

OCORRÊNCIA DE ESTRESSE E DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: uma realidade profissional

Marisa Cristina Gomes*

Marlene Aparecida Lopes Ferreira Del Ducca**

RESUMO

A “*Síndrome de Burnout*” é uma reação à situação de estresse crônico, conseqüente à assistência permanente de enfermos num ambiente estressante de trabalho. É constituída por três fases: a exaustão emocional, a despersonalização e a falta de envolvimento pessoal. O estresse refere-se a um esgotamento pessoal que interfere na vida do indivíduo, mas não necessariamente na relação com o trabalho. A construção desse artigo buscou conhecer sobre as situações vivenciadas pelo profissional, que se caracterizam como fatores causadores de estresse, e sua influência na ocorrência desse estado patológico, a “*Síndrome de Burnout*”. Ao compreender esse tipo de agravo entre os profissionais que vivenciam esses eventos, será possível planejar estratégias que possam minimizar os fatores de risco, no sentido de buscar qualidade de vida no exercício profissional de enfermagem, minimizando a vulnerabilidade profissional manifestada.

Palavras-Chave: Estresse. Síndrome de *Burnout*. Enfermagem.

ABSTRACT

Burnout syndrome is a reaction to a situation of chronic stress, caused by a permanent care of the sick in a stressful work environment. It is made up of three phases: emotional exhaustion, depersonalization and lack of personal involvement. Stress refers to personal fatigue that interferes in someone's life, but not necessarily in their relationship to work. This paper sought information on the situations experienced by a professional, characterizing as factors of stress causing and their potential to cause the Burnout syndrome. By comprehending this issue among professionals that experience these events, it is possible to plan strategies to minimize the risk factors. Therefore, aiming at a better quality of life in the nursing professional environment and minimizing the manifested professional vulnerability.

Keywords: Stress. Burnout syndrome. Nursing

* Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Patos de Minas (FPM).<marisafpm2013@hotmail.com>.

**Docente da Faculdade Patos de Minas- <marlene.ducca@hotmail.com>.

1 INTRODUÇÃO

A grande maioria das doenças do trabalho tem correlação com o estresse gerado pelo desgaste a que estão expostos os trabalhadores, nesse caso, o profissional de Enfermagem, pelos constantes desafios impostos pelo seu exercício profissional. (RISSARDO; GASPARINO, 2013) Associados a esse fato, estão presentes também a falta de reconhecimento da sociedade, dos gestores institucionais, a escassez de equipamentos e mão de obra, a falta de apoio psicológico, tornando a enfermagem alvo vulnerável às patologias laborais.

O estresse é entendido como uma situação de tensão, onde o indivíduo pode ter reações diversas às situações, predispondo-o a ocorrência de doenças, dependendo da sua tolerância frente as situações vivenciadas. A falta de autonomia no desenvolvimento das atividades, os tipos de procedimentos realizados, o excesso de trabalho, a inexistência de reconhecimento e de trabalho em equipe, a desigualdade salarial, o conflito de valores entre instituição e profissionais geram uma frustração diante da realidade do trabalho. (GUILHARDI; PRECOMA; SILVA, 2011)

A “*síndrome de Burnout*” é devida ao estresse ocupacional, tido como uma reação à tensão emocional crônica, ou seja, a contínua presença de estressores na atividade laboral, levando o profissional ao esgotamento físico e mental, que no caso da enfermagem, pelo fato de cuidar de pessoas em situação de vulnerabilidade, muitas vezes em condições inadequadas de trabalho, se manifesta como um fenômeno patológico psicossocial. (MACHADO et al., 2011)

A síndrome, também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, provoca danos emocionais e físicos, manifestados pelo desequilíbrio e pela falta de condições para enfrentar as exigências ocasionadas pelo tipo de atividade que exerce, ou seja, o profissional não consegue mais conviver com o estresse ocasionado pelo trabalho, sendo que na maioria das vezes ele não se dá conta desse quadro patológico, que passa a ser percebido pelas outras pessoas.

