível em: <<https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArchHI/article/view/4128/pdf>>. Acesso em: 05 mar. 2022.

PAESK. L.; GARCIAJ. F. da C.; ARAMAIO. M. S. de O. As consequências da Síndrome de Burnout durante a pandemia da Covid-19 nos profissionais de enfermagem do Brasil: uma revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Enfermagem, v. 18, e10308, 2022. <https://doi.org/10.25248/rea-enf.e10308.2022>.

PORTAL PEBMED – Prevalência de BurnOut é maior em médicos que atuam na linha de frente da COVID-19. Disponível em: <<https://pebmed.com.br/prevalencia-de-burnout-e-maior-em-medicos-que-atuam-na-linha-de-frente-da-covid-19/>>. Acesso em: 30 jun. 2022.

PRADO, C. E P. Estresse ocupacional: causas e consequências. Disponível em: <<https://portalidea.com.br/cursos/gesto-do-stress-apostila03.pdf>>. Acesso em: 22 fev. 2022

ROCHA, A. J. S. et al. Psicologia: análise bibliográfica da síndrome de burnout no contexto da pandemia da covid-19. Disponível em: <<https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/473/331>>. Acesso em: 21 mar.

2022.

ROMEIRO, L. B. R. Fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem na pandemia de COVID-19. Disponível em: <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/3426>>. Acesso em: 15 mar. 2022.

SANTANA, A. C. C. S. et al. COVID-19, Estresse contínuo e síndrome de Burnout: Como anda a saúde dos profissionais de enfermagem? Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/cadernobiologicas/article/view/9253/4203>>. Acesso em: 05 mar. 2022.

SILVA, D. S. C., SANTOS, M. B., SOARES, M. J. Impactos causados pela covid-19: um estudo preliminar. Disponível em: <file:///C:/Users/aline_9cgswj4/Downloads/zneiman,+Artigo9corrigido.pdf>. Acesso em: 05 jul. 2022.

SOUZA, M. O. et al. Impactos da COVID-19 na aptidão cardiorrespiratória: exercícios funcionais e atividade física. Rev Bras Ativ Fís Saúde., v. 25, e0171, 2020. doi: 10.12820/rbafs.25e0171.

STACCIARINI, J. M. et al. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rlae/a/JpjG6CRLN9fbHXdkBLB-fjzB/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 25 mar. 2022.

TEIXEIRA, G. S. et al. Qualidade de vida no trabalho e estresse ocupacional da enfermagem em unidade de pronto atendimento. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tce/a/6TxMDp-zqW3Zd4VS7pKJzH8K/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 25 mar. 2022.

TOLEDO, L. G. et al. Saúde mental dos

profissionais de enfermagem em tempos de pandemia de covid-19. Disponível em: <<https://brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/29878>>. Acesso em: 22 mar. 2022.

VARELLA, D. Síndrome de burnout

(esgotamento profissional). Disponível em:

<<https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/sindrome-de-burnout-esgotamento-profissional/>>. Acesso em: 20 maio 2022.