O termo de origem inglesa *burnout* (queimar-se de dentro para fora), foi introduzido pelo pesquisador Bradley em 1969, onde caracterizava “*Staff burnout*” (esgotamento pessoal) como sendo o desgaste de profissionais, e propunha alternativas organizacionais como solução. Em 1974 Herbert Freudenberger,

psicólogo estadunidense, popularizou a “*Síndrome de Burnout*”, através de um trabalho denominado Staff burn-out, onde estudava profissionais de uma clínica psiquiátrica que cuidavam de jovens dependentes de drogas. Posteriormente, em 1976 o burnout foi introduzido no meio acadêmico pela psicóloga social Christina Maslach, depois de inúmeros estudos feitos com profissionais de saúde, por achar que o tipo de trabalho realizado era de grande impacto emocional, expondo esses profissionais mais susceptíveis ao “*burnout*”, apresentou o termo no Congresso American Psychological Association. (FALGUERAS et al., 2015)

Segundo os autores citados, em 1981, a síndrome de burnout foi definida como sendo uma síndrome tridimensional constituída por três fases: a exaustão emocional (traduzida pela fadiga física, mental e emocional), a despersonalização (o profissional se afasta das relações interpessoais), e o baixo sentimento de realização profissional (o profissional supre sentimentos negativos de si mesmo)

Burnout significa aquilo que deixou de funcionar por total falta de energia, se caracteriza também por sinais e sintomas consequentes a má adaptação ocupacional diante da imensa carga emocional vivenciada, muitas vezes associada à frustração do trabalhador em relação a si e ao trabalho. (ALMEIDA; SOUZA; CARLOTTO, 2009)

A síndrome se constitui dessa forma, num transtorno adaptativo crônico associado às exigências do trabalho, tem desenvolvimento insidioso, se manifestando aos poucos, o que geralmente não é percebido pelo indivíduo, que manifesta intenso cansaço e descontrole emocional. (MOREIRA et al, 2009) Os indivíduos mais vulneráveis são aqueles de interações humanas intensas e duradouras, característica primordial do exercício profissional de enfermagem.

No Brasil, Burnout foi considerada doença do trabalho a partir da regulamentação pela Previdência Social, do Decreto 3.048/1999. Esse foi atualizado em 2010, e ao tratar em seu artigo II dos agentes causadores de doenças ocupacionais, apontou a “*Síndrome de Burnout*” como sendo fator de risco de natureza ocupacional, cuja etiologia era o desgaste crônico ocasionado pelo trabalho. (BRASIL, 2010) Dessa maneira, a síndrome está descrita na Classificação Internacional de Doenças (CID10), pelo código Z73.

Assim, o enfermeiro se torna alvo para a ocorrência da patologia pelo tipo de atividade que exerce. As manifestações da doença precisam ser melhores conhecidas pela Enfermagem, pois somente assim será possível tratar da

insatisfação presente, fato que minimiza a qualidade do exercício profissional, estimula o absenteísmo, e induz ao abandono do emprego, mostrando a vulnerabilidade que se impõe.

Esse estudo justificou-se pela necessidade de adquirir maior compreensão sobre a síndrome em profissionais de enfermagem, pois sendo ela uma experiência individual que prejudica a relação do indivíduo com seu trabalho, atrapalhando seu desempenho profissional, reflete em prejuízos para ele, para a organização e pode estender-se ao cliente. Também, se justifica, pois através do conhecimento será possível adquirir meios para atuar junto aos profissionais de enfermagem que vivenciam esses eventos no seu dia a dia e planejar ações que possam intervir de forma a prevenir, no sentido de minimizar os fatores de risco e outras que favoreçam a resolução de problemas, buscando qualidade de vida e relaxamento no exercício profissional. Nessa pesquisa procurou-se incluir através de observação, todos os profissionais que manifestassem sinais de descontrole emocional que pudessem levar ao desencadeamento da Síndrome. Foram excluídos da observação os profissionais que não apresentassem sintomatologia que falasse a favor do agravo.

2 METODOLOGIA

A proposta metodológica para a construção do artigo foi a de revisão bibliográfica, com abordagem descritiva e qualitativa através de análise de conteúdos científicos referentes ao tema e indexados na base de dados da SCIELO, BIREME, BVS e publicados entre os anos de 2009 a 2018. O período de coleta de dados aconteceu entre abril de 2017 à abril de 2018. Foram utilizados como descritores os termos Estresse, Síndrome de Burnout, Vulnerabilidade profissional. A pesquisa permitiu obter conhecimento sobre o tema, fator preponderante para trabalhar o estresse que tem acentuada prevalência no exercício da enfermagem, o que consequentemente ajudará na terapêutica da ocorrência da “*Síndrome de Burnout*”, considerada um quadro patológico e não apenas um cansaço pelo trabalho exercido. O artigo foi dividido em seções, sendo que essas pretenderam contextualizar a “*Síndrome de Burnout*”, o Estresse ocupacional que pode levar a síndrome; e na sequência foi possível relacionar o Exercício profissional de

Enfermagem à ocorrência da síndrome, seguido da elaboração das considerações finais.

3 ESTRESSE OCUPACIONAL E ENFERMAGEM

O estresse ocupacional ocorre quando a pessoa ultrapassa seus limites e esgota sua capacidade de adaptação, fator conseqüente às exigências do trabalho que o exercício profissional impõe. Dessa forma, o estresse se trata de um esgotamento pessoal que interfere na vida do indivíduo, mas não na sua relação com o trabalho.

Esse agravo é uma realidade, baseia-se na atividade cotidiana das pessoas e para que ele ocorra é preciso que haja um agente causal. Entre as causas relacionadas ao exercício profissional na área de saúde menciona-se a carga psicológica excessiva, o descaso em relação à ergonomia, as condições do ambiente de trabalho e também os riscos a que o trabalhador é exposto, ocasionado pelo ambiente e pela própria atividade laboral. Aos agentes causais é permitido acrescentar a vulnerabilidade individual do profissional, relacionada aos hábitos e condições de saúde do sujeito, que também influenciam a maneira e a intensidade com as quais os agravos poderão se apresentar. (BEZERRA et al., 2012)

Os enfermeiros, estão pelo seu exercício profissional, sujeitos à tensão e ao estresse, pois além de fatores como número reduzido de profissionais, excesso de atividades, que impõe uma carga de trabalho muito desgastante, influenciando de maneira negativa na qualidade e organização do seu trabalho, têm que ser precisos e corretos em suas ações e decisões para não colocar em risco a vida daqueles que estão sob seus cuidados. (MURASSAKI et al., 2011)

Conseqüente à responsabilidade pela vida das pessoas e a proximidade com a dor e o sofrimento do outro, os profissionais vivenciam situações que podem ocasionar esgotamento físico e mental, além de ter que suportar continuamente o risco iminente de morte, onde a complexidade dos cuidados que prestam aliados aos fatores de âmbito pessoal, desencadeiam o estresse. (BEZERRA et al., 2012)

Em relação ao estresse, os sintomas físicos manifestados são a fadiga, cefaléia, insônia, dores no corpo, palpitações, náuseas. As manifestações psíquicas e emocionais se mostram através da diminuição da concentração, da indecisão, da confusão, da irritabilidade, da ansiedade, raiva, impaciência, preocupação. (BORINE

et al., 2012) O estresse ocorre quando as condições do ambiente são fonte de ameaça, ocasionando uma situação de desequilíbrio para o trabalhador. Dessa forma o estresse tem causado diversas preocupações, principalmente nas organizações e no universo laboral.

4 CONTEXTUALIZANDO SINDROME DE BURNOUT

A cronificação do estresse ocupacional é uma realidade, baseia-se na atividade cotidiana das pessoas e para que ele ocorra é preciso que haja um agente causal. Entre as causas relacionadas ao exercício profissional na área de saúde menciona-se a carga psicológica excessiva, o descaso em relação à ergonomia, as condições do ambiente de trabalho e também os riscos a que o trabalhador é exposto, ocasionado pelo ambiente e pela própria atividade laboral. Aos agentes causais é permitido acrescentar a vulnerabilidade individual do profissional, relacionada aos hábitos e condições de saúde, que também influenciam a maneira e a intensidade com as quais os agravos poderão se apresentar (BEZERRA et al., 2012).

À partir do momento que o estresse e o sofrimento moral não são compreendidos e passam a ser tratados com descaso, surgem sintomas destrutivos, sentimento de angústia, sentimento de fracasso e de desencanto com a profissão, sinais e sintomas que chamaram de burnout.

Diante desse contexto, é possível afirmar que a “*Síndrome de Burnout*” é a resposta ao estresse crônico no trabalho, resultante de uma intensa exaustão física e psicológica. (LIMA da SILVA et al., 2013)

O burnout se caracteriza como um problema psicossocial da atualidade, é uma resposta à condições potencialmente estressantes, manifestando-se quando a condição humana não é valorizada. O sofrimento do indivíduo traz consequências para sua saúde e para seu desempenho profissional, pois passam a existir alterações e ou disfunções pessoais e organizacionais, com repercussões econômicas e sociais. (SANTOS; CARDOSO, 2010)

A patologia se caracteriza por sinais e sintomas físicos, psíquicos e comportamentais consequentes a má adaptação ao trabalho, e à presença de

intensa carga emocional, acompanhada de frustração em relação a si e ao meio laboral. (ALMEIDA; SOUZA; CARLOTTO, 2009)

A síndrome surge da cronificação do estresse decorrente do trabalho e se manifesta organizada em três dimensões: na primeira fase acontece exaustão emocional manifestada pela falta de energia para o trabalho, pelo esgotamento emocional e fadiga intensa, pela frustração e tensão; a segunda fase, mostrada pela despersonalização, é evidenciada pela falta de compromisso com o ambiente laboral, insensibilidade, diminuição da afetividade com os colegas, por ansiedade e irritabilidade, ou seja, é resumida por sentimentos e atitudes negativas no trabalho e desenvolvimento de sentimento de raiva; na terceira fase ocorre diminuição da realização no trabalho, manifestada pelo sentimento de incompetência e por uma auto avaliação negativa, há diminuição da memória, dificuldade de concentração e para tomar decisões. (FALGUERAS et al., 2015)

Emocionalmente o sintoma mais aparente é o desânimo, acompanhado pela perda de entusiasmo, acontece ansiedade e em estágios mais avançados pode ser um precursor da depressão, desenvolvendo sentimento de culpa, o indivíduo pode se isolar, o que resume em sentimentos de inadequação e fracasso. (AHOLA et al., 2014)

Com relação ao tratamento, menciona-se que a mudança no ambiente de trabalho aliada às alternativas terapêuticas de relaxamento, a valorização do profissional são ações positivas. No entanto, a gravidade da patologia manifestada no profissional deve ser avaliada para um provável afastamento. Aliadas a essas ações, também há a necessidade de intervenções como psicoterapia e medicamentosas para sintomas como depressão, ansiedade e outros mais relevantes. Atualmente esse estado patológico é visto como um grande problema de Saúde Pública.

5 PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM E SÍNDROME DE BURNOUT

O enfermeiro está pelo seu exercício profissional, sujeito à tensão e ao estresse, pois além de fatores como número reduzido de profissionais, excesso de atividades que impõem uma carga de trabalho muito desgastante, influenciando de maneira negativa na qualidade e organização do seu trabalho, detalhe importante

para a excelência do cuidado de seu paciente, tem que ser preciso e correto em suas ações e decisões para não colocar em risco a vida daqueles que estão sob seus cuidados. (MURASSAKI et al., 2011)

A enfermagem, conseqüente ao seu exercício profissional é responsável pela vida das pessoas e tem proximidade com a dor e o sofrimento do outro, vivencia situações que podem ocasionar esgotamento físico e mental, além de conviver com o iminente risco de morte do paciente, onde a complexidade dos cuidados que presta, aliados aos fatores de âmbito pessoal desencadeia o estresse. (BEZERRA et al., 2012)

O profissional que desenvolve esta síndrome, na visão de Trigo (2010), é afetado de modo desfavorável no relacionamento com a instituição, com os colegas de trabalho e consigo mesmo, e assim acaba prejudicando seu trabalho, o paciente a instituição. Eles não são capazes de se adaptar e nem de se recuperar do estresse laboral.

Quando o estresse não é diagnosticado logo após os sinais e sintomas se manifestarem, os problemas se agravam, desencadeando sofrimento moral devido aos agentes agressores já citados, sofrimento que se desenvolve quando as situações vivenciadas não são entendidas, compreendidas e nem esclarecidas com a equipe ocupacional. (BEZERRA et al., 2012)

Para os autores supracitados, o “*Burnout*” se manifesta quando as estratégias utilizadas contra as situações estressoras são ineficazes, demonstrando a necessidade de atitudes transformadoras na organização do contexto ocupacional da enfermagem, principalmente pelo tipo de atividade que exerce, lidar com as mazelas e o sofrimento humano.

A enfermagem tem um vínculo direto com o paciente, caracteriza-se pela vontade de cuidar e no seu cotidiano tem um contato direto com o doente e seus familiares. Para Moreira (2009), do ponto de vista da sistematização do trabalho, a reconhecimento (reconhecimento do estado de uma pessoa) do papel profissional, o contrapeso de trabalho repetidamente explicado por falta de profissional e incentivado pelo reembolso de horas-extra, a falta de liberdade e autonomia para tomada de decisões produz um estado de estresse crônico culminando na síndrome.

Ainda segundo o autor, o enfermeiro está vulnerável no seu cotidiano ao desencadear dessa síndrome, pois há um cansaço mental, uma turbulência emocional, uma sensação de não se reconhecer mais, um aspecto negativo pessoal,

uma decadência pessoal que pode acontecer, pois sua profissão exige um contato direto com o paciente, principalmente quando envolve a sistematização assistencial vivenciada, isso leva a falta de entusiasmo profissional.

Existem meios para evitar que o profissional desenvolva esse estado patológico, mas para isso é indispensável que o responsável pela administração institucional fique atento as necessidades do seu funcionário, deixando-o mais tranquilo e garantindo satisfação e prazer pelo que faz, não o deixando a mercê de uma carga horária cansativa e em condições desfavoráveis. (FRANCO, 2011)

O reconhecimento, sentir-se importante e valorizado são sentimentos essenciais para a satisfação no trabalho. É importante que se pense em mudar o quadro de profissionais em número e qualidade, uma forma de diminuir o cansaço físico e mental, oferecendo suporte de trabalho, ambiente favorável, diálogo, palestras, treinamento, inclusão em suas atividades, de momentos de relaxamento tanto para o corpo, como para a mente, uma forma de oferecer ao profissional um trabalho mais tranquilo, possibilitando melhor convivência com a equipe e empresa, uma forma de minimizar os riscos para a ocorrência de Burnout. (GRIEP et al., 2011)

As manifestações de Estresse e da Síndrome de *Burnout* precisam ser melhores conhecidas e encaradas pela Enfermagem, pois somente assim será possível tratar da insatisfação profissional e da falta de qualidade do trabalho tão comuns na atualidade, o que minimiza a excelência do exercício profissional e estimula o absenteísmo, o abandono do emprego e também, a desvalorização profissional.

5 CONCLUSÃO

A “*Síndrome de Burnout*” é um preocupante problema da saúde pública, sua incidência tem aumentado de forma significativa, o que prejudica a qualidade de vida no ambiente laboral.

Diante desse contexto, este estudo contribuiu para o conhecimento e o esclarecimento sobre a ocorrência do estresse e da “*Síndrome de Burnout*” entre profissionais de enfermagem, mostrou a necessidade de mudanças nas instituições em relação a saúde dos profissionais. É notória e preocupante a presença da

patologia em profissionais de enfermagem e a vulnerabilidade dos que trabalham em instituições hospitalares.

O gerenciamento, o dimensionamento e a administração das instituições são de grande influência para se evitar o adoecimento físico e mental da equipe de enfermagem. É essencial cuidar do paciente, mas para isso é preciso cuidar do profissional como um todo para que ele possa oferecer uma assistência adequada, eficaz e humanizada.

A insatisfação pessoal e profissional aumenta devido às condições de trabalho, ao reduzido número de profissionais, a falta de material, à baixa remuneração, ao excesso de trabalho, a má administração, a falta de humanização, a falta de diálogo, a falta de empenho da instituição fazendo com que o adoecimento desses profissionais chegue aos poucos até se instalar por completo na vida de cada um, afetando o psíquico e logo após o físico.

Estratégias bem elaboradas são estratégias finalizadas com sucesso, devendo ser trabalhado o ambiente e o clima de trabalho com a equipe; modificações físicas como, flexibilidade de horários, conhecer a singularidade do profissional, ministrar palestras com temas variados, conforme a situação do momento, proporcionar instantes de relaxamento, diálogo, apoio psicológico, oferecer boa alimentação, premiação por melhor desempenho de equipe são necessários e eficazes. Oferecer estratégias individuais onde cada profissional tenha a oportunidade de conhecer a si mesmo, suas necessidades e seus limites, que possa aprender a lidar com as dificuldades e as necessidades diárias seriam positivas. A utilização de estratégia combinada, onde o profissional e a instituição estão sempre mantendo boas relações, um diálogo constante para promover um bom ambiente de trabalho, e atingir o principal objetivo que é a assistência ao paciente, a satisfação do profissional e a satisfação da instituição não pode ser dispensada. A humanização é a palavra chave para o sucesso institucional, pessoal e organizacional, tendo a enfermagem como a arte de cuidar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AHOLA, K. et al. Relationship between burnout and depressive symptoms. **Burnout Research**, v. 1, n. 1, 2014. Disponível em; < <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2213058614000060>> Acesso em 2 abr. 2018.

ALMEIDA, K. M. DE; SOUZA, L. A. DE; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em Funcionários de uma Fundação de Proteção e Assistência Social. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**. Florianópolis, v. 9, n. 2, p.86-96, 2009. Disponível em:< <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v9n2/v9n2a08.pdf>>. Acesso em 12 mai. 2018.

BEZERRA, F. N. et al. Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência: Revisão Integrativa da Literatura. **Acta paul. enferm.** [online]. 2012, n. 25. Disponível em: < http://www.scielo.br/pdf/ape/v25nspe2/pt_24.pdf>. Acesso em 25 jun 2017.

BORINE, B. et al. Estresse hospitalar em equipe multidisciplinar de hospital público do interior de Rondônia. **Rev. SBPH**. Rio de Janeiro, v.15, n.1, 2012. Disponível em:< <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v15n1/v15n1a03.pdf>>. Acesso em 28 abr. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde, Organização Pan-americana de Saúde. 2010. **Doenças relacionadas ao trabalho**: Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília, DF.

FALGUERAS, M. V. et al. Burnout y trabajo em equipo em los profesionales de Atención Primaria. **Atención Primaria**, v. 47, n. 1, 2015. Disponível em: < <https://core.ac.uk/download/pdf/82600065.pdf>>. Acesso em 28 abril 2018.

FRANCO, G.P. et al. Burnout em Residentes de Enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. v.45, n. 1, p. 130/141, 2011. São Paulo. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n1/02.pdf>>. Acesso em: 10 ag. 2017

GRIEP,R.H. et al. Uso Combinado do Modelo de Estresse no Trabalho e a Saúde Auto-referida na Enfermagem. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo. v. 45, n. 1, 2011. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n1/2171.pdf>>. Acesso em 20 out. 2017.

GUILLARDI, C. R.; PRECOMA, D. C.; SILVA, E. R. **Eustresse, Distresse, e Burnout**: um estudo do estresse no ambiente de trabalho. São Paulo, SP, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tes/v16n1/1678-1007-tes-1981-7746-sol00099.pdf>>. Acesso em 22 abril 2018.

LIMA da SILVA, J. L. et al. Estressores na atividade gerencial do enfermeiro: implicações para saúde. **Avances en Enfermería**. 2013, v. 31, n. 2. Disponível em: <<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v31n2/v31n2a15.pdf>>. Acesso em 28 abr. 2018.

MACHADO, R. M. et al. Síndrome de Burnout em centro de terapia intensiva infantil da região Centro-Oeste de Minas Gerais. **Rev. Enferm. Cent. O. Min.**, 2013 set/dez; v. 3, n. 3. Disponível em: <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/415/524>>. Acesso em 02 abr 2017.

MOREIRA, D.S. et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. **CADERNO DE SAÚDE PÚBLICA**. v. 25, n.7. Rio de Janeiro, Julho, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v25n7/14.pdf>>. Acesso em 26 jun 2017

MURASSAKI, A. C. Y. et al. Estresse em enfermeiros intensivistas e a condição chefe/não chefe de família. **Cien. Cuid. Saúde**. 2011. Disponível em: <<http://worldwidescience.org/topicpages/e/exposicao+ocupacional+ao.html>>. Acesso em 12 mai. 2017

RISSARDO, M. P.; GASPARINO, R. C. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público. **REV. EEAN**. 2013; v. 17, n. 1, Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ean/v17n1/18.pdf>>. Acesso em 28 mar. 2017.

SANTOS, A. F. O; CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 67-74, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n1/v27n1a08.pdf>>. Acesso em 25 abr. 2018

TRIGO, T. R. Validade fatorial do Maslach BurnoutInventory-Human Services Survey (MBI-HSS) em uma amostra brasileira de auxiliares de enfermagem de um hospital universitário: influência da depressão. São Paulo, 2010